



Calendario dei corsi del I° semestre 2011 Febbraio – Giugno
Programma preliminare (aggiornamenti sul sito e sulla [stampa locale](#))

L'ingresso e la partecipazione ai corsi è sempre gratuito

1. **“La pelle, un “involucro” da rispettare e da curare” Venerdì - 4,11,18,25 Febbraio ore 15.30 -16.30 presso la Sala Forum Cappuccini -Viale Cappuccini 14, Imola . Promosso e sostenuto dall'Assessorato alla Qualità Sociale - Servizio Promozione Sociale, programma “Dall'autunno all'Estate”. Resp. Dott.ssa Angioletta Sartoni, tel 0542-602592 Martedì e Giovedì 8.30-13;**
Relatrice: Dott.ssa Paola Giorgi – Specialista in Dermatologia
2. **“Gli arti superiori e il loro ruolo fra la funzione e la relazione; la loro cura è importante per mantenere l'autonomia” Martedì 8, 15, 22 Febbraio e 1 Marzo , ore 20.15- 21.15** presso la sala gentilmente concessa dal Centro Sociale “ZOLINO” Via Tinti 1 – Imola (Presidente Sig. Bruno Capra). Il corso è promosso dalla ConfArtigianato Assimpres Imola col supporto della BCC Filiale di Viale Amendola 56/F Imola;
Relatori Dott.ri : Cristina Franchini, Micaela Battilana, Gino Faccani, Elisabetta Motta.
3. **“La pressione arteriosa, un indicatore di salute da conoscere” Giovedì 24 Febbraio, 10 e 24 31 Marzo ore 20.30 -21.30** presso la Sala Consiliare del Comune di Casalfiumanese . Piazza Cavalli 15, promosso insieme al Comune di Casafiumanese che ha gentilmente concesso Patrocinio e sala.
Relatori: *Dott.ri/Prof. Sandra Falconi, Marco Magistretti, Carlotta Berti, Danilo Pasotti*
4. **“Vita lunga ai tumori ! Cosa sono, qual è la prevenzione parliamone” Giovedì 3, 10, 24, 31 Marzo ore 18.30-19.30** presso la Palazzina Ex Direzione Sanitaria Lolli (I° p) via Saffi Imola.
Il corso si inserisce nel Progetto INsalute INCittà Primavera 2011 ed è realizzato in collaborazione con l'ASL di IMOLA – Referente Dott.ssa Alice Bonoli
Relatori: *Dott.ri:* Shirley Ehrlich, Antonio Maestri, Berti Carlotta.
5. **“Facciamo attività motoria insieme.... per stare in ..salute; fra la teoria e la pratica” Giovedì 24, 31 Marzo e 7,14 Aprile ore 19-20** , presso la Palestra MARCONI Via Cenni N° 2 – Imola. Il corso è realizzato in collaborazione col Comune di Imola – Assessorato allo Sport.
Relatori Prof.ri : Mara Guerra e Carlotta Berti
6. **“Difendi la tua schiena: prevenzione della lombalgia” Mercoledì 30 Marzo, 6, 13, 20 Aprile 2011 ore 20 -21** , presso la sala AVIS – V.le Stradone 9, Faenza. Il corso si inserisce nel Progetto INsalute INCittà , realizzato in collaborazione con il Distretto di Faenza ASL Ravenna – Referente Dott. R.Betti; con il Patrocinio del Comune di Faenza Primavera 2011
Relatori Dott.ri: Gian Paolo Zauli, Cristina Franchini, Beatrice Taroni, Prof. Mara Guerra
7. **“La tiroide e le paratiroidi – ghiandole endocrine da controllare” Martedì 29 Marzo, 5, 12, 20 Aprile 2011 ore 19.15 - 20.15** presso la Sala Riunione, gentilmente concessa da C.S.Bocciofila ASBID– Viale Saffi 50/A Imola - Il corso è promosso in collaborazione con la Farmacia “AI CAPPUCCINI” Imola
Relatori Dott.ri: Saida Palestini, Lorenza Gagliardi, Anna Vacirca , Shirley Ehrlich
8. **“I disturbi dell'UMORE nel XXI° secolo : ansia, depressione.... parliamone” Giovedì: 7, 14, 21, 28 Aprile ore 18.30-19.30** presso la Palazzina Ex Direzione Sanitaria Lolli (I° piano) entrata via Saffi Imola - Il corso si inserisce nel Progetto INsalute INCittà Primavera 2011 ed è realizzato in collaborazione con l'ASL di IMOLA – Referente Dott.ssa Alice Bonoli.
Relatori: *Dott.ri:* Danilo Pasotti, Alba Natali, Benedetta Prugnoli, Shirley Ehrlich
9. **“L'artrosi delle grandi articolazioni e la lombalgia” Martedì 3, 10, 17 Maggio ore 15.30 – 16.30 e Mercoledì e 1 Giugno ore 19.30 – 20.30** presso sala riunioni Centro Sociale “Porta Nuova” Via Aldo Moro 1/2 Russi (RA): promosso dal Centro Sociale che ha chiesto il Patrocinio del Comune di Russi.
Relatori Dott.ri: Shirley Ehrlich, Micaela Battilana, Mara Guerra, Cristina Franchini
10. **“Stili di vita corretti in tema di alimentazione, movimento e salute orale: preziosi investimenti per un futuro benessere”;** il corso è promosso insieme *all'Associazione INSIEME PER UN FUTURO MIGLIORE IMOLA* (Famiglie che ospitano ragazzi provenienti da Chernobyl e d'intorni) Presidente Sig.ra Arena Ricchi con il sostegno del Comune di Imola Servizio Partecipazione e Volontariato –Referente Dott.ssa Roberta Olivato. **Giovedì 05.05.2011** ore 20.30

