

IL CICLO DI INCONTRI

E' possibile vivere la propria longevità all'insegna del benessere?

E' la domanda alla quale proveremo a dare una risposta nel corso di questo ciclo di incontri. Il benessere, a qualunque età, dipende infatti da diversi fattori. Non tutti sono sotto il nostro controllo, ma molti di essi sono influenzati dal nostro stile di vita.

Cercheremo quindi di capire insieme a voi come sperimentare una longevità attiva e lo faremo con l'aiuto di esperti professionisti esplorando i tre pilastri fondamentali del benessere psicofisico: alimentazione sana, attività fisica e relazioni sociali.



Comune di
San Pietro di Feletto



Comune di
Refrontolo



Fondazione De Lozzo-Da Dalto onlus
tel. 0438.784328 - fax 0438.784387
info@delozzodadalto.it



LONGEVI E ATTIVI

CICLO DI INCONTRI APERTI ALLA CITTADINANZA
PER MIGLIORARE LA SALUTE,
IL BENESSERE E LA VITALITÀ
IN UNA DELLE ETÀ PIÙ SERENE DELLA VITA

Gli incontri si terranno presso
Fondazione De Lozzo - Da Dalto Onlus
Via Pianale, 36 - Santa Maria di Feletto (TV)

PROGRAMMA



Sabato 4 novembre 2017, Ore 9.00-11.30

ALIMENTAZIONE E BENESSERE

Saluti istituzionali

Un corretto stile di vita per un mantenimento in salute

Paola Paludetti, Direttore Distretto Pieve di Soligo Azienda Ulss 2 Marca Trevigiana

L'importanza di una sana alimentazione

Daniela Sandri, Biologa Nutrizionista Azienda Ulss 2 Marca Trevigiana

Disfagia, quali possibili cause e rimedi di un disturbo comune

Cristina Buso, Logopedista Fondazione De Lozzo-Da Dalto

Creatività a tavola, esperienze intergenerazionali intorno al cibo

Michela Meneghin, Direttore Fondazione De Lozzo Da Dalto e Silvia De Luca e Anna Mansi, Insegnanti Centro Infanzia Girotondo delle Età



Sabato 18 novembre 2017, Ore 9.00-11.30

IL MOVIMENTO È VITA!!!

Introduzione

Il movimento è salute

Tiziana Menegon, Responsabile Servizio Promozione della salute e tutela nelle attività sportive - Azienda Ulss 2 Marca Trevigiana

Il movimento come prevenzione delle malattie croniche

Anna Lorenzon, Fisioterapista Fondazione De Lozzo-Da Dalto

L'esperienza dei Gruppi Cammino nel territorio dell'Ulss 2 Marca Trevigiana

Paola Favret, Walking Leader

Muoviamoci insieme, laboratorio intergenerazionale sul movimento

Anna Lorenzon, Fisioterapista Fondazione De Lozzo Da Dalto e Monica De Biasi, Insegnante Centro Infanzia Girotondo delle Età



Sabato 2 dicembre 2017, Ore 9.00-11.30

LE RELAZIONI SOCIALI

Introduzione

L'importanza delle relazioni sociali

Mario Gecchele e Daniele Loro, Università degli Studi di Verona - Dipartimento Scienze Umane

Il Volontariato: il sapore della buona vita

Angelo Cremasco, Coordinamento Volontariato Sinistra Piave

Il dialogo intergenerazionale come prassi educativa

Laura Meneghin, Coordinatrice Centro Infanzia Girotondo delle Età

La reciprocità nella relazione, esperienze e progetti in corso

Clara Furlan, Psicologa Fondazione De Lozzo-Da Dalto e Francesca Artuso, Insegnante Centro Infanzia Girotondo delle Età

