



L'Associazione PIPA è lieta di invitarla al **pomeriggio di formazione sul tema:**

Il piacere del cibo, il benessere del movimento per l'invecchiamento sano e la prevenzione delle cadute

giovedì 22 ottobre 2015 dalle 14:00 alle 16:30

presso la Casa Anziani Centro la Piazzetta, via Loreto 17, 6900 Lugano



L'evento è aperto a tutti e in particolare a **professionisti e volontari** (responsabili centri diurni, monitori, operatori sociali, infermieri, medici, volontari associazioni) che **lavorano a contatto con gli anziani** e che desiderano acquisire competenze per promuovere il benessere dei propri utenti.

Programma:

- 14:00-14:10 **Apertura e benvenuto**
Elisabetta Cortesia Pirro (SUPSI, Dipartimento economia aziendale, sanità e sociale DEASS e Vicepresidente PIPA)
- 14:10-14:40 **Caratteristiche dell'alimentazione equilibrata negli anziani**
Barbara Richli (Associazione Svizzera Dietiste dipl. SVDE-ASDD e membro Comitato PIPA)
- 14:40-15:10 **I benefici del movimento e dell'esercizio fisico nella terza età**
Henk Gernaat (Associazione Svizzera Fisioterapisti e membro Comitato PIPA) e
Jürg Heim (Federazione Svizzera dei Centri Fitness e di Salute FSCF)
- 15:10-15:40 **Aspetti pratici per prevenire le cadute dell'anziano**
Elena Jelmoni (Associazione Svizzera degli Ergoterapisti e membro Comitato PIPA)
- 15.40-16:15 **Domande e discussione**

Costo: gratuito, sarà possibile ricevere un attestato di partecipazione

Iscrizione obbligatoria: tramite mail scrivendo a **pipa@ticino.com** (i posti sono limitati è quindi necessario iscriversi entro il 1 ottobre 2015).