

ČLOVEK, ZDRAVJE, MEDICINA

Mentor/ica:	Barbara Hrovatin , dr. medicine in doktorska študentka medicinske antropologije (SAZU). Temeljno področje njenega raziskovanja in delovanja je humanizem v medicini. Vrsto let je ustvarjala radijske oddaje Za zavestno ohranjanje zdravja. Je avtorica ali so-avtorica več zdravstvenih vodnikov in člankov na temo zdravja.
Kdaj in kje:	TOREK, 13:00 do 14:30; 2 x mesečno: drugi in četrty torek v mesecu
Prvo srečanje:	torek, 11. januar 2022

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 omrežij, kjer ni mogoče zares ločevati telesa od duše, človeka od družbe, niti od okolja. V programu 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?

V programu bomo obravnavali naslednje teme:

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

Hrana - kaj je dobro vedeti o zdravi prehrani, 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 govorne besede; film The Wit.

Samopomoč - akupresurne točke in naravna zdravila ter prehranska dopolnila.

The WEL - škotski pristop h krepitvi zdravja.

Kako vidimo reči (svet) - ozaveščanje pogleda na svet.

Kaj je življenje - sistemski pogled, značilnosti živih sistemov.

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

Okoljsko zdravje - integrativni pristop.

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

CILJI

Razviti celostno razmišljanje o 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 DELA

Spletno izobraževanje (Zoom srečanja), PP prezentacije z video in avdio vsebinami, spodbujanje aktivnega poslušanja. Srečanje v naravi.

UPORABLJENA LITERATURA IN VIRI ZA PRIPRAVO PROGRAMA

Izkušnje mentorice iz prakse v ambulanti splošne medicine. 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 Encgancement Leaning), Škotska.