



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).