

להזדקן בתבונה – כלים והשראה לחיים טובים בגיל השלישי

סדרת הרצאות מקוונת בנושאי פסיכולוגיה, תרבות ורוח במכון הרצג

ארבע הרצאות בימי שני (17:00-18:00), בהנחייתה של פרופ' סילביה קוטון, ראשת מכון הרצג לחקר הזיקנה
עלות הסדרה: 100 ₪

- 8.3.21: ד"ר טל דקל: כוח האמנות, כוח הגיל – מגדר וגיל מבוגר בראי האמנות בישראל
- 15.3.21: ד"ר עירית בלובשטיין: יצירת חוסן בגיל המבוגר – כלים מיטיבים לחיים
- 22.3.21: ד"ר כרמל שלו: להזדקן בחן ובחסד – שיעורים לחיים מחוכמה עתיקה
- 12.4.21: מר תום עיבל: חוש הומור לחיים טובים – הרצאה מצחיקה בהתבסס על יצירתו של הקומיקאי לארי דיוויד



Photo by Rana Sawalha, unplash.com

אפשרויות תשלום: (1) העברה בנקאית, לבנק דיסקונט, סניף 118, חשבון 2164673 (עבור "המכון למחקר חברתי")
(2) לתשלום בכרטיסי אשראי או פיי פאל, אנא שלחו מייל לכתובת herczeg@tauex.tau.ac.il

אישור הרשמה וקישור לזום יישלח לנרשמים באימייל לאחר התשלום.

לשאלות אנא צרו קשר עם תום עיבל, tomaival@tauex.tau.ac.il או בטלפון: 050-7651940.

סדרת הרצאות מקוונת במכון הרצג לחקר ההזדקנות והזיקנה

הסדרה בהנחייתה של **פרופ' סילביה קוטון**, ראשת מכון הרצג לחקר הזיקנה.

פרטי ההרצאות:

8.3.21: ד"ר טל דקל: כוח האמנות, כוח הגיל – מגדר וגיל מבוגר בראי האמנות בישראל: ההרצאה תעסוק במקורות העוצמה וההשראה שנטועים בגיל המבוגר, בדגש על היבטים מגדריים. באמצעות דוגמאות ממגוון רחב של יצירות אמנות – פיסול, ציור, צילום וכן עבודות וידיאו – נקבל תובנות אודות נושאים כמו קשר בין-דורי, ייצוג עצמי ואף אתגרי ההזדקנות המוצלחת במאה ה-21. כל אלו יציעו נקודות מבט רעננות וחדשניות לדיון בגיל הזיקנה.

ד"ר טל דקל היא חוקרת של תרבות חזותית ומתמקדת בסוגיות של זהות. קטגוריות כמו גיל, מגדר, אתניות, דת ולאום משמשים לה בניתוח יצירות אמנות. ד"ר דקל היא ראש התכנית ללימודי אוריינות חזותית במכללת סמינר הקיבוצים, ומרצה בחוג לאמנות ובתוכנית למגדר באוניברסיטת תל אביב. ספרה החדש "נשים וזיקנה – מגדר וגילנות בראי האמנות בישראל" ראה אור בהוצאת האוניברסיטה הפתוחה בשנת 2020.

15.3.21: ד"ר עירית בלובשטיין: יצירת חוסן בגיל המבוגר – כלים מיטיבים לחיים: כיצד נוכל להתמודד עם אתגרים וקשיים בהזדקנות ובזיקנה? מהם הגורמים התורמים לחוסן ולמשמעות בגיל המבוגר? מה בין הזדקנות מוצלחת להזדקנות קשובה? הרצאה זו תעסוק בשאלות אלה תוך דיון בידע הקיים מתוך מחקרים בארץ ובעולם, ותוך התייחסות לכלים ולטיפים מתחום הפסיכולוגיה החיובית, אשר עשויים לתמוך בתהליך ההזדקנות בכלל ובתקופות משבר בפרט.

ד"ר עירית בלובשטיין היא חוקרת במכון הרצג ומרצה בחוג לסייעוד באוניברסיטת בתל אביב. עירית היא פסיכולוגית ומחקריה עוסקים בקו התפר שבין פסיכולוגיה לרפואה – בתחום הרווחה הנפשית, צמיחה פוסט-טראומטית וקשיבות בתהליך ההזדקנות. כמתרגלת קשיבות וכמטפלת, ההתמודדות עם אתגרי הגיל המבוגר ויצירת חוסן ומשמעות בגיל זה מעסיקים אותה באופן אישי ומקצועי.

22.3.21: ד"ר כרמל שלו: להזדקן בחן ובחסד – שיעורים לחיים מחוכמה עתיקה: הרצאה זו מזמינה לפגוש את האתגרים של הזדקנות בזמנים אלה בלב פתוח, סקרן ואמיץ. אנו מאריכים ימים יותר מאי פעם בעבר, ועם זאת חווים אי-נחת מול פגיעות גופנית וגם חברתית. עם זאת, בידינו הבחירה כיצד להתייחס לכך – באיבה או באהבה, כקורבן של נסיבות או כהזדמנות להתפתחות תודעתית. החוכמה הבודהיסטית העתיקה מלמדת שאין מנוס מן התהליך הטבעי של לידה, הזדקנות, מחלה ומוות, ושבידינו לעצב את מקומנו בעולם מרגע לרגע באהבה, חמלה, הוקרה ושלווה, ולטפח הזדקנות מיטיבה לעצמנו ולזולת.

ד"ר כרמל שלו פרשה לפני מספר שנים מעבודתה המקצועית כמשפטנית בשירות הציבור ובאקדמיה, בתחומי בריאות וזכויות האדם, אתיקה של הולדה רפואית, זכויות חולים וטיפול בסוף החיים. ספרה "בזכות ההזדקנות" (הוצאת פרדס, 2019) הוא פרי ניסיונה עם מאות קבוצות תרגול ושיח שהנחתה במסגרת תנועת חכמת ההזדקנות, והוא זכה במענק יצירה מקומית של המועצה האזורית מטה אשר לשנת 2020.

12.4.21: מר תום עיבל: חוש הומור לחיים טובים – הרצאה מצחיקה בהתבסס על יצירתו של הקומיקאי לארי דיוויד: נדבר על מה שמצחיק אותנו בסדרות *תרגיע* ו*סיינפלד*, על חוש הומור והזדקנות, יהדות והומור, הומור אבסורדי והחשיבות של חוש ההומור לחיים.

מר תום עיבל, בעל תואר מוסמך (MA) בפסיכולוגיה קוגניטיבית, הוא הרכז האקדמי של מכון הרצג. מתעניין מאוד בנושאי פסיכולוגיה ותרבות, כותב למגירה, מעריץ מושבע של סיינפלד כבר מסוף שנות ה-90, ובדומה ללארי דיוויד אוהב לזעוף.

אפשרויות תשלום: (1) העברה בנקאית, לבנק דיסקונט, סניף 118, חשבון 2164673 (עבור "המכון למחקר חברתי"). (2) לתשלום בכרטיסי אשראי או פיי פאל, אנא שלחו מייל לכתובת herczeg@tauex.tau.ac.il אישור הרשמה וקישור לזום יישלח לנרשמים באימייל לאחר התשלום. לכל שאלה אנא צרו קשר עם תום עיבל, tomaival@tauex.tau.ac.il או בטלפון: 050-7651940.