

LA GIORNATA DELLA SALUTE

23 SETTEMBRE 2017 DALLE 9.00 ALLE 18.00

La **ASL NO** insieme alla **Associazione Mimosa Amici del DH Oncologico di Borgomanero**, apriranno le porte dell'Ospedale di Borgomanero ai cittadini in una giornata all'insegna della prevenzione e della promozione della salute. La giornata sarà così organizzata:

In AULA MAGNA:

- **Dalle 9.00 alle 10.00:** Elettromagnetismo: tra luci e ombre- Dr. Paolo Orio
- **Dalle 10.00 alle 11.00:** Come mettere in sicurezza la propria casa e il proprio luogo di lavoro- Architetto Luigi Bellaria
- **Dalle 11.00 alle 12.00:** Biologico è sempre sinonimo di sano? - Dietista Anna Maria Canton
- **Dalle 12.00 alle 13.00:** Il fumo: tra vizio, dipendenza e salute- Dr. Liborio Martino Cammarata

PAUSA

- **Dalle 14.00 alle 15.00:** Cibo e psiche- Dr.ssa Debora Stramba
- **Dalle 15.00 alle 16.00:** Olio di palma sì o no? Istruzioni per l'uso- Dr.ssa Incoronata Romaniello
- **Dalle 16.00 alle 17.00:** Vaccinazioni: pro e contro! - Dr. Aniello Esposito
- **Dalle 17.00 alle 18.00:** **CERIMONIA DEL THE** – cerimonia che si svolgerà grazie alla partecipazione di Nagao che verrà in Italia dal Giappone per presentarci una delle cerimonie più belle della cultura Giapponese. Il the verrà servito nelle ciotole di argilla prodotte dalle pazienti e dalle volontarie del Corso di Argilla organizzato grazie all'aiuto dell'ANFAS dalla Associazione Mimosa.

In PALESTRA:

- **Dalle 9.00 alle 10.00:** Yoga: arte o medicina? - Massimo 15 persone
- **Dalle 10.00 alle 11.00:** Prova pratica

Presso Aula Palazzina Area Diagnostica piano -1

- **Dalle 14.00 alle 15.00:** Shiatsu: arte o medicina? - Massimo 15 persone
- **Dalle 15.00 alle 16.00:** Prova pratica

Alla PALAZZINA G II PIANO:

- **Dalle 9.00 alle 12.00:** Laboratorio di Hobbistica (Massimo 25 persone) - I GRUPPO
- **Dalle 13.00 alle 16.00:** Laboratorio di Hobbistica (Massimo 25 persone) - II GRUPPO

Nell' ATRIO OSPEDALE:

- Mostra Mercato Associazione Mimosa Amici del DH Oncologico di Borgomanero
- **Punto accoglienza**

Alla PALAZZINA G: ingresso

Alle 10.00: Camminiamo insieme: 1° GRUPPO: prova di Fitwalking (durata 2 ore circa, necessario abbigliamento sportivo e scarpe comode)

Alle 13.00: Camminiamo insieme: 2° GRUPPO: prova di Fitwalking (durata 2 ore circa, necessario abbigliamento sportivo e scarpe comode)

I Laboratori (Yoga, Shiatsu, Hobbistica) ed i gruppi di cammino sono gratuiti ma è necessaria la prenotazione. Telefono: 340/6565971. Per le conferenze non è necessaria la prenotazione.

Per i Laboratori e i gruppi di cammino presentarsi 15 minuti prima dell'orario presso l'Atrio dell'Ospedale (**PUNTO ACCOGLIENZA**) dove troverete i volontari della Associazione che vi accompagneranno ai rispettivi corsi.