

ASL TO4, Dipartimento di Prevenzione, SSD Promozione della Salute
con il patrocinio del Comune di Torre Canavese

XIV Corso di formazione per *WALKING LEADER* DI COMUNITA'

Sabato 9 marzo e sabato 16 marzo 2024

Orario: 8.45 – 12.30 e 14.00-16.00

Torre Canavese, salone plurifunzionale di via Ruetta.

Sono previste 12 ore di formazione suddivise in 6 di teoria, 4 di pratica, 2 di lavori di gruppo.

Programma:

I giornata

- 08.45 - 09.00 Registrazione dei partecipanti
- 09.00 - 09.20 Presentazione del progetto, dr. G. Bellan, dr.ssa C. Francone
- 09.20 - 09.50 Salute e malattia nelle nostre comunità, i dati della nostra salute, malattie prevenibili e salute, dr. G. Bellan
- 9.50 -10.30 Fisiologia e benefici del camminare, i rischi della sedentarietà, dr. Maurizio Gottin
- 10.30 -10.45 Pausa
- 10.45 - 11.30 L'alimentazione delle persone attive, dr. G. Barone
- 11.30 - 12.00 Lavoro di gruppo: la motivazione alla partecipazione, come convincere le persone alla partecipazione e al cambiamento
- 12.00 -12.45 Confronto in plenaria
- 12.45 -14.00 Pausa pranzo
- 14.00 -16.00 Aspetti tecnici della camminata dr.ssa Isabella Barovero

Il giornata

- 08.45 - 09.15 Riflessioni dopo il primo incontro: le opportunità e le criticità
- 09.15 - 09.45 Promozione della salute del singolo e della comunità, il ruolo della leadership, il lavoro di rete, dr.ssa C. Francone
- 09.45 - 10.30 I problemi e le criticità dell'attività fisica, dr. A. Massasso
- 10.30 - 10.45 Pausa
- 10.45 - 11.15 Lavoro di gruppo: l'organizzazione della rete locale e il suo mantenimento, dr.ssa G. Corgnati
- 11.15 - 12.00 Confronto in plenaria
- 12.00 - 12.45 Condivisione in plenaria del programma e del mandato, conclusioni.
- 12.45 – 14.00 Pausa pranzo
- 14.00 - 16.00 Conduzione di un gruppo di cammino, dr.ssa Isabella Barovero

Docenti:

Isabella Barovero: laureata in scienze motorie ed esperta nella promozione del cammino.

Giuseppe Barone: medico SC SIAN (Servizio Igiene Alimenti Nutrizione) ASL TO 4

Giorgio Bellan: medico veterinario, esperto di promozione della salute, consulente

Giuditta Corgnati: medico dello sport ASLTO4

Carla Francone: medico consulente sul progetto

Maurizio Gottin: medico consulente sul progetto

Alberto Massasso: medico consulente sul progetto

Riferimenti:

SSD Promozione della Salute

Via Regio Parco 64 Settimo Torinese

promozionesalute@aslto4.piemonte.it

Segreteria: tel.011-8212305