

**אורחות חיים לאריכות ימים : כושר גופני, מוחי ונפשי בגיל השלישי**

תכנית יום עיון- אגודת "עזרה למרפא" והעמותה לקידום הפיזיותרפיה בישראל

יום העיון יתקיים אי"ה ביום ג', כ"ד באלול ( 8.9.2015 ) באולם האירועים "כתר הרימון",

בני ברק, רח' אהרונוביץ ( השומר) 10. חניה חינם בחניון תת קרקעי במקום.

יש להביא את שובר החניון לעמדת הרישום.

8:00-8:30 התכנסות, הרשמה וסיור במרכז השיקום של אגודת "עזרה למרפא". כיבוד קל.

8:30-8:45 ברכות- פרופ' הלפרין, החטיבה האורתופדית "אסף הרופא", בהשתתפות הרב א.א.

פירר, יו"ר אגודת "עזרה למרפא".

**מושב מליאה**

8:45-9:10 השפעת תרופות על כשירות גופנית- פרופ' אהובה גוליק, מנהלת מחלקה פנימית א'

מרכז רפואי "אסף הרופא".

9:10-9:40 "רפואה היפרברית-עקרונית בסיס ושימושים נויורולוגים"- ד"ר שי אפרתי, מנהל

מרכז "סגול" לרפואה ומחקר היפרבארי, מרכז רפואי "אסף הרופא".

9:40- 9:55 הפסקת קפה וחלוקה למושבים.

**מושב I- ניתוחים וחזרה לפעילות גופנית**

יו"ר מושב: ד"ר יפתח בר, מנהל יחידת ארטרוסקופיה, המחלקה האורתופדית, "אסף הרופא".

9:55-10:10 ניתוחים ארטופדיים וחזרה לספורט-ד"ר גבריאל אגר, מנהל מחלקה אורתופדית

מרכז רפואי אסף הרופא.

10:10- 10:25 ניתוחים בריאטריים וחזרה לפעילות גופנית- ד"ר מיכל ברכה, רופאה בכירה,

מחלקה כירורגית, מרכז רפואי "אסף הרופא".

10:25-10:40 שיקום לאחר ניתוחים בריאטריים- יאיר להב דיאטן קליני וספורט, איש חינוך

גופני- מרכז בינתחומי לתזונה ופעילות, ת"א.

10:40- 10:55 ניתוחי לב וחזרה לפעילות גופנית- ד"ר וקסלר אחראי על שיקום לב ביה"ח

"לניאדו" ומנהל שיקום לב במכון "וינגייט".

10:55-11:10 פעילות גופנית לחולי לב בקהילה - גליה בוגומילסקי, (MSc,PT) פיזיולוגית,

מנהלת המרכז לפעילות גופנית שיקומית ב"עזרה למרפא".

11:10- 11:45 תיאור מקרה ופאנל מומחים בהנחיית ד"ר יפתח בר. מנהל יחידת ארטרוסקופיה,

המחלקה האורתופדית, מרכז רפואי "אסף הרופא".

**מושב מקביל**

**יו"ר המושב :** ד"ר טניה גורביץ, מנהלת שירות פרקינסון ונוירואוטונומיות, היחידה להפרעות תנועה, מרכז רפואי ת"א.

**9:55-10:15** היבטים אוטונומיים של תנועה- ד"ר טניה גורביץ.

**10:15-10:30** medically unexplained symptoms - ד"ר אמנון מוסק, סגן מנהל המערך הנוירולוגי, מנהל היחידה לכאבי ראש.

**10:30-10:45** היבטים קוגניטיביים של תנועה- ד"ר ענבל מידן, חוקרת במרכז לחקר הליכה וניידות במרכז הרפואי ת"א.

**10:45-11:00** הפרעות הליכה – דגש על קיפאונות והפרעות הליכה גבוהות – טליה הרמן, דוקטורנטית, חוקרת במרכז לחקר הליכה וניידות במרכז הרפואי ת"א.

**11:00-11:15** שיפוט וקבלת החלטות לאחר אירוע מוחי- גב' גייל תהל (MSc., OT), מנהלת שרותי ריפוי בעיסוק, מרכז השיקום של אגודת "עזרה למרפא".

