

MODALITÀ DI ISCRIZIONE

Iscrizione telefonica chiamando la segreteria organizzativa fino ad esaurimento posti

Iscrizioni entro l'11.03.2025



I partecipanti sono invitati ad indossare abiti e calzature comode, adatti alle lezioni pratiche in esterno.

NOTE

Corso non accreditato ECM



PROGETTISTA DEL CORSO

Dr. Lavagnolo Pier Cesare

RESPONSABILE SCIENTIFICO

Dr.ssa Ferrara Lorenza

SEGRETERIA ORGANIZZATIVA Promozione ed Educazione Salute

Mutton Mariuccia e Vinci Francesco

Email: promozionesalute@asl.at.it

Tel: 0141/484925

Tel: 0141/484930

Formazione ASL AT

Tel 0141/484341



PREVENZIONE
PIEMONTE



Corso

CORSO DI FORMAZIONE BASE DI WALKING LEADER



19 MARZO 2025

ORARIO

09.00 – 13.00

14.00 – 16.00

SEDE DEL CORSO

ASL AT – SALA CONGRESSI

Via Conte Verde 125 - Asti

AREA TEMATICA

Area Prevenzione e Promozione Salute

FINALITÀ

La formazione di Walking Leader risponde all'obiettivo del Piano Regionale di Prevenzione e del Piano Locale di Prevenzione di diffusione dei Gruppi di Cammino sul territorio regionale.

OBIETTIVO

Formazione di Walking Leader per i Gruppi di Cammino ASL AT, al fine di ampliare l'offerta sul territorio.

ARTICOLAZIONE

Il corso si articola in due parti.
Una prima parte teorica illustra le caratteristiche del Walking Leader e gli obiettivi dei Gruppi di Cammino
La seconda parte, pratica, addestra alla conduzione dei Gruppi di Cammino stessi.

PROGRAMMA 19.03.2025

Parte teorica: 09.00 – 13.00

- Registrazione dei partecipanti
- Presentazione del corso
- Stili di vita sani
- Dati di salute nell'ASL AT
- Benefici dell'attività fisica
- Benefici del camminare insieme
- Il Walking Leader: definizione delle caratteristiche e compiti: lavoro in piccolo gruppo
- Gruppi di cammino ASL AT: aspetti organizzativi:
- Sicurezza: elementi basilari di primo soccorso
- Tecnica della camminata, riscaldamento e defaticamento

Parte pratica 14.00 – 16.00

- Attività di riscaldamento prima della camminata e defaticamento dopo la camminata
- Simulazione della camminata e defaticamento
- Conclusione del corso

DESTINATARI

Cittadini interessati a svolgere come volontari l'attività di Walking Leader per i gruppi di cammino ASL AT

DOCENTI

Barberis Silvia

Fisioterapista ASL AT

Marmo Raffaella

Fisioterapista ASL AT

Mutton Mariuccia

Assistente Sanitaria SISP ASL AT

Linsalata Alessia

Infermiera ASL AT

Vinci Francesco

Assistente Sanitario ASL AT