

קורס בסיסי בנושא טיפול ותרגול עם אוכלוסייה מבוגרת בהנחייתה של פרופ' מרלין מופט

13, 12 – מרץ 2023

תיאור הקורס:

יומיים של קורס בסיסי המשלבים תיאוריה וחלק מעשי בעבודה עם אנשים מבוגרים. הזדקנות האוכלוסייה מחייבת אותנו להתמודד עם מספר רב יותר של מטופלים מבוגרים עם מגבלות תפקודיות בהיבטים שונים. כידוע לנו, הפעילות הגופנית היא אחת מההתערבויות האפקטיביות שבה אנחנו כאנשי מקצוע יכולים להשפיע לטובה על התפקוד של המטופלים האלו. בקורס נלמד למקסם את ההתערבות שלנו ע"י למידת התיאוריה המבוססת מחקר של כלי המדידה הקיימים היום – כלי מדידה הקשורים לסיבולת האירובית, שיווי משקל, הליכה, ניידות, כח שריר, יציבה, תחושה ועוד תוך שילוב תרגול והתנסות בהעברת המבחנים. כמו כן נלמד כיצד כותבים תוכנית אימון מותאמת למטופלים תוך כדי עליה ברמת העצימות ודרגות הקושי. הקורס עצמו חיוני לכל פיזיותרפיסט שעובד עם מטופלים מבוגרים בין אם במכון, ביקורי בית או במרכזי שיקום. פרופסור מרלין מופט, לשעבר הנשיאה של ארגון הפיזיותרפיה העולמי, מעבירה את הקורס בארץ זו הפעם השלישית.

*הקורס יועבר בשפה האנגלית

קהל יעד:

הקורס מיועד לפיזיותרפיסטים מוסמכים בעלי רישיון של משרד הבריאות.

היקף הקורס: 16 שעות

מספר משתתפים: פתיחת הקורס מותנת במינימום של 40 משתתפים.

מקום: בית הספר לפיזיותרפיה, המרכז הרפואי שמיר- אסף הרופא (אולם התרגול, קומה 1).

תאריכים: 13, 12 – מרץ 2023

שעות: 9:00 – 17:00

עלות למשתתף: עלות לחבר 950 ₪

עלות ללא חבר 1,350 ₪

תאריך אחרון לרישום: 28.2.2023

* לזכאים תשלח תעודה באימייל בפורמט PDF

תנאים לקבלת תעודה:

חובת נוכחות של 100% מהמפגשים

תרגום לעברית	אנגלית
לבוש - בגדי כושר ונעלי ספורט	Must be dressed in exercise clothing each day and wear exercise sneakers
יש להוריד מטרונום לטלפונים הסלולריים	Must download a metronome on their cell phones
שעון עצר (לא הטלפון הנייד)	Stopwatch (a good one, not their cell phone)
סרט מדידה	Tape measure
סרגל 12 אינץ'	12 inch ruler
עיפרון	Pencil
מד סטורציה	Pulse oximeter
סטטוסקופ	Stethoscope
מד לחץ דם	Sphygmomanometer
מזרן אימון (או מגבת עבה לאימון על הרצפה)	Exercise mat (or thick towels or blankets to use for 2 nd day for exercising on the floor)
רצועות אלסטיות - טרבנד עוצמות שונות (אדום, ירוק, כחול)	3 different strengths of elastic band (red, green, blue)
זוג משקולות שניתן להרים בנוחות	2 weights (3-5 pounds for women and 5-8 pounds for men) whatever they think they can lift comfortably
זוג משקולות שרוול רגליים	One pair of leg cuff weights
תיק גב (לצורך נשיאה של חלק מהמשקל)	Back pack (they will put some of the weight in it)

Marilyn Moffat, PT, DPT, PhD, DSc (hon), FAPTA

Geriatric Clinical Specialist,
Certified Strength Conditioning Specialist,
Certified Exercise Expert for Aging Adults,
Bone Fit Professional®,
Certified Rock Steady Clinician.

