



Calendario dei corsi del I° semestre 2011 Febbraio – Giugno
Programma preliminare (aggiornamenti sul sito e sulla [stampa locale](#))

L'ingresso e la partecipazione ai corsi è sempre gratuito

1. **“La pelle, un “involucro” da rispettare e da curare” Venerdì - 4,11,18,25 Febbraio ore 15.30 -16.30 presso la Sala Forum Cappuccini -Viale Cappuccini 14, Imola .** Promosso e sostenuto dall'Assessorato alla Qualità Sociale - Servizio Promozione Sociale, programma *“Dall'autunno all'Estate”*. Resp. Dott.ssa Angioletta Sartoni, tel 0542-602592 Martedì e Giovedì 8.30-13;
Relatrice: Dott.ssa Paola Giorgi – Specialista in Dermatologia
2. **“Gli arti superiori e il loro ruolo fra la funzione e la relazione; la loro cura è importante per mantenere l'autonomia” Martedì 8, 15, 22 Febbraio e 1 Marzo , ore 20.15- 21.15** presso la sala gentilmente concessa dal Centro Sociale “ZOLINO” Via Tinti 1 – Imola (Presidente Sig. Bruno Capra). Il corso è promosso dalla ConfArtigianato Assimpres Imola col supporto della BCC Filiale di Viale Amendola 56/F Imola;
Relatori Dott.ri : Cristina Franchini, Micaela Battilana, Gino Faccani, Elisabetta Motta.
3. **“La pressione arteriosa, un indicatore di salute da conoscere” Giovedì 24 Febbraio, 10 e 24 31 Marzo ore 20.30 -21.30** presso la Sala Consiliare del Comune di Casalfiumanese . Piazza Cavalli 15, promosso insieme al Comune di Casalfiumanese che ha gentilmente concesso Patrocinio e sala.
Relatori: *Dott.ri/Prof. Sandra Falconi, Marco Magistretti, Carlotta Berti, Danilo Pasotti*
4. **“Vita lunga ai tumori ! Cosa sono, qual è la prevenzione parliamone” Giovedì 3, 10, 24, 31 Marzo ore 18.30-19.30** presso la Palazzina Ex Direzione Sanitaria Lolli (I° p) via Saffi Imola.
Il corso si inserisce nel Progetto INsalute INCittà Primavera 2011 ed è realizzato in collaborazione con l'ASL di IMOLA – Referente Dott.ssa Alice Bonoli
Relatori: *Dott.ri:* Shirley Ehrlich, Antonio Maestri, Berti Carlotta.
5. **“Facciamo attività motoria insieme.... per stare in ..salute; fra la teoria e la pratica” Giovedì 24, 31 Marzo e 7,14 Aprile ore 19-20 ,** presso la Palestra MARCONI Via Cenni N° 2 – Imola. Il corso è realizzato in collaborazione col Comune di Imola – Assessorato allo Sport.
Relatori Prof.ri : Mara Guerra e Carlotta Berti
6. **“Difendi la tua schiena: prevenzione della lombalgia” Mercoledì 30 Marzo, 6, 13, 20 Aprile 2011 ore 20 -21 ,** presso la sala AVIS – V.le Stradone 9, Faenza. Il corso si inserisce nel Progetto INsalute INCittà , realizzato in collaborazione con il Distretto di Faenza ASL Ravenna – Referente Dott. R.Betti; con il Patrocinio del Comune di Faenza Primavera 2011
Relatori Dott.ri: Gian Paolo Zauli, Cristina Franchini, Beatrice Taroni, Prof. Mara Guerra
7. **“La tiroide e le paratiroidi – ghiandole endocrine da controllare” Martedì 29 Marzo, 5, 12, 20 Aprile 2011 ore 19.15 - 20.15** presso la Sala Riunione, gentilmente concessa da C.S.Bocciofila ASBID– Viale Saffi 50/A Imola - Il corso è promosso in collaborazione con la Farmacia “AI CAPPUCCINI” Imola
Relatori Dott.ri: Saida Palestini, Lorenza Gagliardi, Anna Vacirca , Shirley Ehrlich
8. **“I disturbi dell'UMORE nel XXI° secolo : ansia, depressione.... parliamone” Giovedì: 7, 14, 21, 28 Aprile ore 18.30-19.30** presso la Palazzina Ex Direzione Sanitaria Lolli (I° piano) entrata via Saffi Imola - Il corso si inserisce nel Progetto INsalute INCittà Primavera 2011 ed è realizzato in collaborazione con l'ASL di IMOLA – Referente Dott.ssa Alice Bonoli.
Relatori: *Dott.ri:* Danilo Pasotti, Alba Natali, Benedetta Prugnoli, Shirley Ehrlich
9. **“L'artrosi delle grandi articolazioni e la lombalgia” Martedì 3, 10, 17 Maggio ore 15.30 – 16.30 e Mercoledì 25 Maggio ore 19.30 – 20.30** presso sala riunioni Centro Sociale “Porta Nuova” Via Aldo Moro 1/2 Russi (RA): promosso dal Centro Sociale che ha chiesto il Patrocinio del Comune di Russi.
Relatori Dott.ri: Shirley Ehrlich, Micaela Battilana, Mara Guerra, Cristina Franchini
10. **“Stili di vita corretti in tema di alimentazione, movimento e salute orale: preziosi investimenti per un futuro benessere”;** il corso è promosso insieme *all'Associazione INSIEME PER UN FUTURO MIGLIORE IMOLA* (Famiglie che ospitano ragazzi provenienti da Chernobyl e d'intorni) Presidente Sig.ra Arena Ricchi con il sostegno del Comune di Imola Servizio Partecipazione e Volontariato –Referente Dott.ssa Roberta Olivato. **Giovedì 05.05.2011** ore 20.30

