

קפה מדע

"לכבוד - חנוכה"

איך שמן, בצק, תפוחי אדמה וריבה (ומאכלים אחרים...) משפיעים על תפקוד המוח שלנו?

תפוח פיס אור יהודה
רחוב מנחם בגין 101,
אור יהודה

יום חמישי 14 בדצמבר 2017,
כ"ו כסליו, תשע"ח
בשעות 18:00 עד 20:00

ד"ר עידו מגן, מכון ויצמן למדע בשיתוף מכון דוידסון לחינוך מדעי

תשומת לב רבה מופנית בעשורים האחרונים לתזונה כגורם המשפיע על בריאותנו. תפקוד המוח, כאיבר בעל צריכת האנרגיה הגדולה ביותר בגוף ביחס לגודלו, מושפע גם הוא במידה ניכרת מהמזון שאנו אוכלים. לאלו מרכיבים במזון שלנו יש השפעה מכרעת על תפקוד המוח? האם מבחינת המוח יש צריכת מזון "גבוהה מדי" או "נמוכה מדי"? האם יש לכמות המזון הנצרכת השלכות על תפקודו? אלו אזורים במוח מווסתים את תחושות הרעב והשובע וכיצד ניתן לגרום לאזורים אלו "לחוש" תחושות אלו באופן מלאכותי, ע"י שינוי בהרכב המזון? האם תוספי מזון יעילים כמו תרופות מרשם בהפחתת דכאון או הפרעות מצב רוח אחרות? האם הם יכולים לשפר את הזיכרון?

הכניסה חופשית | לבני כיתה ו' ומעלה ולמבוגרים

יש לאשר הגעה במזכירות תפוח פיס – 03-7353595 שלוחה 0