presso la Sala Banca Popolare dell'Emilia Romagna (g.c.) – Via Rivalta 22, Imola e Mercoledì **22.06 e 29.06. ore 10**, presso la sala –Laboratorio “MATRIOSCA” Coop. Aurora – Via Morelli 19, Imola - incontri con i ragazzi con l'aiuto del Mediatore Culturale.
Relatori Dott.ri: Shirley Ehrlich, Prof. Mara Guerra , Antonella Faggella.

11. **“Le gambe sono fondamentali per la nostra autonomia: quali sono i pericoli da evitare? Ossa, muscoli, tendini, nervi, arterie, vene e la pelle ... conosciamoli”** **Martedì – 3,10,17, 24 Maggio ore 20 -21** presso la saletta del Centro Sociale Castellano – Via Umberto I° 48 Castel Bolognese (RA), Il corso è promosso dal Centro Sociale Castellano (Presidente Sig. Marcello Casadio) con il supporto della Farmacia Bolognini
Relatori Dott.ri: Cristina Franchini, Micaela Battilana, Paola Giorgi, Elisabetta Motta
12. **“Peso Sano per una vita sana”** Corso di base dedicato ai genitori e/o nonni di bambini con il problema di peso eccessivo. **Martedì 3** (RIPASSO periodico =il 03.05.11-per i genitori che hanno già fatto un corso simile nel 2010) **corso base inizia 10, 17, 24, 31 Maggio 2011** ore 18.30-20 (solo il 10.05 l'incontro durerà dalle ore 18.30- 19.30) presso sala riunione Centro Sociale “La Tozzona” (gentilmente concessa) Via Punta 24, Imola
Relatori: Prof.Nazario Melchionda, Dott.ri Giulietta Tarrini, Shirley Ehrlich, Lamberto Reggiani

II° Convegno “ PESO SANO PER UNA VITA SANA” 07.05.11 ore 15.30 – Sala Convegni Confartigianato Assimprese, (g.c.) Viale Amendola 56 D Imola (di fronte al Centro Leonardo COOP)
Relatori Prof. Nazario Melchionda e la Dott.ssa Giulietta Tarrini

