

la **P**alestra del **B**enessere



Quale sinergia tra movimento, prevenzione e salute?

Ciclo di 8 conferenze organizzato dall'A.S.S.A.M. in collaborazione con la LILT (Lega Italiana Lotta al Tumore - sede di Chieri) presso la sala conferenze Comollo del complesso San Filippo, in via Vittorio Emanuele II, 63-Chieri

Ingresso gratuito

All'inizio di ogni incontro un breve momento musicale e al termine "il bicchierino della staffa"



Per il programma vedi retro



Con il patrocinio di:



Programma

- **Mercoledì 25 ottobre 2017 ore 18:30-20**

Relatrice D.ssa Annalisa Alessiato (dietista - ass. GiroVita)

Le raccomandazioni del Fondo Mondiale della Ricerca contro il Cancro (WCRF)

- **Mercoledì 22 novembre 2017 ore 18:30-20**

Relatrice D.ssa Muccio Francesca (dirigente 1° livello S.C. Anestesia e Rianimazione presidio di Chieri - Responsabile S.O.S. Blocco Operatorio):

Naturale non vuole dire salutare: miti e realtà dei farmaci

- **Giovedì 14 Dicembre 2017 ore 18:30-20**

Relatore Dr. Elvio Novarese (direttore SC Ortopedia e Traumatologia AslTo5):

Quale attività fisica per il benessere osteoarticolare nelle varie fasi della vita?

- **Mercoledì 24 Gennaio 2018 ore 18:30-20**

Relatore Dr. Guido Barberis (medico Geriatra):

Come muoversi per invecchiare bene

- **Giovedì 22 Febbraio 2018 ore 21-22:30**

Relatore Dr. Bertelli Angelo (responsabile unità Ortopedia clinica eporediese Ivrea direttivo istituto medicina dello sport di Torino):

Sport e salute: mito e realtà!

- **Giovedì 29 Marzo 2018 ore 18:30-20**

Relatrice D.ssa Allieri Francesca (Biologa Nutrizionista PhD specialista in Scienza dell'alimentazione):

Deficit cognitivo: alimentazione e stile di vita. Salute dell'osso: dieta e stile di vita

- **Mercoledì 18 Aprile 2018 ore 21-22:30**

Relatore Dr. Olliveri Federico (medico specialista in Cardiologia e Medicina Interna. Dir Sanitario LARC, ex primario Ospedale G. Bosco):

Infarto e malattie cardiovascolari come prevenirle

- **Giovedì 10 Maggio 2018 ore 21-22:30**

Relatrice D.ssa Oletti Maria Vittoria (medico specialista in Oncologia, responsabile della consulta femminile della Lilt):

L'importanza dell'attività fisica nella prevenzione dei tumori

**Per informazioni: Gianpiero Arciprete 341257430
info@assam.to.it - www.assam.to.it**