

Programma

- 8.30** Registrazione dei partecipanti
- 9.00** **Salute delle autorità:**
Presidente del Convegno *Giuseppe Monti*
Direttore Generale dell'Azienda Ospedaliera
Armando Gozzini
Sindaco Città di Saronno *Luciano Porro*

Introduzione e presentazione dei programmi ospedalieri delle RETE WHP
Roberto Cosentina
Franca Sambo

Prima Sessione

Moderatori:

Giuseppe Monti - Elisabetta Host Ivessich

- 9.20** **Le malattie neurodegenerative croniche: lo stile di vita può fare la differenza?**
Michela Barichella
- 9.45** **Stile di vita e prevenzione. Valutazione dello stile di vita**
Isabella Annoni
- 10.00** **Tavola Rotonda**
Attività fisica e alimentazione nella prevenzione nelle malattie cronicodegenerative: gli esperti si confrontano
I punti di vista di:
Medico Sportivo - *Mario Daniele Etro*
Cardiologo - *Sabina Meloni*
Nutrizionista - *Milena Colzani*
Specialista in Scienze Motorie - *Gabriella Frattini*
- 11.00** **Coffee break**

Seconda Sessione

Moderatori:

Paola Novati - Guido Bonoldi

- 11.30** **La riabilitazione delle patologie dell'apparato muscoloscheletrico: il ruolo dell'esercizio fisico**
Marco Cazzola
- 11.45** **Corretti stili di vita e territorio: esperienze a confronto**
- **Nordic Walking e riabilitazione**
Daniela Crosina
 - **Nordic Walking e malattie cardiovascolari**
Silverio Valerio
 - **Progetto "Camminare in salute"**
Giuliana Matordes
 - **Progetto "Mangiare in...formati"**
Milena Colzani
Maria Luisa Maruti
- 12.45** **Discussione**
- 13.15** **Pausa pranzo**

Terza Sessione

Moderatori:

Angelo Margiotta - Milena Colzani

- 14.30** **Motivare al cambiamento: questo è il problema. Il punto di vista dello psicologo**
Denise Amiens
Dimostrazioni pratiche
Un'attività fisica alla portata di tutti: il NORDIC WALKING
- 16.00** **Conclusione del convegno – Questionario di gradimento e test ECM**
- 16.30**

Relatori e moderatori

Dr. Roberto Cosentina
Direttore Sanitario Azienda Ospedaliera "Ospedale di Circolo di Busto Arsizio"

Dr.ssa Franca Sambo
Responsabile U.O.C. Prevenzione e promozione Salute nelle comunità - ASL Varese -

Dr.ssa Michela Barichella
Responsabile S.S. di Nutrizione - CTO ICP Milano

Dr.ssa Isabella Annoni
Facoltà di Scienze Motorie e dello Sport - Università Cattolica di Milano

Dr. Mario Daniele Etro
Medico dello Sport

Dr.ssa Sabina Meloni
Medico Cardiologo - Cardiologia P.O. Saronno

Dr.ssa Milena Colzani
Medico Internista/Nutrizionista - Medicina P.O. Saronno

Dr.ssa Gabriella Frattini
Facoltà di Scienze Motorie e dello Sport - Università Cattolica di Milano

Dr. Marco Cazzola
Responsabile S.C. Riabilitazione e Rieducazione Funzionale P.O. Saronno

Fisioterapista Daniela Crosina
Istruttore ASD Team Triangolo Lariano - Scuola Italiana di Nordic Walking

Dr. Silverio Valerio
Medico e Istruttore Scuola Italiana Nordic Walking

Dr.ssa Giuliana Matordes
Medico di Medicina Generale - Garbagnate Milanese

Prof.ssa Maria Luisa Maruti
Scuola Alberghiera Istituto Castelli di Saronno

Dr.ssa Denise Amiens
Educatore Professionale - P.O. Saronno

Dr. Giuseppe Monti
Medico Internista già Resp. S.C. di Medicina P.O. Saronno

Dr.ssa Elisabetta Host Ivessich
Medico di Medicina Generale e Presidente MEDIFAS

Dr.ssa Paola Novati
Medico Internista Resp. .S.S. AMIC - P.O. Saronno

Dr. Guido Bonoldi
Medico Internista Resp. S.C. di Med. 2^ P.O. Busto A.

Dr. Angelo Margiotta
Medico Internista Resp. S.S. di Diabetologia P.O. Tradate