**18.11.2021 r.**

**Wiek to stan umysłu - psychogeriatria**

Starzejące się społeczeństwo zarówno w Polsce jak i w Europie stawia przed służbą zdrowia, placówkami opiekuńczymi oraz lokalną administracją nowe wyzwania związane ze zorganizowaniem wszechstronnej, wielokierunkowej, interdyscyplinarnej opieki i pomocy dla osób o różnym poziomie i rodzajach niepełnosprawności. Aktywizacja ludzi przechodzących na emeryturę i motywacja do działania i osób starszych jako droga do poprawy stanu zdrowia fizycznego i psychicznego, oraz jakości życia seniorów.

Szkolenie przeprowadzane jest w formie warsztatów, podczas których uczestnicy poznają zasady i teorie ogólne pracując aktywnie z materiałami, w grupach oraz na forum. Szkolenie składa się z dwóch części.

W części pierwszej, uczestnicy poznają problematykę starości w aspektach fizycznym, społecznym oraz psychologicznym, w ujęciach różnych definicji i podejść teoretycznych. Poznają problematykę z zakresu psychologii zdrowia i starości, wykluczenia społecznego osób starszych, wyuczonej bezradności, stresu związanego ze starzeniem się i przemijaniem, radzeniem sobie ze stratą, adaptacji cywilizacyjnej oraz różnic pokoleniowych.

W części drugiej uczestnicy poznają główne koncepcje i metody przeciwdziałania negatywnym aspektom wieku starszego, oraz sposoby wzmacniania pozytywnych stron starzenia się. Poruszane są wyzwania jakie stawia przed osobami starszymi przejście na emeryturę oraz omawiane są przykłady aktywizacji z krajów skandynawskich i Kanady i Polski.