



Patrocinato dal
COMUNE DI
VOLVERA

L'ASSOCIAZIONE ANZIANI E PENSIONATI GERBOLE e ZUCCHE DI VOLVERA



organizza
il quarto corso di educazione alla salute

“PREVENIRE PER VIVERE MEGLIO”

“Non viviamo per restare giovani, ma per diventare vecchi” A. Grun.

Gli incontri si terranno presso il Salone del Centro Sociale di Gerbole, in Via Gerbole 11, con il seguente calendario:

- **martedì 3 ottobre, ore 17:** inaugurazione del Corso. Il dott. Valerio VECCHIE', Dirigente Sanitario del Servizio Igiene e Sanità pubblica ASL TO 3 tratterà: **“La sicurezza negli ambienti domestici”** 1^a parte.
- **martedì 10 ottobre, ore 17:** Il dott. Valerio VECCHIE', Dirigente Sanitario del Servizio Igiene e Sanità pubblica ASL TO 3 tratterà: **“La sicurezza negli ambienti domestici”** 2^a parte
- **martedì 17 ottobre, ore 17:** la dott.ssa Irene OLANDA, Coordinatrice infermieristica del Centro Igiene Mentale di Orbassano ASL TO 3 tratterà: **“Ansia e depressione: strategie per affrontarle”**.
- **martedì 24 ottobre, ore 17 :** la dott.ssa Erika Gwenda BELLINI, psicologa ad orientamento clinico tratterà: **“ La memoria: 10 modi per allenarla”**.

- **martedì 7 novembre, ore 17:** la dott.ssa Silvia CICALA, Riflessologa plantare e Eft practitioner, tratterà: **“Introduzione alla riflessologia plantare: la cura del piede per il benessere psicofisico”**
- **martedì 14 novembre, ore 17:** la dott.ssa Guglielmina BATTAGLIA (Biologa e medico di famiglia) tratterà: **“Prevenzione delle malattie dell’apparato digerente-2^a parte: intestino, fegato, pancreas”**.
- **martedì 21 novembre, ore 17:** la prof.ssa Franca MAINA tratterà : **“Moto e movimento: panacea della terza età”**.
- **mercoledì 29 novembre, ore 17:** la dott.ssa Valentina PROLA, tratterà: **“L’insonnia: se la conosci, la curi”**.
- **martedì 5 dicembre, ore 17:** il dott. Valerio Vecchiè (3° incontro) presenterà i risultati del questionario su: **“Verifica della sicurezza delle abitazioni dei partecipanti”**.

**L’invito a partecipare è rivolto a tutti.
L’ingresso è libero.**

Si ringraziano tutti coloro che, con la loro sensibilità e disponibilità, hanno reso possibile la realizzazione di questo Progetto.

