

פילאטיס

Pilates

מנהל רפואי יחידת הכימותרפיה: פרופ' ברוך קליין
 מנהלת אדמיניסטרטיבית מערך אונקולוגי: לילי בורוכוב
 צוות האחיות: ליטל פרץ, סבטלנה אברמוב, ורד חג'בי, ליליאן מייבסקי
 מערך אונקולוגי, אסותא מרכזים רפואיים



תיאור הפעילות

במסגרת פרויקט "רוש מושיטה יד" מופעלת במכוננו סדנת פילאטיס למטופלים. לשיטתנו עם הגעת המטופלים למכון, הטפול כבר ממתין להם במקום ואיתו גם המדריכה לפילאטיס... הפעילות מתקיימת אחת לשבוע במשך שעה, בישיבה, ומאפשרת לעבור את משך הטפול בצורה חווייתית ומפנקת. המדריכה מתאימה את התרגול ליכולת האישית של כל אחד ואחת ומלווה זאת בעזרים שונים כמו כדורים, גומיות וכיוצ"ב. אין כמו שבירת השגרה עם פעילות ספורטיבית שיש בה כדי לחזק ולשפר את תחושת היכולת הפיזית ואיתה הביטחון האישי ומצב הרוח. **לסיכום:** אין ספק כי פעילות הפילאטיס תורמת באופן משמעותי לחוויית הטפול ומאפשרת הפחתת מתחים והגברת מודעות לגוף ולצרכיו.



פרופ' קליין ברוך
 מנהל המכון

רוש מושיטה יד