13. **“La terapia anticoagulante – una cura salvavita! Parliamone.....”** **Mercoledì 4, 11, 18, 25 Maggio 2011, ore 15 - 16** presso sala Riunione Circolo PD (gentilmente concessa) Via Puccini 36 - quartiere PEDAGNA , Imola; corso promosso e sostenuto dallo SPI-CGIL Imola
Relatori: Dott.ri Shirley Ehrlich, Letizia Guolo, Elisabetta Motta

Calendario Programma dei corsi del II° semestre 2011 ; Settembre – Dicembre 2011

(aggiornamenti sul sito e sulla [stampa locale dal 25.08.2011](#))

L'ingresso e la partecipazione ai corsi è sempre gratuito

1. **“La digestione dalla bocca in giù – quali strategie per rimanere in salute”** **Mercoledì - 21.09.11 e i Martedì 27.09, 04.10, 11.10 ore 20.30 – 21.30** presso la Sala Centro Sociale ZOLINO – Via Tinti 1, Imola . Promosso e sostenuto dalla ConfArtigianato Assimprese Imola, dalla Banca Credito Cooperativo Ravennate & Imolese, Filiale di Viale Amendola 56/F Imola e dal Presidente del CS Zolino, Sig. Bruno Capra;
Relatori: Dott.ssa Antonella Faggella, Alessandra Pirazzoli, Ezio Cani, Valeria Tarabusi
2. **“La malattia vascolare e la prevenzione degli incidenti vascolari : Ictus Cerebrale”**
Giovedì 22.09, 29.09 e 6.10, 13.10 , ore 19- 20 presso la sala Palazzina ex Direzione Lolli – Via Saffi ; Incontri nell'ambito del progetto INsalute INCittà autunno 2011 realizzato in collaborazione con l'ASL di IMOLA – Referente Dott.ssa Alice Bonoli.
Relatori Dott.ri :Saida Palestini, Tiziano Lenzi, Leonardo Sani, Shirley Ehrlich
3. **“Le gambe sono fondamentali per la nostra autonomia: quali sono i pericoli da evitare? Ossa, muscoli, tendini, arterie, vene ... postura, calzature , conosciamoli”**
Lunedì 26 Settembre, 3,10,17 Ottobre 2011, ore 19- 20, presso la sede “ Circolo Parrocchiale” g.c.-Piazza Felice Foresti 27 – Conselice con il sostegno della Sanitaria CONSELICE – Sig.ra Maria Pia Baldi. E' stato richiesto il Patrocinio all'Amministrazione Comunale e alla Direzione Distretto di Lugo.
Relatori Dott.ri:, Cristina Franchini, Elisabetta Motta, Carnevali Luisa e Sig.ra Chiara Buldrini
4. **“Il Diabete mellito in Famiglia : si può prevenire”** i **Martedì 4, 11, 18 25 ottobre** , ORE 15-16 presso il Centro Sociale "Primavera" - Via Gramsci 16 - Riolo T. In

collaborazione e con il sostegno della Farmacia Dott.ssa Annamaria Bernardi e il CS Primavera con il Patrocinio del Comune di Riolo T.

