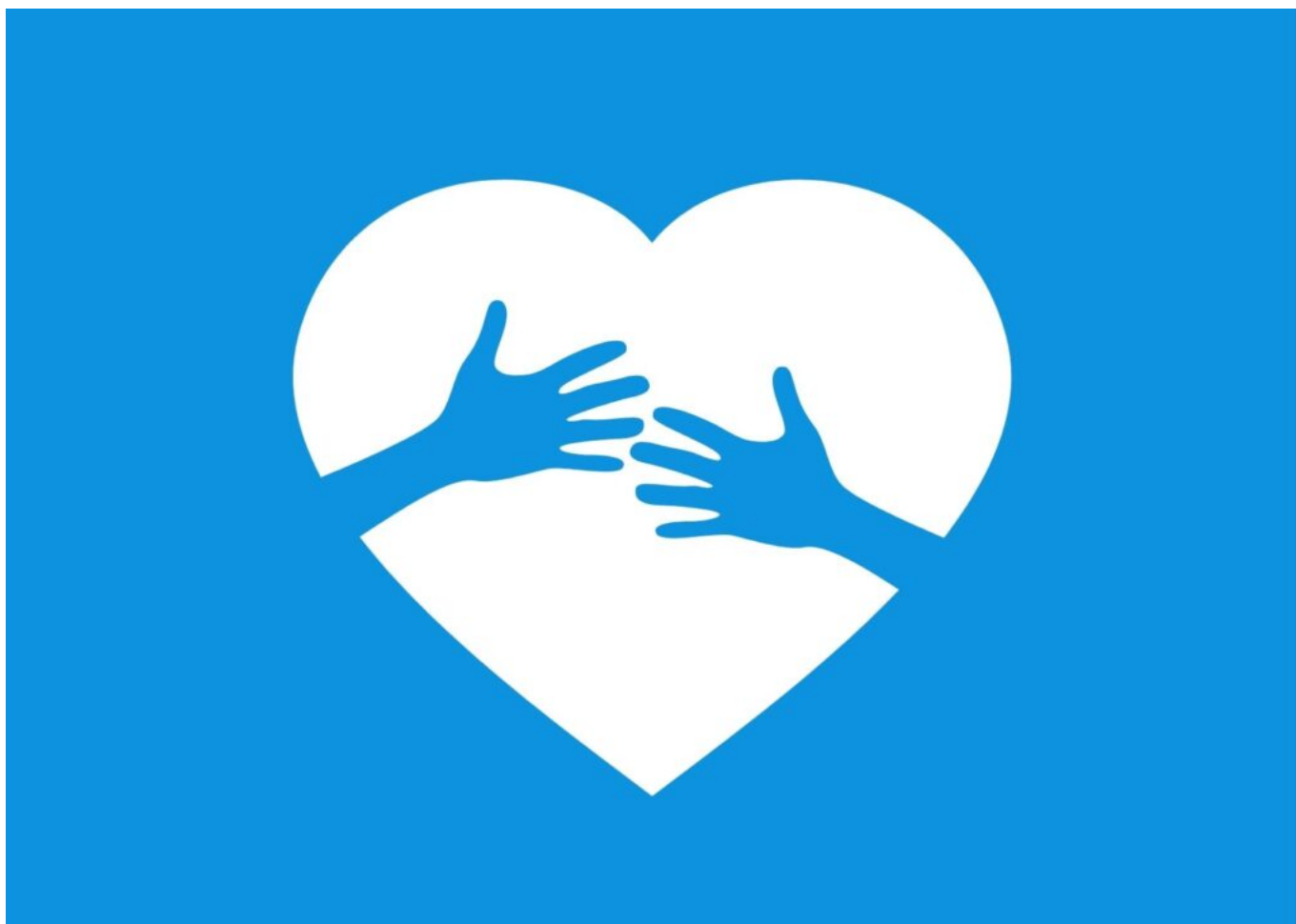


Szkolenie z cyklu „Zrozumieć starość”



Uniwersytet Medyczny w Poznaniu zaprasza do udziału bezpłatnym w programie edukacyjnym dla nieformalnych opiekunów osób starszych „Zrozumieć starość”.

W szkoleniu będą mogli wziąć udział:

- osoby dorosłe zamieszkałe na terenie województwa wielkopolskiego,
- nieformalni opiekunowie osób starszych z województwa wielkopolskiego,
- osoby nieposiadające formalnego wykształcenia w zakresie opiekuna osób starszych;

W ramach szkoleń odbędzie się 6 spotkań, podczas których poruszane będą tematy dotyczące najczęstszych chorób, bezpiecznego stosowania leków, zdrowej diety i aktywności fizycznej oraz psychologii:

- Specyfika chorobowości w starości: jak chorują osoby starsze
- Starość i leki kiedy więcej oznacza gorzej?
- Sposoby radzenia sobie ze stresem, w tym ze stresem związanym z opieką
- Aktywność w starości dlaczego trzeba być aktywnym?
- Dieta osób starszych
- Zasady komunikacji z osobą starszą, w tym walidacja gerontologiczna czyli jak porozumiewać się z chorym z otępieniem?

Zajęcia prowadzone będą przez lekarza geriatrę, farmaceutę, dietetyka,

psychologa. Każde spotkanie będzie obejmować 2 wykłady i czas na dyskusję, w czasie spotkania serwowany będzie ciepły posiłek, przewidziana jest też przerwa kawowa.

Każdy uczestnik szkolenia otrzyma bezpłatne materiały szkoleniowe oraz poradnik, a także certyfikat ukończenia szkolenia wydany przez Uniwersytet Medyczny.

Udział w szkoleniach jest bezpłatny.

Rejestracja: skropins@ump.edu.pl, tel. 61 873 83 27 lub wiadomość SMS na numer tel. 502 601 017.

Szkolenia są realizowane w ramach projektu „III misja Uniwersytetu Medycznego im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu”.