

KVIEČIAME REGISTRUOTIS Į NUOTOLINIUS MOKYMUS

VšĮ Abromiškių reabilitacijos ligoninė kviečia į nuotolinių seminarų ciklą
„Judesių valdymo tobulinimas ir traumų prevencija“,
skirtą 65 metų ir vyresnio amžiaus asmenims iš visos Lietuvos.

SEMINARŲ TEMOS:

- **Judesių valdymas ir traumų prevencija.**

Judesių valdymas - centrinės nervų sistemos mechanizmas, kuris planuoja, organizuoja, valdo ir koreguoja norimo judesio atlikimą. Senstant centrinės nervų sistemos mechanizmas kinta.

Seminaro metu sužinosite, kokie veiksniai daro įtaką judesių valdymo kitimui ir kaip išvengti traumų?

- **Vykdomoji funkcija ir traumų prevencija.**

Vykdomoji funkcija skirta veiksmingiems sprendimams priimti. Ją sudaro darbinės atminties, dėmesio koncentracijos, nereikalingų dirgiklių slopinimo ir mąstymo lankstumo mechanizmai. Senstant vykdomoji funkcija gali patirti tam tikrus pokyčius.

Seminaro metu sužinosite, kokie veiksniai daro įtaką šiems pokyčiams? Ar galime pokyčius valdyti?

Į šiuos ir kitus svarbius klausimus atsakymai bus pristatyti iš atliktų naujausių mokslinių tyrimų.

SEMINARO LEKTORIUS:

Prof. Albertas Skurvydas – vienas žymiausių Lietuvos sporto mokslininkų, habilituotas biologijos mokslų daktaras. Visą gyvenimą domisi judesių ir sporto fiziologija ir biomechanika, neuromokslais, įvairaus amžiaus žmonių sveikatos stiprinimo nefarmakologinėmis technologijomis, sportininkų fizinių ypatybių treniravimu, psichinės sveikatos ir proto treniravimo neurofiziologija. Parašęs daugiau kaip 200 mokslinių straipsnių, knygų autorius, konferencijų ir seminarų pranešėjas, mokslo daktaro disertacijų vadovas.

SEMINARAI VYKS: sinchroniniu būdu, zoom platformoje visą rugsėjo mėnesį.

ARTIMIAUSI MOKYMAI NUMATYTI: 2023 m. rugsėjo 7 d. 13 val.

SEMINARO TRUKMĖ: 4 ak. val.

Dalyvių skaičius ribotas (registracija bus stabdoma surinkus maksimalų dalyvių skaičių).

Dalyvavimas NEMOKAMAS.

Registracijos nuoroda: https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScoOKexfiSWuuCR-4WLGZehECs8kjpP5VYnAuc6maqIRbwqBg/viewform?usp=sf_link

Prisijungimo Zoom nuoroda bus atsiųsta vieną dieną prieš mokymus nurodytu el. paštu.

Kilus klausimams rašykite el. paštu: kokybe@abromiskes.lt

Mokymai yra "Traumų prevencijos priemonių taikymo ir saugaus senėjimo įgūdžių formavimo plėtra" projekto dalis.

Projektą finansuoja Visuomenės sveikatos stiprinimo fondas prie SAM.