

DESTINARI DEL CORSO

Diplomati ISEF - Laureati e studenti Scienze Motorie
operatori del settore previa presentazione c.v.

COME ISCRIVERSI

ENTRO E NON OLTRE VENERDI' 2 MAGGIO

Compilare la scheda ed inviarla
via Fax al n. 041.9342154

con allegata attestazione del versamento effettuato sul
conto corrente postale n. 12576302
intestato a UISP VENEZIA
oppure con bonifico bancario presso
BANCA PROSSIMA
IBAN IT46 N033 5901 6001 0000 0015 891
oppure
consegnare a mano presso gli uffici Uisp con
pagamento diretto in sede
nei giorni di lunedì e venerdì dalle 9.00 alle 13.00
rivolgersi a Claudio Bovo

COSTO DEL CORSO 250,00 euro

**UISP
COMITATO PROVINCIALE DI VENEZIA**

Via Confalonieri, 14
30175 Marghera Venezia

venezia@uisp.it / www.uisp.it/venezia

C.F. 90018700279 - P.Iva 03287650273

Tel- 041.5380945 - Fax 041.9342154

COORDINATRICI

Silvana Dini e Roberta Bonaventura

RELATORI

Pres. Paolo Peratoner

Dott. Antonio Socal

Dott. Paolo Milan

Dott. Valentino Fontebasso

Dott.ssa Diana Vicario

Op. Davide Voltolina

Op. Alice Pesce

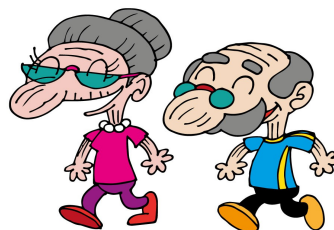
Op. Carla Bolgan

Ins. Valentina Celant

Op. Guido Ziosi

Op. Patrizia Paliotto

Ins. Paola Bottoni



SEDI DELLE ATTIVITA'

Lezioni teoriche presso sede Uisp Marghera

Lezioni pratiche presso la palestra scuola media
"E. Fermi" Via Tiepolo, 9 Zelarino Venezia



Comitato di Venezia

CORSO DI FORMAZIONE PER OPERATORI PER LA TERZA ETÀ'



MESTRE VENEZIA MAGGIO - SETTEMBRE 2014

**LA COSCIENZA DEL CORPO E LA
PIACEVOLEZZA DEL MOVIMENTO
COME STILE DI VITA**

SINTESI PROGRAMMA

SABATO 10 MAGGIO – SEDE UISP – 15.00/19.00

Presentazione corso uisp e progetto integrato – Analisi socio culturale dell'anziano. Stereotipi e pregiudizi.

DOMENICA 11 MAGGIO PALESTRA FERMI 9.00/13.00

Psicologia dell'invecchiamento e problematiche correlate, aspetti psico-emotivi, gestione del gruppo

SABATO 24 MAGGIO PALESTRA FERMI 15.00/19.00

Rilassamento, propriocezione, respirazione, educazione posturale, equilibrio, mobilità, coordinazione.

DOMENICA 25 MAGGIO PALESTRA FERMI 9.00/13.00

Metodologia e pratica di alcuni elementi di eutonia e antiginnastica medotodo Feldenkrais anche con l'utilizzo di piccoli attrezzi.

SABATO 7 GIUGNO SEDE UISP 15.00/19.00

Nozioni di Primo soccorso in palestra con l'anziano – patologie comuni e fattori di rischio.

DOMENICA 8 GIUGNO PALESTREA FERMI 9.00/13.00

L'anziano e la ginnastica aerobica: movimento e divertimento per un cuore sempre giovane. Ginnastica dolce in palestra – tonificazione – protocollo cadute.

DOMENICA 15 GIUGNO PALESTRA FERMI 9.00/13.00

Biodanza ed espressione corporea – Le pratiche ludico-ricreative... Danze Popolari

SABATO 6 SETTEMBRE SEDE UISP 15.00/19.00

Aspetti fisiologici e patologici dell'invecchiamento motorio e modifiche di compenso

SABATO 13 SETTEMBRE PALESTRA FERMI 9.00/13.00

L'esperienza dello Yoga e de Tay Chi nell'anziano: forza, equilibrio,aggiustamento posturale per la prevenzione delle fratture da caduta.

DOMENICA 14 SETTEMBRE PARK S.GIULIANO 9.00/15.00

Gruppi di cammino e ginnastica all' aperto – Nordic Walking – Punto di ritrovo alla Porta Rossa

SABATO 20 SETTEMBRE SEDE UISP 15.00/19.00

Sicurezza in palestra d.l. 2008 – Test e verifica

DOMENICA 21 SETTEMBRE PARCO ALBANESE (BISSUOLA)

Tirocinio obbligatorio presso le aree del parco attrezzate per le diverse attività in occasione della manifestazione organizzata con il comune "Stimo lo sport" –

PRESENTAZIONE

La coscienza del corpo e la piacevolezza del movimento sono gli obiettivi principali dell'attività motoria nella terza età.

Tutto ciò che di ricreativo e sportivo è dedicato agli anziani richiede necessariamente figure professionali qualificate.



Gli aspetti legati alle abitudini e agli stili di vita, con l'esercizio fisico in primo piano, sono divenuti un fondamentale strumento di intervento sia per il mantenimento del benessere psicofisico dell'individuo sano, che per la prevenzione e la terapia delle patologie croniche.

I gruppi di cammino, la ginnastica all'aperto, l'attività fisica adattata, le ginnastiche dolci sono quindi proposte e strumenti fondamentali per contrastare la sedentarietà e incrementare l'autonomia nell'anziano.



La frequenza al corso è obbligatoria per il 90% del monte ore previsto e dà diritto a regolare attestato riconosciuto da Uisp Nazionale

SCHEDA ISCRIZIONE

Nome e Cognome

Indirizzo

E-mail

Telefono casa e cellulare

Titolo di studio

Si autorizza l'utilizzo dei dati personali ai soli fini organizzativi ai sensi della legge 675/96

Firma

Il corso sarà attivato al raggiungimento delle 15 iscrizioni e sarà comprensivo del materiale didattico.

Gli operatori non diplomati e/o laureati dovranno allegare Curriculum con esperienza pluriennale certificata.