

יום עיון בנושא - פעילות גופנית בבריאות ובחולי: השפעות, עקרונות ומינון

22/12/16 יום ה', אודיטוריום סוראסקי, קומה 2-, בניין ראשי, מרכז רפואי תל אביב

פעילות גופנית בכלל, ואימוני התנגדות בפרט חשובים לאיכות חיים וידועים כמועילים במניעת מחלות כרוניות, שיפור התפקוד, התמודדות במצבי חולי ושרידות.

העמותה לקידום הפיזיותרפיה בשיתוף חברת אלטמן שמחה להזמין ליום עיון מרתק בנושאים אלו, כולל סדנה מעשית בסוף היום.

יום העיון יתקיים ביום ה' 22/12/16, באודיטוריום סוראסקי, קומה 2-, בניין ראשי, מרכז רפואי תל אביב –איכילוב, (חניה מומלצת בחניון הרכבת).

יש להגיע עם בגדי ספורט לסדנה מעשית בסוף היום.

עלות יום העיון: 70 ₪ לחבר עמותה, 150 ₪ למי שאיננו חבר.

לתקנון ביטולים לחץ כאן.

לרישום לחץ כאן.

תכנית יום העיון:

8:30-9:00 התכנסות

9:00-9:20 פיזיולוגיה של אימוני התנגדות - דר' עינת קודש

9:20-10:00 פעילות גופנית במצבים נוירולוגיים (פרקינסון, שבץ וכו') – דר' גלית יוגב

10:00-10:20 פעילות גופנית ורצפת האגן – גב' נטע ביאר

10:20-10:45 הפסקה

10:45-11:15 התעמלות בונה עצם, האמנם? – איגור מינץ

11:15-12:00 פעילות גופנית במצבים קרדיו-וסקולריים – גליה בוגומילסקי

12:00-12:30 עזבו את השטויות ובואו ליהנות – תרגול נוירומוסקולרי – נירית רותם.

12:30-13:00 האם צילומי הרנטגן יעילים באבחון OA והתקדמותה- מידע חדש על אבחון והשפעת תוספי תזונה-

ד"ר עמרי לובובסקי, סגן מנהל מחלקה אורתופדית, בית חולים ברזילי. **ההרצאה בחסות חב' אלטמן.**

13:00-13:30 ארוחת צהריים קלילה

13:30-15:00 סדנה מעשית: 1. סדנת OUTDOOR 2. הידרו תרפיה 3. אימון בחדר כושר. (הבחירה של הפעילות תעשה בבוקר יום העיון)