



מכון הרצג לחקר ההזדקנות והזיקנה – סדרת הרצאות לאנשי מקצוע בתחום הזיקנה - תשע"ה

התקיימה בינואר-אפריל 2015 באוניברסיטת תל-אביב

איכות חיים וקידום בריאות נפשית בזיקנה

סדרת ההרצאות יועדה לאנשי מקצוע בתחום הזיקנה ולמתעניינים בתחום ומטרתה הייתה להציג את חזית הידע הגרונטולוגי ולהוות מסגרת העשרה מעודכנת ומגוונת. תעודת השתתפות הוענקה למשתתפים שנכחו בשלושה מפגשים לפחות.

תוכנית סדרת ההרצאות

היבטים טיפוליים וחברתיים של חוסן נפשי בזיקנה

קידום איכות חיים בגיל השלישי – גב' יפעת מזרחי, עו"ס קלינית ומנחת קבוצות, הרצתה על פיתוח חוסן ומיומנויות ייחודיות בקרב קשישים, ע"י מתן כלים קוגניטיביים והתנהגותיים למטפלים. "הגידו כן לזקנים" – במאי הקולנוע והעיתונאי עמיר מנור, הרצה על הסרט "חיותה וברל" בבימויו. במפגש הוקרנו קטעים מהסרט והתקיים דיון בנושא.

בריאות, שמחה, בגרות ומשמעות בחיים

בריאות ושמחת חיים – ד"ר דינה איזן, מנחת סדנאות לחשיבה אופטימית, הרצתה על הדרך שבה הבריאות מושפעת מהגישה שלנו לחיים, יחד עם מתן כלים ליצירת חיים שמחים יותר. אלבר קאמי: בגרות ומשמעות חיים – ד"ר דניס שרביט, ראש תחום מדע המדינה ויחסים בינלאומיים באוניברסיטה הפתוחה, הרצה על היבטים של משמעות חיים ובגרות בהגותו של אלבר קאמי.

זיקנה מהיבטים פילוסופיים, פסיכולוגיים ותרבותיים

האם הזיקנה היא תכלית הקיום האנושי? מקפקא לפילוסופיית הטאו – ד"ר תמי אילת-גורי, מרצה בכירה בפילוסופיה קיומית וסוגיות משמעות בחיים, הרצתה על היבטים פילוסופיים ופסיכולוגיים של משמעות חיים ותפישת המוות בזיקנה.

השפעות תרבותיות על טיפול בקשישים חולי דמנציה – גב' נעה ואנה, דוקטורנטית לסוציולוגיה ואנתרופולוגיה, הרצתה על השפעת פערים תרבותיים על טיפול בקשישים הסובלים מדמנציה מתקדמת.

"איך ניטיב עם עצמנו" - על טיפוח בריאות גופנית ונפשית במציאות משתנה

בין טיפול בעצמנו לטיפול באחרים – ד"ר אלינער פרדס, פסיכולוגית קלינית, מרצה וחוקרת, הרצתה על חמלה, חמלה-עצמית ופחד מחמלה בקרב הזקן ומשפחתו.

מפרקים בריאים עד 120 – גב' לילך ארז (BPT), פיזיותרפיסטית ומרצה בתחומי ארגונומיה ובריאות, הרצתה על בריאות מפרקים בגיל השלישי - עצות שימושיות וכלים מעשיים, בשילוב תיאוריה ותרגול, לשמירה על בריאות המפרקים, בבית, בחוץ ובחיק המשפחה.