

פילאטיס Pilates

מנהל המערך ההמטולוגי: פרופ' אליעזר רחמילביץ
 אחות אחראית אשפוז יום המטולוגי: מלי בורוכוב, מדריכה: טל גלבווע
 אשפוז יום המטולוגי, מרכז רפואי וולפסון, חולון



תיאור הפעילות

שיטת הפילאטיס הינה שיטת אימון גופני דינמית, פיזית, מאתגרת והוליסטית שמטרתה לשפר את יכולות הגוף. העבודה עם הגוף, התנועה, והמודעות לנשימה, גורמים למטופלים לחייך, להעביר את זמן הטיפול בפעילות נעימה, חיונית ומשחררת, אשר מעוררת את גופם באופן חיובי ומהנה. שיעורי הפילאטיס מותאימים למטופלים בכלל הקשור לקצב העבודה וסוג התרגילים. מטרה חשובה בפעילות היא להחזיר למטופלים את האמון בגופם, להביא את העולם ה"רגיל" מבחוץ פנימה. בזמן השיעור נוצרת אווירה מיוחדת ושונה בחדר הטיפולים. הצוותים הרפואיים נהנים מאוד ושמחים לראות אופטימיות וחיוך אצל המטופלים. סוף השיעור מסתיים במדיטציה ודמיון מודרך - כמה דקות של רוגע ושלווה.



מלי בורוכוב
 אחות אחראית
 אשפוז יום המטולוגי



פרופ' אליעזר רחמילביץ
 מנהל המערך ההמטולוגי