presso la Sala Banca Popolare dell'Emilia Romagna (g.c.) – Via Rivalta 22, Imola e Mercoledì **22.06 e 29.06. ore 10**, presso la sala –Laboratorio “MATRIOSCA” Coop. Aurora – Via Morelli 19, Imola - incontri con i ragazzi con l'aiuto del Mediatore Culturale.
Relatori Dott.ri: Shirley Ehrlich, Prof. Mara Guerra , Antonella Faggella.

11. **“Le gambe sono fondamentali per la nostra autonomia: quali sono i pericoli da evitare? Ossa, muscoli, tendini, nervi, arterie, vene e la pelle ... conosciamoli” Martedì – 3,10,17, 24 Maggio ore 20 -21** presso la saletta del Centro Sociale Castellano – Via Umberto I° 48 Castel Bolognese (RA), Il **corso** è promosso dal Centro Sociale Castellano (Presidente Sig. Marcello Casadio) con il supporto della Farmacia Bolognini
Relatori Dott.ri: Cristina Franchini, Micaela Battilana, Paola Giorni, Elisabetta Motta
12. **“Peso Sano per una vita sana”** Corso di base dedicato ai genitori e/o nonni di bambini con il problema di peso eccessivo. **Martedì 3 (RIPASSO periodico =il 03.05.11-per i genitori che hanno già fatto un corso simile nel 2010) corso base inizia 10, 17, 24, 31 Maggio 2011** ore 18.30-20 (solo il 10.05 l'incontro durerà dalle ore 18.30- 19.30; il resto degli incontri durata dalle ore 18.30-20) presso sala riunione Centro Sociale “La Tozzona” (gentilmente concessa) Via Punta 24, Imola
Relatori: Prof.Nazario Melchionda, Dott.ri Giulietta Tarrini, Shirley Ehrlich, Lamberto Reggiani

II° Convegno “ PESO SANO PER UNA VITA SANA” 07.05.11 ore 15.30 – Sala Convegni
Confartigianato Assimprese, (g.c.) Viale Amendola 56 D Imola (di fronte al Centro Leonardo COOP)
Relatori Prof. Nazario Melchionda e la Dott.ssa Giulietta Tarrini

13. **“La terapia anticoagulante – una cura salvavita! Parliamone.....” Mercoledì 4, 11, 18, 25 Maggio 2011, ore 15 - 16** presso sala Riunione Circolo PD (gentilmente concessa) Via Puccini 36 - quartiere PEDAGNA , Imola; corso promosso e sostenuto dallo SPI-CGIL Imola
Relatori: Dott.ri Shirley Ehrlich, Letizia Guolo, Elisabetta Motta

Le proposte di NUOVI CORSI possono essere fatte anche dalle singole associazioni sulla base delle rispettive esigenze - I.N.S.A.L.U.T.E. avrà cura di decodificare e costruire un percorso di formazione individualizzato.

Per Chiarimenti oppure delucidazione si può chiedere nel seguente modo:

- chiamare al cellulare : **366 267 3266 (348 2718 348)** dal Lunedì al Venerdì dalle ore 15 alle 17
- inviare una e-mail : contattaci@insalute.info
- consultare il sito www.insalute.info

L'Associazione opera attualmente - GRAZIE - al contributo ed al sostegno di tutti promotori e principalmente grazie:

- ☐ alle Fondazione Cassa di Risparmio di Imola e Fondazione Cassa di Risparmio di Ravenna, alla Banca di Imola, Banca Popolare dell'Emilia Romagna e Banca Credito Cooperativo Ravennate & Imolese
- ☐ alle Amministrazione dei Comuni di Imola, Castel S.Pietro T., Castel del Rio, Casalfiumanese, Toscanella, Castel Bolognese, Medicina, Bagnacavallo, Russi, Faenza , Riolo Terme
- ☐ dell'AUSL di Imola, Distretti di Faenza (AUSL di Ravenna) e in collaborazione con i **Medici di Medicina Generale e Pediatri di Libera Scelta** del territorio corrispondente con progetti innovativi
- ☐ Le Direzioni degli Sindacati dei Pensionati, CISL, CGIL, Associazioni di Categoria CNA, Confartigianato Assimprese, Cooperative – tipo Ippogrifo, Ass. di Volontariato come Auser ecc. che promuovono corsi su temi utili alla loro formazione continua.
- ☐ Farmacie/ ParaFarmacie e Sanitarie dislocate nel territorio (vedete nei singoli corsi segnalato - nel sito aggiornato)
- ☐ a tutti coloro - Corsisti, Sostenitori ed Amici che hanno scelto di versare il loro 5 x 1000 - all'Associazione in occasione della denuncia dei Redditi.

Si può devolvere il 5 per mille
all'Associazione INSALUTE al momento della denuncia dei redditi
indicando il numero di Codice Fiscale di INSALUTE = 02 39 10 41 205
oppure utilizzando il modello CUD – per chi non fa denuncia

Aggiornato 20.03.2011