



ČLOVEK, ZDRAVJE, MEDICINA

Začetna skupina

Mentorica:	Barbara Hrovatin , dr. med., nekdanja splošna zdravnica, doktorica znanosti na področju medicinske antropologije (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, 14:30 do 16:00 (praviloma 2 x mesečno) UTŽO Ljubljana, Poljanska cesta 6, dvorana v pritličju
Prvo srečanje:	torek, 27. januar 2026, ob 14.30 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« se bomo v raziskovanju širših okvirjev zdravja posvetili desetim tematskim sklopom:

1. Uradna, komplementarna in integrativna medicina – značilnosti in razlike, dopolnjevanja.
2. Placebo. Skrivnostni sopotnik medicine, ali kako deluje nekaj česar »ni«?
3. Izkušnja bolezni in dober terapevtski odnos – več kot skupek diagnoz in receptov.
4. Kronično tleče vnetje kot temelj najpogostejših bolezni in možnosti zdravljenja.
5. Hrana kot zdravilo (poglobljeno razumevanje hrane v povezavi s kroničnimi boleznimi; naravna zdravila in prehranska dopolnila – kaj, kdaj, zakaj; dobri in zdravi recepti za vsakdan).
6. Ljubezen in zdravje – raziskave potrjujejo pomen odnosov za zdravje in dolžino življenja.
7. Skrivnosti staranja in dolgoživosti – zakaj se sploh staramo in kaj se lahko naučimo od skupnosti, ki živijo najdlje.
8. Stres – kako deluje, kaj pomaga.
9. Zdravje v dobi antropocena – pomen okolja.
10. Navdih za zdravje – moje zdravje onkraj medicinskih ukrepov.

CILJI

Razvijati celostno razumevanje dejavnikov, ki vplivajo na zdravje, zdravljenje in dobro počutje.
Utemeljeno osvetliti področja samozdravljenja.

METODE DELA

PP prezentacije z video in avdio vsebinami, spodbujanje aktivnega poslušanja in interaktivnega učenja.
Praktične vaje, ki poglobljajo razumevanje in ponotranjijo naučeno.

UPORABLJENA LITERATURA IN VIRI ZA PRIPRAVO PROGRAMA

Izkušnje mentorice iz prakse v ambulantni splošne medicine in s komplementarno/integrativno medicino.
Interno študijsko gradivo mentorice: »Zdravljenje v biomedicini - razmišljanja zdravnikov-učiteljev" - doktorsko delo iz medicinske antropologije na Družbenomedicinskem institutu SAZU. Seminar iz narativne medicine (ZDA); Delavnica Umetnost zdravljenja (ZDA); Delavnica The WEL (Wellness Enhancement Learning), Škotska. Zdravilni krogi (Healing Circles Global, ZDA).

Datumi izobraževalnih srečanj: januar-maj 2026

27. januar

10. in 24. februar

10. in 24. marec

7. in 21. april

5., 19. in 26. maj.