Dr. Marilyn Moffat is Professor at NYU, directing the DPT and post-professional master's programs. She privately practices in NY. As WCPT President, she coordinated development of international guidelines for education and standards of practice. She has given over 800 presentations and taught and consulted worldwide. As APTA President, she was instrumental in developing the "Guide to PT Practice" and "Normative Model for PT Education". She is a Geriatric Clinical Specialist, Certified Strength Conditioning Specialist, Certified Exercise Expert for Aging Adults, certified BoneFit Professional, and Certified Rock Steady Clinician. She established APTA Geriatric Section's Certification Program for PTs as Exercise Experts for Aging Adults and was its first co-chair for four years. As a member of ACSM's Exercise is Medicine® Work Group, she focused on having PTs eligible as providers in EIM®. Amongst her publications are two lay books, APTA's Book of Body Maintenance and Repair and Age-Defying Fitness. She completed a 4-book series - Musculoskeletal Essentials, Cardiovascular/Pulmonary

Essentials, Neuromuscular Essentials, and Integumentary Essentials for clinicians and students. She has received numerous awards with three named after her – APTA's Marilyn Moffat Leadership Award, APTA/NY's Dr. Marilyn Moffat Distinguished Service Award, and Marilyn Moffat Service Award of the North America/Caribbean Region WCPT. She is a Catherine Worthingham Fellow and a Mary McMillan Lecturer.

Karen Kemmis, PT, DPT, RN, FADCES

Geriatric Clinical Specialist,

Certified Diabetes Care and Education Specialist,

Certified Exercise Expert for Aging Adults

Dr. Karen Kemmis is a Physical Therapist, Certified Diabetes Educator, and adjunct professor at SUNY Upstate Medical University in Syracuse, New York. Within this position, she has worked at the Syracuse affiliate of the Joslin Diabetes Center and University Endocrinologists for 22 years. She earned bachelor and doctorate degrees in physical therapy at SUNY Upstate Medical University and a master's degree in exercise physiology from Syracuse University. She specializes in physical therapy and exercise prescription for aging adults, those with diabetes, osteoporosis, orthopedic conditions, and with balance dysfunction. She was co-chair and an instructor for the Certification as Exercise Experts for Aging Adults program for the American Physical Therapy Association's Section on Geriatrics. She was on the Board of Directors of the American Association of Diabetes Educators, served as its 2019 President, and is a Fellow of the American Association of Diabetes Educators (AADE). She has presented nationally and internationally on diabetes and osteoporosis, has authored chapters on the aging musculoskeletal system and physical therapy for osteoporosis, is a frequent resource and contributor for the National Osteoporosis Foundation, and is a media spokesperson and blogger for the AADE. She utilizes Pilates exercise for rehabilitation in her practice.

פירוט תכני הקורס:

- Population Demographics
- Predictors of Successful Aging
- Examination
 - History
 - Systems Review
 - Tests and Measures
 - Aerobic Capacity/Endurance
 - 6-Minute Walk Test
 - 2-Minute Walk Test
 - 400-Meter Walk Test
 - 200-Meter Fast Walk Test
 - 2-Minute Step Test
 - Seated Step Test
 - Anthropometric characteristics
 - BMI
 - Waist Circumference
 - Balance
 - One-leg Stance Test
 - Berg Balance Scale (BBS)
 - Short Version of BBS
 - Fullerton Advanced Balance Scale
 - Brief BESTest
 - Falls Efficacy Scale-International
 - Gait
 - Gait Speed
 - Modified Dynamic Gait Index (mDGI)
 - Functional Gait Assessment (FGA)

- Alternate Tandem
- Mobility
 - Timed Up and Go (TUG)
 - 8-foot Up and Go
 - Four Square Step Test
- Mental Function
 - Two Question Depression Test
 - Generalized Anxiety Disorder 2-Item
 - Montreal Cognitive Assessment (MoCA)
- Muscle Performance
 - Supine Hip Extensor Test
 - Chair Rise Test - 30 second
 - Heel Rise Test
 - Toe Tap
 - Arm Curl
 - Grip Strength
 - Abdominal & Back Tests
- Posture
 - Wall/Occiput Distance
 - Rib/Pelvis Distance
 - Historical Height Loss
 - Pes Planus
- Range of Motion
 - Back Scratch Test
 - Lumbar/hamstring Flexibility (Chair Sit and Reach)
- Sensory Integrity
 - Semmes-Weinstein Monofilament Test
 - Up and Down Test
- Multipurpose
 - Walking While Talking Test
 - Short Physical Performance Battery
 - Senior Fitness Test

* שתיה חמה וכיבוד קל יהיו זמינים עבורכם לאורך היום, רצוי להצטייד בכוס שתיה אישית.
אנא הצטיידו במזון שיספק אתכם במהלך היום.