



Settore
Linguaggi del Corpo



AUSL Casalecchio di Reno

“Dimagrire Insieme”

Approfondimenti tematici con esperti aperti agli iscritti ai nostri due gruppi di auto-mutuo-aiuto e a quanti interessati

Giovedì 14 gennaio 2010

“Endocrinologia dell’obesità”

Come noto, al sovrappeso e all’obesità, si accompagnano spesso disturbi di natura endocrinologica, come ad esempio il diabete, in un rapporto circolare di causa ed effetto.

Data la pericolosità di queste patologie, si sottolineerà l’importanza della prevenzione e della cura.

Dott.ssa Valentina Vicennati (Unità Operativa di Endocrinologia S.Orsola-Malpighi)

Giovedì 21 gennaio 2010

***“Che cosa modificare per un’alimentazione sana ed equilibrata :
benefici e sacrifici di un cambiamento”***

L’incontro introdurrà il pubblico al tema della lotta all’obesità, partendo dalla definizione di alimentazione corretta. Evitare le cattive abitudini è infatti il primo passo da compiere

Dott.ssa Francesca Pasqui e Dott.ssa Carla Cavazza

(Unità Operativa di Endocrinologia S.Orsola-Malpighi)

Mercoledì 10 febbraio 2010

“Le problematiche cognitive, emotive e relazionali collegate all’obesità”

Emozioni, sentimenti, pensieri e stati d’animo influiscono in maniera profonda sul rapporto con il cibo e il proprio corpo. L’incontro cercherà di evidenziare questi meccanismi e le possibili strategie oltre che promuovere stili di vita sani.

Dott.ssa Maria Chiara Mazzanti (psicologa, specializzata in tematiche alimentari)

Lunedì 22 febbraio 2010

“Aspetti ginecologici nell’obesità”

La menopausa rappresenta a un momento a rischio, in cui gli squilibri ormonali possono determinare un incremento ponderale.

Dott.ssa Paola Alchiri (Unità Operativa di Endocrinologia S.Orsola-Malpighi)

Mercoledì 17 marzo 2010

“L’obesità è tra i principali fattori di rischio per le patologie cardiovascolari”

Saperlo per evitarle

Dott. Sergio D’Addato (Cardiologo)

Lunedì 29 marzo 2010

“ Il movimento quotidiano come alleato contro il sovrappeso ”

Oltre allo sport praticato in piscina o in palestra, anche sane abitudini di vita attiva possono contribuire al controllo del peso. Verranno tra l'altro suggerite semplici pratiche di movimento applicabili quotidianamente anche in casa.

Dott. Giuseppe Poletti (Direttore Medicina Sportiva AUSL Casalecchio)

Dott. Andrea Garulli

In data da definire

“Tavola rotonda finale”

Alla presenza di tutti gli esperti partecipanti

***Tutti gli incontri si terranno presso il salone della sede della
Polisportiva G. Masi in via N.Bixio 12 Casalecchio di Reno***

Il programma è aperto a tutti

orario 18-19 (si prega di essere puntuali)

successivamente lo spazio viene riservato ai soci della Polisportiva

Per informazioni ed iscrizioni Tel. 051.571352