



# la Palestra del Benessere



Lo sport è l'antiruggine per  
una salute di ferro.  
(G. Uhlenbruck)

2° edizione

Secondo ciclo di conferenze organizzato  
dall'A.S.S.A.M. in collaborazione con  
l'UNITRE di Chieri  
presso la sala conferenze Comollo  
del complesso San Filippo,  
ingresso via S. Filippo, 2-Chieri

**Ingresso gratuito**

Per il programma vedi retro

Con il patrocinio di:



## Programma



Mercoledì 31 ottobre 2018 ore 18:30-20

---

*Relatrice D.ssa Annalisa Alessiato (dietista - ass. GiroVita)*

**Esercizio fisico e dieta alleati contro l'infiammazione.**



Mercoledì 14 novembre 2018 ore 18:30-20

---

*Relatrice D.ssa Roberta Feyles (Osteopata D.O.)*

**Osteopatia di prevenzione per l'attività fisica.**



Mercoledì 28 novembre 2018 ore 18:30-20

---

*Relatore Dr. Federico Olliveri (medico specialista in Cardiologia e Medicina Interna. Dir Sanitario LARC, ex primario Ospedale G. Bosco):*

**Come prevenire e curare i principali fattori a rischio delle malattie cardiovascolari: l'ipertensione, il diabete, l'iperlipidemia.**



Mercoledì 23 gennaio 2019 ore 18:30-20

---

*Relatore Dr. Angelo Bertelli (responsabile unità Ortopedia clinica eporediese Ivrea direttivo istituto medicina dello sport di Torino):*

**"Ma cos'è questa artrosi?". Definizione, prevenzione e cura.**



Mercoledì 20 febbraio 2019 ore 18:30-20

---

*Relatrice D.ssa Maria Rita D'Anna (Medico Fisiatra AslTo5):*

**L'importanza della riabilitazione e del movimento con l'avanzare dell'età**



Mercoledì 20 marzo 2019 ore 18:30-20

---

*Relatore Dr. Guido Barberis (medico Geriatra):*

**I disturbi della memoria e le demenze: diagnosi, prevenzione e cura.**



Mercoledì 17 aprile 2019 ore 18:30-20

---

*Relatore Dr. Elvio Novarese (direttore SC Ortopedia e Traumatologia AslTo5):*

**Come ritornare ad una buona qualità di vita dopo un intervento per protesi o per frattura dell'arto inferiore.**

**Per informazioni: Gianpiero Arciprete 3491257430**

**info@assam.to.it - www.assam.to.it**