

DESTINARI DEL CORSO

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

Riservato soci Uisp

COME ISCRIVERSI

ENTRO E NON OLTRE LUNEDI' 8 SETTEMBRE

Compilare la scheda ed inviarla

via Fax al n. 041.9342154

via e-mail a venezia@uisp.it

allegando l'attestazione del versamento effettuato a

UISP VENEZIA

conto corrente postale n. 12576302

conto corrente presso BANCA PROSSIMA

IBAN IT46 N033 5901 6001 0000 0015 891

oppure presso la sede Uisp

lunedì e venerdì dalle 9.00 alle 13.00

martedì dalle 15.00 alle 19.00

COSTO DEL CORSO 250,00 euro

UISP COMITATO TERRITORIALE DI VENEZIA

Via Confalonieri, 14

30175 Marghera Venezia

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

Tel- 041.5380945 - Fax 041.9342154

C.F. 90018700279 - P.Iva 03287650273

COORDINATRICI

Silvana Dini e Roberta Bonaventura

RELATORI

Pres. Claudia Rutka

Dott. Antonio Socal

Dott. Paolo Milan

Dott. Valentino Fontebasso

Dott.ssa Diana Vicario

Op. Davide Voltolina

Op. Alice Pesce

Op. Massimiliano Bedendi

Op. Carla Bolgan

Ins. Valentina Celant

Op. Guido Ziosi

Op. Patrizia Paliotto

Ins. Paola Bottoni

Prof. Adriano Mantoan



SEDI DELLE ATTIVITA'

Lezioni teoriche presso sede Uisp

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 ETA'

13 SETTEMBRE – 23 NOVEMBRE 2014



in collaborazione con OLIMPIAGYM

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

SINTESI PROGRAMMA

SABATO 13 SETTEMBRE – SEDE UISP – 15.00/19.00

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

DOMENICA 14 SETTEMBRE PARCO S.GIULIANO 9.00/15.00

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

SABATO 20 SETTEMBRE PALESTRA FERMI 15.00/19.00

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

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 di Venezia – Municipalità di Mestre “Stimo Lo Sport”

SABATO 11 OTTOBRE SEDE UISP 15.00/19.00

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

DOMENICA 12 OTTOBRE SEDE UISP 9.00/13.00

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

SABATO 18 OTTOBRE SEDE UISP 15.00/19.00

Sicurezza in palestra d.l. 81 – 2008

DOMENICA 19 OTTOBRE PALESTRA FERMI 9.00/13.00

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

SABATO 8 NOVEMBRE PALESTRA FERMI 15.00/19.00

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

Danze Popolari

DOMENICA 9 NOVEMBRE PALESTRA FERMI 9.00/13.00

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

SABATO 22 NOVEMBRE PALESTRA FERMI 15.00/19.00

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

DOMENICA 23 NOVEMBRE PALESTRA 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.

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.