

RELATORI

Claudio ASTEGGIANO – Istruttore FITWALKING e FITWALKING CROSS,
ASD WALKING, Lanza Torinese

Piero DE METRI - Unione Sportiva ACLI, Torino

Federica GISMONDI - ASPP (Advance School of Prevention and
health Promotion)

Giuseppe PARODI - S.S. Medicina dello Sport/Centro di Esercizio-
Terapia, ASL TO1

Raffaella SCACCIONI - SC Psicologia, ASL VC

Serena ZUCCHI - S.C. Psicologia, ASL TO3

RESPONSABILE SCIENTIFICO

Serena ZUCCHI
Referente progetto Be Healthy

ARTICOLAZIONE ECM

Sono previste 4 ore di formazione

Per ottenere i crediti formativi occorre:

- avere partecipato ad 90% dell'orario del corso
- avere superato l'apprendimento finale (analisi SWOT orale)
- avere consegnato il questionario di valutazione evento

Si suggerisce un abbigliamento comodo e un paio di scarpe da ginnastica per l'attività di fitwalking previsto nello sport break

Con il patrocinio di:



Evento formativo

AZIONE GIOVANILE LOCALE - BE HEALTHY:

MENTE E CORPO IN SALUTE

PROGETTO EUROPEO PER L'ADOLESCENZA
(Agreement N°: 2013 – 5648 / 013 – 001 YT7 PDPA7)

9 settembre 2015

Palazzo Civico – Sala delle Colonne

Piazza Palazzo di Città n°1

TORINO

4 crediti ECM Regione Piemonte - Codice evento21268

Il presente progetto è finanziato con il sostegno della Commissione europea. Questa comunicazione riflette solo le opinioni degli autori e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute.

FINALITA' E OBIETTIVI

Il progetto "Be Healthy" si inserisce nella programmazione Erasmus della Direzione Cultura della Commissione Europea, Agenzia EACEA, Programma Gioventù in Azione, azione 4.6 Partnership (Agreement N°: 2013 – 5648 / 013 – 001 YT7 PDPA7).

Be Healthy è un progetto (aprile 2014 - marzo 2016) finalizzato alla promozione del benessere psico-fisico tra i giovani attraverso l'attività fisica.

Partecipano al progetto:

- Partner Leader: Italia – ASL TO3 come ASL capo fila Rete regionale piemontese di Psicologia dell'Adolescenza
- Partner:
 - Italia - Comune di Torino - Assessorato allo Sport
 - Italia - ACLI
 - Svezia – City of Vasteras
 - Austria – Zeit!Raum - Vienna
 - Slovenia - Emonicum Institute - Lubiana
 - Spagna - Fundacion Grupo Develop - Madrid
- Partner Associati:
 - Italia - Museo del Cinema-Torino - Torino Film Lab
 - Italia - Università di Torino
 - Belgio - Eurohealthnet
 - Francia – Centre Hospitalier de Versailles

I materiali delle iniziative Be Healthy sono disponibili sul sito www.be-healthyproject.eu

9 settembre 2015

13.30 Registrazione

14.00 Introduzione e saluti

- **Città di Torino - Assessore Sport e Tempo Libero, Stefano GALLO**
- **ASL TO3 – Direttore Generale, Flavio BORASO**
- **Referente Progettazione Europea in Sanità della Regione Piemonte, Giuliana MODA**
- **Assessore Politiche Giovanili Comune di Nichelino, Marta MARANDO**

14.30-15.00 Presentazione del progetto Be Healthy: mente e corpo in salute
Serena ZUCCHI

15.00-15.30 Esercizio fisico e sport per il benessere psico-fisico: quando e perché
Giuseppe PARODI

15.30-16.30 Be Healthy: azioni giovanili locali. Esperienze di promozione di attività fisica con i giovani – Tavola rotonda condotta da **Piero DEMETRI- U.S. ACLI**
ASL TO 4, Marina SERVETTO
ASL VC, Raffaella SCACCIONI
ASL TO5, Monica MAZZA
ASL TO3, Serena ZUCCHI
ASL TO1, Maria Pia MUSCI

16.30-17.00 Sport break: un'esperienza di Fitwalking (tecnica di cammino per la salute) gestito da **Claudio ASTEGGIANO** con la collaborazione degli allievi del **Liceo Linguistico F. Albert di Lanzo**

17.00-17.45 Debriefing
Raffaella SCACCIONI, Federica GISMONDI

17.45-18.00 Conclusioni
Serena ZUCCHI

18.00-18.30 Discussione conclusiva e valutazioni

Aperitivo dello sportivo a cura di Factory in collaborazione con la Struttura Semplice Igiene della Nutrizione della ASL TO5