Relatori: Dott.ri/Prof.: Shirley Ehrlich, Anna Vacirca, Mara Guerra

5. **“L’occhio fra maturità e malattia: la prevenzione e la cura”** i Mercoledì– 5,12,19,26 Ottobre - presso la Sala Sassi –g.c. Via Fratelli Cervi 3 - Castel S.Pietro Terme ?? oppure la sala Riunioni – c/o La Palazzina Ospedale di CSPT g.c.– Via Oriani 1. ore 20.30 – 21.30
In collaborazione e con il Sostegno/Patrocinio: FNP-CISL Coord. Donne CSPT-Referente Tina di Caprera; Erboristeria ParaFarmacia del Corso Dott.ssa Claudia Martelli e il Bar EUROPA di Paride Cantini con il Patrocinio del Comune di Castel San Pietro Terme
Relatori: *Dott.ri Marta Casacci e Vincenzo della Valle*
6. **“Facciamo attività motoria INSIEME per stare INSALUTE: dalla teoria alla pratica”:** Giovedì 6,13,20,27 Ottobre ORE 19 -20 presso la Palestra Marconi Via Cenni n. 2 – Imola; in collaborazione e con il sostegno del Comune di Imola al quale è stato richiesto anche il Patrocinio
Relatori: Dott.ri/Prof: *Mara Guerra e Carlotta Berti (corso composto da 4 incontri)*
7. **“Difendi la tua schiena: prevenzione della lombalgia”** “il Giovedì 13, 20, 27, Ottobre e 3 Novembre ore 20.30 – 21.30 presso la Sala della sede – Via Largo XXV Aprile 7/B, Castel Guelfo di Bologna – promosso dall’Associazione Volontari di Castel Guelfo con il Patrocinio del Comune di Castel Guelfo – Referente/Presidente Sig.ra Giovanna Tozzoli;
Relatori: Dott.ri: Ilario Albertazzi, Gaetano Carriere, Micaela Battilana, Mara Guerra
8. **“L’alimentazione gioie e dolori: in famiglia nelle varie età”** il Venerdì 14, Martedì 18, Venerdì 21 e 28 Ottobre 2011 – dalle ore 20.30 alle 21.30 presso la *Sala Auditorium* del Comune di Medicina via Pillio, 1 – *Medicina*; in collaborazione e con il Sostegno: Banca Credito Cooperativo Ravennate e Imolese (??) concessione della sala e patrocínio il Comune di Medicina
Relatori: Dott.ri: Achille Lamma, Shirley Ehrlich, Lorenza Tosarelli, Valeria Tarabusi
9. **“Ossigeniamo a pieno i nostri polmoni: la respirazione dal naso in giù”** i Giovedì 20, 27 Ottobre e 3, 10 Novembre ore 20.30 – 21.30, presso la Sala Consiliare, P.zza Cavalli 15, Casalfiumanese. Corso promosso, sostenuto e Patrocinato dall’Amministrazione Comunale – Referente l’Assessore Sig.ra Gisella Rivola
Relatori: Dott.ri : Sandra Falconi, Ignazio Tasca, Saverio Scavello, Shirley Ehrlich
10. **“L’occhio fra maturità e malattia: la prevenzione e la cura”** i Giovedì 20, 27 Ottobre e 3, 10 Novembre ore 20.30 – 21.30, presso la sala Conferenza “Maria Laura Ziani” Via Laderchi 3/A, Faenza; Incontri nell’ambito del progetto INSalute INCittà autunno 2011 corso promosso dal Distretto ASL Faenza – Direttore Dott. Richard Betti – Patrocinio del Comune di Faenza
Relatori Dott.ri: Marta Casacci, Giuseppe Gaiba
11. **XXX “Peso Sano per una Vita Sana”** – l’incontro periodico di confronto /ripasso (REMIND) il Martedì 25.10.2011 ore 19-20 presso la sala Riunione Banca Popolare dell’Emilia Romagna g.c.- Via Rivalta 22, Imola; in collaborazione Pediatri di LS Ausl Imola, con il sostegno della Banca Popolare dell’Emilia
Relatori Dott.ri /Prof. Nazario Melchionda e Dott.ssa Giulietta Tarrini e Chiara Zanetti
12. **“Il Diabete Mellito: una collaborazione attiva può migliorare molto la prognosi”** i Giovedì 27 Ottobre e 3,10,17 Novembre ore 19 – 20. Incontri nell’ambito del progetto INSalute INCittà autunno 2011 realizzato in collaborazione con l’ASL di IMOLA – Referente Dott.ssa Alice Bonoli.
Relatori Dott.ri : *Shirley Ehrlich, Anna Vacirca, Mara Guerra, Barbara Brocchi*
13. **“Le gambe sono fondamentali per la nostra autonomia: quali sono i pericoli da evitare? Ossa, muscoli, tendini, nervi, arterie, vene e la pelle... conosciamoli”** i Mercoledì 2,9,16, 23 novembre, ORE 21-22 presso la Sala riunione CRAME Viale

d'Agostino 6, Imola In collaborazione e con il Sostegno/Patrocinio: Associazione CRAME-
Dott. Bruno Brusa

