



ČLOVEK, ZDRAVJE, MEDICINA

Začetna skupina

Mentorica:	Barbara Hrovatin , dr. medicine in doktorica znanosti (družbenomedicinski inštitut, ZRC SAZU, 2023). Temeljno področje njenega raziskovanja in delovanja so širši okvirji zdravja (prepleti odnosov telo-duša-okolje-družba) ter humanizem v medicini. Vrsto let je ustvarjala radijske oddaje Za zavestno ohranjanje zdravja.
Kdaj in kje:	TOREK, 09:30 do 11:00 2 x mesečno Izobraževanje na daljavo, prek orodja Zoom
Prvo srečanje:	torek, 12. november 2024, ob 9.30 uri

OKVIRNA VSEBINA

Vse bolj tudi znanstveno ugotavljamo, da je človek več kot seštevek organov in tkiv in da se življenje rojeva, raste in regenerira v neskončnem prepletu mrežij, kjer ni mogoče zares ločevati telesa od duše, človeka od družbe, niti od okolja. V programu »Človek, zdravje, medicina« bomo raziskovali širši okvir zdravja - ne toliko s posvečanjem posameznim boleznim ali metodam zdravljenja, marveč z osvetlitvijo pogosto prezrtih dejavnikov, ki vplivajo na zdravje in nam odmerjajo dolžino bivanja na tem planetu.

Vsebinska izhodišča:

Kako medicina vidi človeka, kako ga razume in mu skuša pomagati zoper bolezni in kaj imajo z zdravjem opraviti naši odnosi - do sebe in drugih?

Kako sta povezana telo in duša (in zakaj smo ju sploh ločili)?

Kako smo prepleteni z naravo in zakaj je to pomembno za zdravje?

Vsebinski sklopi:

Medicina - uradna, komplementarna, značilnosti, kako je v svetu, kako pri nas.

Hrana - kaj je dobro vedeti o zdravi prehrani, konkretna in uporabna vodila za vsakdanje življenje.

Placebo - skrivnostni sopotnik medicine ali - kako lahko deluje nekaj, česar "ni"?

Kronično tleče vnetje in bolezni sodobnega človeka.

Narativna medicina - krepitev humanizma v medicini skozi umetnost pisane in govornje besede.

Samopomoč - akupresurne točke in naravna zdravila ter prehranska dopolnila.

Kako vidimo reči (svet) skozi oči medicinske znanosti - ozaveščanje pogleda na svet in pomena medčloveških odnosov (tudi) v sodobni medicini.

Kaj je življenje - sistemski pogled, značilnosti živih sistemov.

Mind-Body tehnike - povezanost telesa in duše za krepitev dobrega počutja.

Okoljsko zdravje - integrativni pristop v dobi antropocena.

Način življenja in dolgoživost – zakaj se sploh staramo in kaj se lahko naučimo od skupnosti, ki na zemlji živijo najdlje.

Ljubezen in zdravje - raziskave potrjujejo pomen odnosov za zdravje in dolžino življenja.

CILJI

Razviti celostno razmišljanje o temeljnih dejavnikih, ki vplivajo na zdravje, zdravljenje in dolžino življenja.

Poglobiti razumevanje medicinske obravnave človeka, njenega pogleda na zdravje in bolezen ter osvetliti pomen prepleta telo-duša-okolje (narava).

METODE

Spletno izobraževanje (prek orodja Zoom), slikovne prezentacije z video in avdio vsebinami, spodbujanje aktivnega poslušanja. Zaključno srečanje v naravi (v živo) v mesecu maju.

Vsa spletna predavanja bodo posneta in na voljo tudi članom skupine, ki se jih ne bodo mogli udeležiti v rednih terminih, in vsem, ki bi želeli predavanja ponovno poslušati.

UPORABLJENA LITERATURA IN VIRI ZA PRIPRAVO PROGRAMA

Izkušnje mentorice iz prakse v ambulanti splošne medicine in s komplementarno medicino.

Interno študijsko gradivo mentorice: Zdravljenje v biomedicini - razmišljanja zdravnikov-učiteljev" v okviru modula medicinske antropologije na Družbenomedicinskem institutu SAZU; Seminar iz narativne medicine (ZDA); Delavnica Umetnost zdravljenja (ZDA); Delavnica The WEL (Wellness Enhancement Learning), Škotska.