

MODALITA' DI ISCRIZIONE

Il corso è offerto ai dipendenti dell'ASL CN2, del Consorzio Socio Assistenziale Alba Langhe e Roero, del Comune di Alba e alla popolazione.

L'iscrizione al corso è gratuita e può avvenire inviando la scheda tramite e-mail a: epid.alba@aslc2.it, o fax, entro e non oltre il 19 giugno, per un numero massimo di 30 persone. L'iscrizione verrà confermata tramite email.

DESTINATARI

Sono stati richiesti i crediti ECM per tutte le professioni ECM. Il corso è rivolto anche a tutte le professioni non ECM.

Percorso formativo nell'ambito del progetto "Argento Attivo" realizzato con il contributo di:



FONDAZIONE CRC

ASSEGNAZIONE CREDITI ECM:

I crediti ECM verranno assegnati solo ed esclusivamente:

- Al superamento della prova finale
- Se è stata garantita la presenza per tutta la durata del corso (almeno 90% ore/lezione)
- Se sono state compilate e consegnate le schede di valutazione corso e docenti

DIRETTORE DEL CORSO

Pietro Maimone

RESPONSABILE SCIENTIFICO

Laura Marinaro

PROGETTISTA ECM

Sig.ra Monica Saracco

SEGRETERIA ORGANIZZATIVA

S.S.D. Epidemiologia, Promozione della Salute e Coordinamento Attività di Prevenzione ASL CN2

Giuseppina Zorgniotti

Nicoletta Sorano

Patrizia Pelazza

Tel.: 0173/594507; 0173/316650

Fax: 0173/594512

E-Mail: epid.alba@aslc2.it

dal lunedì al venerdì dalle 9.00 alle 16.00



EVENTO FORMATIVO

La salute vien camminando ... come organizzare e partecipare ad un gruppo di cammino

-per futuri walking leader (facilitatori)-

28 Giugno 2019
dalle 9.00 alle 17.00

**Sala dello Sport
Comune di Alba
Via A. Manzoni 8, Alba (Cn)**

ARGENTO ATTIVO
DAI VITA AI TUOI ANNI

Corso ACCREDITATO ECM

Crediti calcolati: **9**

Area Tematica

Promozione e Prevenzione della Salute

Obiettivo area del dossier formativo

Obiettivi formativi di processo

Obiettivo formativo nazionale

Epidemiologia –prevenzione e promozione della salute con acquisizione di nozioni di processo.

Finalità

Fornire informazioni finalizzate alla promozione dell'attività fisica (in particolare promozione del cammino) nella popolazione generale e in gruppi a rischio (es. diabetici, ipertesi, disabili ecc...). Azione prevista dal PLP in risposta ad un obiettivo del PRP.

Far acquisire conoscenze teoriche e aggiornamenti sui benefici dell'attività fisica sulla salute.

Far acquisire abilità tecniche, pratiche e relazionali in riferimento all'attività di cammino sia individuale che di gruppo.

Particolare attenzione verrà data alla partecipazione e alla creazione di gruppi di cammino omogeneo.

Articolazione

Il corso si svolge in un'unica edizione di una giornata di formazione articolata in lezioni/relazioni frontali, dibattiti, esecuzione diretta di attività pratiche/tecniche, lavori a piccoli gruppi. L'impegno formativo è di 7 ore complessive per ciascun partecipante.

PROGRAMMA

8,30 *Registrazione partecipanti*

8.45 *Saluti Istituzionali*

9.00 Presentazione del corso. *L. Marinaro*

9.15 Il Piano Locale della Prevenzione: Guadagnare salute con l'attività fisica. *L. Marinaro*

9.45 Benefici dell'attività motoria. *C. Ferro.*

10.15 Il cammino, da attività naturale ad attività fisica sostenibile. *M. Casagrande*

Pausa Caffè

11.00 Camminare da soli o in gruppo? Partecipare e condurre un gruppo di cammino. *P. Alluvione*

11.30 Discussione

12.00 Un'esperienza di successo: Brawalking. *F. Molinaro*

12,30 Pausa pranzo

13.30 Attività Motoria di gruppo: esercitazioni pratiche. *M. Casagrande, P. Alluvione*

15.00 Lavori in piccoli gruppi e discussione: organizzare, in modo sostenibile ed efficace, un'attività di cammino, dall'individuo al gruppo. *G. Micene I. Marinaro*

16.30 Valutazione finale

DOCENTI

Paola Alluvione Istruttore <i>Fitwalking</i>	Associazione di volontariato Triangolo Sport Langhe Monferrato Roero
Massimo Casagrande Istruttore <i>Fitwalking</i>	Associazione di volontariato Triangolo Sport Langhe Monferrato Roero
Cesare Ferro Dirigente Medico	Dip. Prevenzione S.C. Sisp – Servizio Medicina dello Sport Asl Cn2
Laura Marinaro Dirigente Medico	Dip. Prevenzione S.S.D. Epidemiologia, Promozione Salute e Coordinamento delle Attività di Prevenzione Asl Cn2
Giorgia Micene Psicologa	Borsista c/o il Dip. Prevenzione S.S.D. Epidemiologia, Promozione Salute e Coordinamento delle Attività di Prevenzione Asl Cn2
Francesco Molinaro Organizzatore eventi sportivi	Associazione di volontariato Brawalking