Relatori: Dott.ri: Cristina Franchini, Micaela Battilana, Paola Giorgi, Elisabetta Motta

14. “ **La donna è mobile: le stagioni di una vita nella ricerca dell’armonia**” i Mercoledì 9,16, 23, 30 Novembre ore 20.45-21.45 - presso sala del Centro Sociale "Tarozzi" Via Balducci 6, Sesto Imolese

In collaborazione e con il Sostegno/Patrocinio: Centro Sociale "Tarozzi" Sesto Imolese –
Referente/Presidente Sig.ra Laura Bertozzi

Relatori: Dott.ri Pier Luigi Bedei e Radiana Ravaglioli

15. “**La malattia cronica e i suoi postumi: la cura per mantenere la miglior qualità di vita**”
i Martedì 15, 22, 29 Novembre e 6 Dicembre ore 20.30 – 21.30, presso la sala riunione
della Banca Popolare dell’Emilia Romagna g.c. Viale Rivalta 22, Imola Corso di
aggiornamento professionale per i propri operatori (aperto) promosso dal Consorzio
Ippogrifo – Referente Sig.ra Sonia Allegre e Laura Bassi

Relatori: Dott.ri: Elisabetta Motta, Anna Vacirca, Ilaria Naldi, Sabrina Stanziani

Le proposte di **NUOVI CORSI** possono essere fatte anche dalle singole associazioni sulla base delle
rispettive esigenze - I.N.S.A.L.U.T.E. avrà cura di
decodificare e costruire un percorso di formazione individualizzato.

Per Chiarimenti oppure delucidazione si può chiedere nel seguente modo:

- chiamare al cellulare : **366 267 3266 (348 2718 348)** dal Lunedì al Venerdì dalle ore 15 alle 17
- inviare una e-mail : contattaci@insalute.info
- consultare il sito www.insalute.info

L’Associazione opera attualmente - GRAZIE - al contributo ed al sostegno di tutti promotori e principalmente grazie:

- alle Fondazione Cassa di Risparmio di Imola e Fondazione Cassa di Risparmio di Ravenna, alla Banca di Imola, Banca Popolare dell’Emilia Romagna e Banca Credito Cooperativo Ravennate & Imolese
- alle Amministrazione dei Comuni di Imola, Castel S.Pietro T., Castel del Rio, Casalfiumanese, Toscanella, Castel Bolognese, Medicina, Bagnacavallo, Russi, Faenza , Riolo Terme
- dell’AUSL di Imola, Distretti di Faenza (AUSL di Ravenna) e in collaborazione con i **Medici di Medicina Generale e Pediatri di Libera Scelta** del territorio corrispondente con progetti innovativi
- Le Direzioni degli Sindacati dei Pensionati, CISL, CGIL, Associazioni di Categoria CNA, Confartigianato Assimpres, Cooperative – tipo Ippogrifo, Ass. di Volontariato come Auser ecc. che promuovono corsi su temi utili alla loro formazione continua.
- Farmacie/ ParaFarmacie e Sanitarie dislocate nel territorio (vedete nei singoli corsi segnalato - nel sito aggiornato)
- a tutti coloro - Corsisti, Sostenitori ed Amici che hanno scelto di versare il loro 5 x 1000 - all’Associazione in occasione della denuncia dei Redditi.

Si può devolvere il 5 per mille
all’Associazione INSALUTE al momento della denuncia dei redditi
indicando il numero di Codice Fiscale di INSALUTE = [02 39 10 41 205](http://www.insalute.info)
oppure utilizzando il modello CUD – per chi non fa denuncia

Aggiornato 20.03.2011