



Comunità attive: corso per facilitatori di cammino

Evento Formativo Aziendale n. 131-48621

La Casa del Fiume
Piazzale Walther Cavallera, 19
Cuneo



03 – 10 ottobre 2024

PROGRAMMA

3 ottobre

- 13,20 Registrazione e saluto ai partecipanti
- 13,30 La salute e la malattia nella nostra comunità: le malattie prevenibili e la prevenzione possibile. Il ruolo della Sanità e della Comunità
- 14,00 La buona pratica del cammino: i benefici per la salute e l'invecchiamento attivo
- 14,30 Il gruppo in cammino: elementi utili alla conduzione; la gestione di possibili problemi. Il walking leader: caratteristiche, compiti, strumenti.
- 15,00 Fisiologia del cammino: fasi del cammino ed equilibrio dinamico
- 15,30 La tecnica del cammino. Esercitazione in outdoor per sperimentare il benessere del movimento.
- 16,45 Confronto sull'esperienza e conclusioni
- 17,00 Termine lavori

10 ottobre

- 13,20 Registrazione partecipanti
- 13,30 Gli Ambulatori della Salute e la pratica del cammino come strumento di prevenzione e di cura
- 14,00 L'attività fisica come strumento terapeutico: l'esempio della fibromialgia
- 14,30 Avviare un gruppo di cammino: risorse e strumenti
- 15,00 Il ruolo delle Associazioni ed il sostegno della comunità
- 15,30 Sperimentazione di esercizi e cammino
- 16,30 Confronto sull'esperienza e valutazione prova pratica.
- 17,00 Termine lavori

OBIETTIVI FORMATIVI

Camminare fa bene a tutti ed è una competenza innata dell'essere umano; rappresenta il modo più semplice, economico e alla portata di tutti per preservare il benessere psicofisico e per contrastare le malattie croniche correlate a stili di vita non salutari. E' dimostrato che 30 minuti di cammino al giorno sono sufficienti per stare meglio e vivere più a lungo e che per alcune condizioni patologiche, il cammino sia un valido ausilio terapeutico.

Promuovere i gruppi di cammino sul territorio è un'azione strategica, non solo dal punto di vista sanitario: significa infatti favorire le reti sociali, promuovere la mobilità attiva e la valorizzazione del patrimonio ambientale.

Questo corso, nato in collaborazione con l'A.O. S. Croce e Carle, attraverso il coinvolgimento attivo della comunità e dell'Associazione, si propone di diffondere l'abitudine regolare al cammino come pratica di tutela della salute, bene comune.

Obiettivo di interesse nazionale: 10 Epidemiologia - prevenzione e promozione della salute - diagnostica - tossicologia con acquisizione di nozioni tecnico-professionali

Obiettivo di riferimento regionale: 19 area prevenzione e promozione della salute

Obiettivo Dossier Formativo: Obiettivi Tecnico-Professionali

INFORMAZIONI

Destinatari: tutte le professioni ECM e volontari

Denominazione provider: ASL CN1

Crediti ECM: 7

Numero massimo di partecipanti: n. 35

Durata complessiva: 7 ore

Condizioni per ottenere l'attestato di partecipazione all'evento e l'attestato crediti ECM:

- frequenza: 100% delle ore del Corso,
- superamento verifica di apprendimento
- compilazione dei questionari di Gradimento Docenti e Gradimento Corso sul [Portale ECM](#)

Procedura di valutazione: prova pratica

MODALITA' D'ISCRIZIONE

L'iscrizione è gratuita ma obbligatoria e deve essere effettuata tramite mail alla segreteria organizzativa all'indirizzo: educazione.sanitaria@aslcn1.it

Per poter accedere al corso è necessario essere registrati sulla piattaforma www.formazioneasanitapiemonte.it

La segreteria organizzativa è disponibile per eventuale supporto alla registrazione

SCADENZA ISCRIZIONI

25/09/2024

L'iscrizione è subordinata al parere del Direttore del Corso.

Verrà inviata mail a conferma dell'iscrizione al termine della chiusura delle iscrizioni



RELATORI E MODERATORI

Marcello Caputo

Medico, responsabile SSD Promozione della salute ASL CN1

Silvia Cardetti

Psicologa, SSD Promozione della salute ASL CN1

Fabio Anastasio

Medico, responsabile SS Medicina Sportiva ASL CN1

Massimo Marengo

Fisioterapista, Coordinatore Corso di laurea Fisioterapia, Dipartimento Scienze della Salute, Università Piemonte Orientale

Antonietta Romano

Presidente Associazione Cuneese Malati Reumatici

Antonella Ligato

Referente Progettazione Empowerment e interventi di Umanizzazione Direzione Sanitaria di Presidio AO S. Croce e Carle di Cuneo

Giorgio Pettiti

Medico, SSD Reumatologia AO S. Croce e Carle di Cuneo

Paulo Rachino

Terapista Occupazionale, SSD Recupero e Riabilitazione Funzionale e SSD Reumatologia AO S. Croce e Carle di Cuneo

Elisa Chiapello

IFeC, Distretto Sud Ovest ASL CN1

Carla Angela Migliore

IFeC, Distretto Nord Est ASL CN1

Sonia Ferraris

Fisioterapista, Coordinatore Gestionale FKT Dipartimento Medico Generale Area Riabilitativa ASL CN1

RESPONSABILE SCIENTIFICO

Dr. Marcello Caputo

SSD Promozione della salute ASL CN1

DIRETTORE DEL CORSO

Dr. Cassisa Gianfranco

Responsabile F.F. SS Formazione Sviluppo delle competenze e Qualità ASL CN1

PROGETTISTA

Matilde Annunziata

SS Formazione Sviluppo delle Competenze e Qualità ASL CN1

GESTORE CORSO

Francesco Longobardi

SS Formazione Sviluppo delle Competenze e Qualità ASL CN1

SEGRETERIA ORGANIZZATIVA

Marinella Revello

SSD Promozione della Salute ASL CN1

educazione.sanitaria@aslcn1.it

