

Guadagnare salute a tutte le età promozione di stili di vita salutari...e non solo!

Gli operatori della ASL Roma 2 incontrano gli iscritti dei centri anziani (APS) per affrontare alcuni dei temi più importanti riguardanti gli stili di vita salutari e fornire indicazioni per una vita in salute e un invecchiamento attivo

27 Settembre - Centro Sociale Anziani San Basilio
2 Ottobre - Centro Sociale Anziani Tor de' Cenci
11 Ottobre - Centro Sociale Anziani Villa Gordiani
13 Ottobre - Centro Sociale Anziani Villa Lazzaroni
17 Ottobre - Centro Sociale Anziani Casale Ceribelli
17 Novembre - Centro Sociale Anziani Tenuta di Torrenova



quanta e quale
attività fisica



gruppi di cammino:
come organizzarli e
perchè



le regole di una
sana alimentazione



screening e
vaccinazioni nella
terza età



servizi aziendali
per la salute



prevenzione di cadute,
incidenti domestici e
stradali

Programma della giornata

9.00-10.30 Saluti Istituzionali e Conferenza "Guadagnare salute a tutte le età"

10.30-11.30 Dimostrazione esercizi per l'attività motoria/gruppo di cammino

11.30-13.00 Attività informativa e di orientamento sui temi della prevenzione con gli operatori sanitari (colloqui e materiale informativo)

Interverranno:

UOSD Promozione della Salute; Piani di Prevenzione e Medicina dello Sport; UOC Direzione Distretto 4; UOC Direzione Distretto 5; UOC Direzione Distretto 6; UOC Direzione Distretto 7; UOC Direzione Distretto 8; UOC Direzione Distretto 9; UOC Coordinamento delle Attività Vaccinali; UOSD Coordinamento Screening; UOC Igiene degli Alimenti e della Nutrizione; UOC Servizio di Igiene e Sanità Pubblica; UOSD Professioni Sanitarie Riabilitative; UOC Assistenza alla Persona

Con la partecipazione di:

Municipio 4, Municipio 5, Municipio 6, Municipio 7, Municipio 8, Municipio 9