

"תרגיל"

התכנית שמתאימה לך!



תכנית תרגיל מיועדת לאנשים עם ירידה קוגניטיבית קלה. מטרת התכנית לסייע בהיכרות ראשונית עם הקשיים והיכולות ולהתחיל בהקניית כלים בסיסיים למניעת התדרדרות, לשיפור איכות החיים ולתפקוד יומיומי טוב יותר במשפחה, בחברה ובמטלות החיים.

התכנית כוללת אבחון הגורמים לירידה הקוגניטיבית והיכולות של המשתתף ובהתאם, בניית תכנית אישית וקבוצתית המבוססת על למידה וליווי אישי. במידה ויתאימו לך, מסיימי התכנית יוכלו להשתתף בתכנית "גיל", שהיא תכנית מניעה מקיפה יותר, הכוללת שימוש במיטב הטיפולים החדשניים בתחום.



המכון הלאומי לשיקום נפגעי ראש (ע"ר)
"מחזירים את המוח לעבודה"



למי זה מתאים?

לאנשים מעל גיל 60, החווים שינויים בזיכרון וביכולות הקשב, שמעוניינים למצוא את דרך ההתמודדות המתאימה להם.

מה התרגיל?

אחר צהריים אחד, פעם בשבוע, כשאורך כל מפגש 5-2 שעות.

- ✓ אבחון נוירופסיכולוגי ייעודי.
- ✓ התאמת תכנית טיפול אישית.
- ✓ טיפולים פרטניים וקבוצתיים.
- ✓ קבוצה לשיפור הזיכרון.

בהתאם לתוצאות, תוצע תכנית המשך על בסיס פרטני או קבוצתי מורחב ותינתן אפשרות להצטרף לתוכנית "גיל" הייחודית.

לפרטים והרשמה:

מרכז גשר גליל

רח' ברוש ת"ד 60,
מגדל תבן 2495900
טל/פקס: 04-9971567
gesher@shikumil.org.il

מרכז שפיצר לשיקום

רח' יהודה הנשיא 3,
נוה-דוד חיפה 3542596
טל: 04-8301334,
פקס: 04-8301352
spitzer@shikumil.org.il

מרכז רקנאטי לשיקום

רח' יצחק שדה 89,
תל אביב 6722820
טל: 03-5650888,
פקס: 03-5624779
recanati@shikumil.org.il

"גיל"

תכנית מניעה נוירו-קוגניטיבית חדשנית וייחודית!



תכנית גיל היא תכנית מקיפה ואינטנסיבית, המיועדת לאנשים עם ירידה קוגניטיבית קלה ומטרתה לנסות לשפר את איכות החיים של המשתתפים, תוך שיפור היכולות הקוגניטיביות ומניעה של התדרדרות נוספת.

התכנית מותאמת אישית לכל משתתף והיא מבוססת על למידה וליווי אישי. התכנית מבוססת על ניסיון מעשי וידע מחקרי רב ומשלבת את הכלים החדשים ביותר בתחום.



המכון הלאומי לשיקום נפגעי ראש (ע"ר)

"מחזירים את המוח לעבודה"



שיטת יזכרון, התנהגות ומפקד בכל המחלקות



למי זה מתאים?

לאנשים מעל גיל 60, החווים שינויים בזיכרון וביכולות הקשב, שמעוניינים לשפר את איכות חייהם ומוכנים להקדיש מזמנם על מנת להגיע לתוצאות מייטביות.

הרכב התוכנית

שלוש פעמים בשבוע, שני מפגשי בוקר ואחד אחר הצהריים, במשך ארבעה חודשים, כשאורך כל מפגש כחמש שעות.

- ✓ אבחון נוירופסיכולוגי ורפואי, בתחילת התהליך ובסופו.
- ✓ טיפולים קבוצתיים (קבוצות זיכרון, שימושי מחשב, שיפור חשיבה ועוד).
- ✓ טיפולים פרטניים בשיתוף בני המשפחה.
- ✓ למידת מיומנויות חדשות.
- ✓ אימון קוגניטיבי ממוחשב.
- ✓ פעילות פנאי ותרבות.
- ✓ הערכה וליווי רפואיים ע"י מרפאות מרחב (בראשות פרופ' אלי ורטמן).

לפרטים והרשמה:

מרכז גשר גליל

רח' ברוש ת"ד 60,
מגדל תפן 2495900
טל/פקס: 04-9971567
gesher@shikumil.org.il

מרכז שפיצר לשיקום

רח' יהודה הנשיא 3,
נוה-דוד חיפה 3542596
טל: 04-8301334,
פקס: 04-8301352
spitzer@shikumil.org.il

מרכז רקנאטי לשיקום

רח' יצחק שדה 89,
תל אביב 6722820
טל: 03-5650888,
פקס: 03-5624779
recanati@shikumil.org.il