

MODALITA' DI ISCRIZIONE

Il corso è aperto a tutti i dipendenti dell'ASL CN2.

I moduli di iscrizione devono pervenire via mail alla Segreteria Organizzativa del corso entro e non oltre il:
20 settembre 2022

L'iscrizione al corso è gratuita e può avvenire per un numero massimo di **25 partecipanti**.

DESTINATARI

Tutte le professioni ECM e NON ECM



ASSEGNAZIONE CREDITI ECM:

I crediti ECM verranno assegnati solo ed esclusivamente se:

- verifica di apprendimento: superata
- frequenza: almeno 90% delle ore del corso
- schede di valutazione corso e docenti: accessibili **ON LINE** su www.formazioneaslanpiemonte.it dal 4 novembre al 21 novembre 2022

DIRETTORE DEL CORSO

Pietro Maimone

RESPONSABILE SCIENTIFICO

Laura Marinaro

PROGETTISTA ECM

Luciana Laneri

SEGRETERIA ORGANIZZATIVA

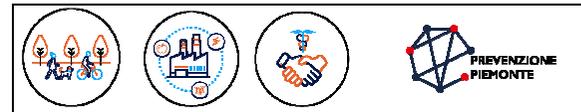
S.S.D. Epidemiologia, promozione salute e coordinamento attività di prevenzione

Patrizia Pelazza

Tel.: 0173/316650

E-mail: epid.alba@aslcn2.it

ppelazza@aslcn2.it



Progetto formativo



Corso di Formazione

**"BENESSERE IN CAMMINO
Progettare gruppi di cammino per
gli utenti dei propri servizi"**

**Venerdì 7 Ottobre
dalle ore 13.45 alle ore 17.00**

**Venerdì 14-21-28 Ottobre
Ore 14.30-16.00**

sede del corso

**SALA MULTIMEDIALE ASL CN2
ALBA - via Vida n. 10**

**Corso ACCREDITATO ECM
Codice 41431- Crediti calcolati: 12**



**REGIONE
PIEMONTE**

Area Tematica

Prevenzione e promozione 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 sui benefici dell'attività fisica e sulla progettazione dei gruppi di cammino rivolti agli utenti dei servizi sanitari.

L'organizzazione di questo progetto formativo è prevista tra le azioni dei Programmi PP2 "Comunità Attive", PP3 "Luoghi di Lavoro che promuovo salute" e PL12 "Setting sanitario: la promozione della salute nella cronicità" del PLP in risposta agli obiettivi del Piano Regionale e Nazionale di Prevenzione, e tra le azioni della Rete HPH Aziendale.

Articolazione

Il percorso articolato in due fasi per un totale di 4 incontri

1° incontro: 3 ore di formazione in aula, declinate attraverso relazioni su tema preordinato e lavoro a piccoli gruppi con discussione elaborato.

2°-3°-4° incontro: esercitazione pratica all'aperto presso il Parco Tanaro sull'attività di cammino a cui seguirà lavoro a piccoli gruppi in aula, per una durata complessiva di 4,30 ore.

PROGRAMMA

1° GIORNO - 7 Ottobre 2022

13.45-14.00 Registrazione partecipanti

14.00-14.30 Presentazione obiettivi del corso e il Piano della Prevenzione (L. Marinaro)

14.30-15.15 I benefici dell'attività di cammino (G. Toselli)

15.15-15.45 Fisiologia dell'attività di cammino (A. Mulasso)

15.45-16.30 Progettazione gruppo di cammino (G. Micene)

16.30-17.00 Discussione in plenaria dei lavori di gruppo (L. Marinaro, G. Micene, A. Mulasso)

2° GIORNO - 14 Ottobre 2022

14.30-15.15 Esercitazione pratica: la corretta camminata (E. Turiano)

15.15-16.00 Attività in piccoli gruppi sulla progettazione gruppi di cammino a favore di utenti del proprio servizio (L. Marinaro, G. Micene)

3° GIORNO - 21 Ottobre 2022

14.30-15.15 Esercitazione pratica: la corretta postura (E. Turiano)

15.15-16.00 Attività in piccoli gruppi sulla progettazione gruppi di cammino a favore di utenti del proprio servizio (L. Marinaro, G. Micene)

4° GIORNO - 28 Ottobre 2022

14.30-15.00 Esercitazione pratica: la corretta respirazione (E. Turiano)

15.00-15.30 Discussione in plenaria sulla progettazione gruppi di cammino a favore di utenti del proprio servizio (L. Marinaro, G. Micene)

15.30-16.00 Valutazione finale: Project work (L. Marinaro, G. Micene)

DOCENTI

Laura MARINARO

Dirigente Medico
Responsabile S.S.D Epidemiologia, Promozione Salute e Coordinamento attività di Prevenzione A.S.L. CN2

Giorgia MICENE

Psicologa, Referente Muovinsieme - S.S.D Epidemiologia, Promozione Salute e Coordinamento attività di Prevenzione A.S.L. CN2

Anna MULASSO

Docente SUISM UniTO

Gianluca TOSELLI

Dirigente S.S.D. Medicina Sportiva A.S.L. CN2

Elena TURIANO

Borsista SUISM UniTO