**11:15-11:30** "לישון על זה..." סוגיות בלמידה מוטורית – גב' לאה צמח (MSc., PT),

פיזיותרפיסטית במרכז השיקום של אגודת "עזרה למרפא", מרצה בבית הספר לפיזיותרפיה, אוניברסיטת ת"א.

**11:30-11:45** כאבי כתף לאחר אירוע מוחי עם דגש על המרכיב הנוירופטי, גב' מיכל ריבל (MSc., PT), דוקטורנטית, פיזיותרפיסטית במרכז השיקום של אגודת "עזרה למרפא".

**11:45-12:30 ארוחת צהריים**

**מושב II – מליאה, פעילות גופנית לחיים בריאים וארוכים**

**12:30-12:45** אימון לחיים, אימון כוח לשמירה ושיפור תפקוד בגיל השלישי- אריה בורשטיין, מנהל פיזיותרפיה, ב"בית רבקה", מרכז גריאטרי שיקומי.

**12:45-13:00** הליכה כהלכה להנעה והנאה- ריקי בראון, סגנית מנהל פיזיותרפיה ב"בית רבקה", חברת הנהלה בעמותת לקידום הפיזיותרפיה בישראל.

**13:00-13:15** השפעת אימון על מרכיבים קוגניטיביים באדם המבוגר- פרופ' יעל נץ, מכללת "וינגייט", נשיאת הארגון האירופאי לחקר פעילות גופנית בגיל הזקנה.

**13:15-13:30** "ד"ר כואב לי האם להמשיך לתרגל?"- נגה גל, ביה"ס לפיזיותרפיה "אסף הרופא".

**13:30-13:55** תיאור מקרה ופאנל בהנחיית לירן ליפשיץ, מנהל אגף רפואי בהתאחדות לכדורגל, פיזיותרפיסט במרכז השיקום של "עזרה למרפא".

**13:55-14:00 הפסקה**



**מושב III = מליאה בריאות הגוף והנפש בגיל השלישי**

יו"ר המושב: פרופ' נחום הלפרין, החטיבה האורתופדית, מרכז רפואי "אסף הרופא".

**14:00-14:15** השילוב המנצח שבין תזונה ופעילות גופנית בגיל השלישי- יוספה כחל, רכזת בכירה

תחום תזונה בגריאטריה, המחלקה לתזונה משרד הבריאות.

**14:15-14:30** "מיינדפולנס" - חשיבה לבריאות, סמדר יהודה, פסיכולוגית קלינית (m.a).

**14:30-15:00** פאנל מומחים בהנחיית פרופ' נחום הלפרין, החטיבה האורתופדית, "אסף הרופא".

## טופס הרשמה

ליום עיון אורחות חיים לאריכות ימים : כושר גופני, מוחי ונפשי בגיל השלישי

8/9/15 - אגודת עזרה למרפא

עלות למשתתף 50 ש"ח.

**לא תתאפשר הרשמה במקום!!**

ביטול עד ה- 1/9/2015 – ייגבו 30 ש"ח דמי טיפול

ביטול לאחר ה- 1/9/2015 – לא יוחזרו דמי ההרשמה

להרשמה ולתשלום יש למלא את הפרטים הבאים:

מקצוע: רופא משפחה / רופא גריאטר / אורתופד / פיזיותרפיסט/ אחר \_\_\_\_\_

שם משפחה \_\_\_\_\_ שם פרטי \_\_\_\_\_ ת.ז. \_\_\_\_\_

כתובת \_\_\_\_\_ עיר \_\_\_\_\_ מיקוד \_\_\_\_\_

טלפון \_\_\_\_\_ נייד \_\_\_\_\_

E-mail \_\_\_\_\_

בכרטיס אשראי לפי הפרטים:

סוג הכרטיס \_\_\_\_\_ מס' כרטיס \_\_\_\_\_ תוקף \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

או שיק לפקודת: העמותה לקידום הפיזיותרפיה

ולשלוח לכתובת: וייסבורג 17, ת"א. מיקוד 6935827

את הטופס יש לשלוח לפקס- 03-6888107 /או במייל [info@ipts.org.il](mailto:info@ipts.org.il)

חניה חינם בחניון תת קרקעי מתחת לאולם, יש להגיע לכנס עם שובר החנייה ע"מ להחתימו בקבלה.

**באחריות הנרשמים לוודא הגעת הפקס מול העמותה באמצעות מייל [info@ipts.org.il](mailto:info@ipts.org.il)**