

ŠD Kekec in Mojca v sodelovanju z dr. Ana Škoberne vabi na

# ŠOLO LUSKAVICE ZA ŽIVLJENJE

Gozd Martuljek, Hotel Rute, 13.5. – 15.5.2016

**Ima luskavica negativen vpliv na vaše počutje, vas ovira tako na poklicnem, kot družabnem področju?**

Luskavica je ena od ovir v življenju, ki človeka prizadene telesno, psihološko in socialno. Včasih so bolnikovi občutki, doživljanja, čustva in odnosi s svetom bolj prizadeti, kot pa samo telo.

Če želite nadzorovati luskavico, je prvi korak, ki ga morate narediti, razumevanje bolezni in zavedanje vpliva, ki ga ima luskavica na vaše vsakdanje življenje.

Za vas smo pripravili Šolo luskavice za življenje, ki vas bo naučila sprejemanja in obvladovanja luskavice. Predstavlja pa tudi priložnost aktivnega preživljanja vikenda ter delitve izkušenj in doživljanj življenja z luskavico.

Šola je namenjena vsem bolnikom z luskavico in njihovim svojcem. Poseben poudarek bo na bremenu luskavice pri mladih, ki se počutijo nemočne, nimajo samospoštovanja in imajo zelo slabo samopodobo, kar vpliva tudi na medsebojne odnose in delo.

Šolo bo vodila Ana Škoberne, dr. med. specialistka dermatovenerologije.

**STROŠEK: 60 EUR osebo + TT.**

Cena vključuje sodelovanje na teoretičnih in praktičnih vsebinah šole luskavice, **namestitev in 2x polpenzion**. Nudimo tudi možnost spremstva svojcev, z doplačilom: 60 EUR (2x namestitev s polpenzionom), otrok od 2.-7.leta - 50% in od 7.-14.leta -30%.

Odločite pa se lahko tudi za enodnevno namestitev s polpenzionom za 35 EUR/osebo + TT.

**Minimalno število udeležencev** za izvedbo delavnice je 30.

Za namestitev in prehrano bo poskrbljeno v **kapacitetah Hotela Rute**

**Dodatne informacije in prijave:** Mojca Koligar, 041 749 991, [mojca.koligar@gmail.com](mailto:mojca.koligar@gmail.com)

**Rok za prijavo: 10.5.2016**

**Poskrbite za svoje zdravje.**

**Pridružite se nam pri spoznavanju in razumevanju življenja z luskavico.**

# OKVIRNI PROGRAM

Gozd Martuljek, Hotel Rute, 13.5. – 15.5.2016

Vsebina teoretičnih predavanj bo potekala 14. in 15.5. 2016 v dopoldanskem času v skupnem obsegu 5-6 šolskih ur:

- ❖ Luskavica kot imunsko pogojena bolezen in njeni različni "obrazi"
- ❖ Etiologija in patogeneza bolezni
- ❖ Pristop k pacientu z luskavico in nadaljnja obravnava
- ❖ Možnosti zdravljenja
- ❖ Pomen bioloških zdravil kot novejših zdravil in njihove prednosti
- ❖ Spremljanje pacientov z luskavico
- ❖ Obvladovanje bolezni oz. kako jo držati pod kontrolo
- ❖ Nega kože
- ❖ Življenjski stil pacienta z luskavico
- ❖ Klinični primeri
- ❖ Stres in vpliv na bolezen
- ❖ Pomen tehnik sproščanja

Na koncu vsakega predavanja bi sledila diskusija, izmenjava mnenj in izkušenj.

Ana Škoberne, dr. med. specialistka dermatovenerologije bo odgovarjala na morebitna dodatna vprašanja.

Vsebina praktičnih delavnic v popoldanskem času bo potekala med 13. in 15.5 ter bo obsegala:

- ❖ Nadzor in kontrolo dihanja, z elementi pilatesa in drugih tehnik sproščanja
- ❖ Pohod
- ❖ Kolesarjenje

Podrobni program z urnikom boste prejeli ob sami prijavi.

