

# Per una grande età attiva

Seminario nazionale - Genova 5/6 ottobre 2019



## RIVOLTO A:

Responsabili Regionali e Territoriali UISP DO  
Responsabili Regionali Formazione UISP DO  
Insegnanti UISP DO  
Insegnanti UISP che operano nella grande età  
Responsabili e operatori AUSER

*Attività motoria e anziani, sono due termini spesso considerati antitetici, ma l'invecchiamento della popolazione ha reso necessario superare questo stereotipo, sia per la spesa sanitaria provocata dalla sedentarietà, sia per i costi che avrebbe comportato inserire molte persone nel circuito assistenziale. E' ormai un'evidenza scientifica che praticare attività fisica, a qualsiasi età, sia una efficace forma di prevenzione. Non è solo un sostitutivo a qualche farmaco, è anche star bene, uscire di casa, frequentare altre persone, migliorare le relazioni sociali. Sempre più anziani chiedono di poter praticare un'attività fisica adeguata e il mondo dello sport di cittadinanza deve essere in grado di fornire risposte di alta qualità. E' da queste premesse che Auser Liguria, Uniauser Genova e UISP Liguria e UISP DO hanno deciso di mettere in comune le proprie esperienze e competenze per organizzare un momento di studio che, partendo dai temi generali e specifici della grande età, sia in grado di valorizzare le positive esperienze fatte, alla luce di una più consapevole teoria dei bisogni riferita a questo segmento di età. L'obiettivo del seminario di studio è duplice: da una parte consentire agli operatori UISP che svolgono la propria attività con gli anziani, di acquisire elementi strategici sull'invecchiamento; dall'altra ai responsabili dei Centri Auser, di verificare direttamente la validità delle attività motorie, per farsene promotori, nei confronti dei soci del proprio Centro.*

## Programma

**Sabato 5 ottobre - 1° SESSIONE** Sede: UISP Liguria – Piazza Campetto 7 Genova

Ore 09,30 Apertura

Ore 10.00 **Invecchiamento della popolazione: quadro demografico e aspetti politico-economici: La legge quadro sull'invecchiamento attivo**

Ileana Scarrone – Presidente Auser Liguria

Ore 10,30 **Chi sono gli anziani contemporanei. L'evoluzione del concetto di invecchiamento attivo**

Carla Costanzi – sociologa

Ore 11,30 **L'apprendimento nella Grande Età**

Guido Amoretti – Professore Ordinario Dipartimento Scienze della Formazione – UNIGE

Ore 12,30 *pausa - buffet*

Ore 14.00 **Problematiche cliniche**

Ernesto Palummeri – Geriatra - Coordinatore rete demenze Regione Liguria

Ore 15.00 **Problematiche psico-sociali: solitudine, depressione e decadimento cognitivo**

Luigi Ferrannini – Psichiatra. Professore a contratto UNIGE

Ore 16.00 **Come con-vivere coi disturbi cognitivi: movimento, cognitività, socializzazione**

Paola Barbieri – Geriatra - Creamcafé di Genova

Ore 17,00 *break*

Ore 17,30 **Invecchiamento attivo e prevenzione: La prevenzione delle cadute**

Claudio Bufalini – Fisioterapista

Ore 18,30 *termine*

**Domenica 6 ottobre - 2° SESSIONE** Sede: Circolo CAP Via Albertazzi 3 r Genova

Ore 10.00 **Buone pratiche**

Esperienze Daoyuan, Cream Café, Judo Club GE, Ass. Anziani Oggi ...

Ore 11.00 **Corpo e mente: il Judo al servizio della grande età**

Claudio Bufalini - Fisioterapista

Ore 12.00 **Predisposizione corporea, equilibrio, cadute**

Massimiliano Barduco - Dott. In Scienze Motorie

Ore 13.00 **Strategie difensive per l'anziano**

Gianclaudio Vianzone - Dott. In Scienze Motorie

Ore 14.00 *termine e consegna attestati di partecipazione*

**Le adesioni dovranno pervenire entro lunedì 23 settembre 2019**

Allegare ricevuta quota di iscrizione di € 20,00/persona da effettuarsi esclusivamente mezzo bonifico bancario intestato a: UISP Comitato Regionale Liguria (Banca Intesa - Iban **IBAN IT 82 L0306967 6845 1074 9157737**) con causale "Cognome/Nome, ISCRIZIONE SEMINARIO PER UNA GRANDE ETA' ATTIVA".

