

Una rete per la prevenzione

Quattro giovedì di primavera all'insegna dello star bene presso la sala del Caseificio a Spilimbergo. Quattro realtà del territorio spilimberghese si sono unite per organizzare un ciclo di incontri dal titolo "**Obiettivo salute: conoscere, prevenire, curare**": l'associazione culturale il caseificio di Spilimbergo, la Credima Soc. di mutuo soccorso della BCC S. Giorgio e Meduno, la Farmacia Santorini di Spilimbergo e il Centro Smile sempre di Spilimbergo. Gli incontri saranno tematici e tratteranno argomenti diversi per il pubblico di tutte le età. Gli organizzatori (aziende e associazioni) propongono in queste serate un'informazione professionale e competente, ma allo stesso tempo alla portata di tutti per un dialogo attivo e una partecipazione consapevole. L'ingresso è libero. La manifestazione ha il patrocinio del Comune di Spilimbergo.

Obiettivo salute

conoscere - prevenire - curare

Spilimbergo sala "il caseificio"

dal 16 aprile al 14 maggio 2009

star bene come progetto dell'intelligenza razionale ed emotiva

giovedì 16 aprile 2009 ore 20,30

Ansia e attacchi di panico

Imparare a conoscere la paura, attraversandola per ritrovare uno spazio di sicurezza in noi stessi, per una migliore qualità della vita

Relatore

Carlo Robustelli, *psicanalista empatico/introspettivo, insegnante di Yoga*

in collaborazione con **Associazione Terracielo**

giovedì 23 aprile 2009 ore 20,30

Diabete mellito: l'epidemia del terzo millennio

Le strade per arginare questo fenomeno sono due: la prevenzione e un trattamento terapeutico tempestivo

Relatore

Giuseppe Felace, *medico diabetologo*

in collaborazione con

Farmacia Santorini
Roche diagnostics

giovedì 7 maggio 2009 ore 20,30

Alimentazione e psiche

Il cibo come valvola di sfogo dei malesseri emotivi nell'adolescenza: riflessione sulla psicologia dei disturbi alimentari

Relatori

Marianna Pagotto, *psicologa*

Fiammetta Genco, *medico di medicina generale*

in collaborazione con

Poliambulatorio Centro Smile
e **Credima Soc. di mutuo soccorso**

giovedì 14 maggio 2009 ore 20,30

Cefalea: clinica e terapia

I mal di testa sono una infinità: conoscerne le origini per formulare diagnosi e cure specifiche **Relatori**

Angelo Pomes, *neurologo*

Vito Demitri, *specialista in chirurgia maxillofaciale*

in collaborazione con

Poliambulatorio Centro Smile

Ciclo di incontri organizzato da
Associazione culturale "il caseificio"
Credima Soc. di mutuo soccorso della BCC di San Giorgio e Meduno
Farmacia Santorini di Spilimbergo
Poliambulatorio Centro Smile di Spilimbergo

Con il patrocinio del Comune di Spilimbergo

Ingresso libero
Info 0427 50880 - www.ilcaseificio.net

Primo incontro 16 aprile 2009

Provare a parlare della paura è un argomento difficile e delicato, perché la paura ci riporta sempre al ricordo di un'esperienza spiacevole e dolorosa, che ognuno di noi ha fatto in un momento della sua vita incontrandola. Proprio nell'incominciare a parlarne e a provare a distinguerla impariamo invece gradualmente anche ad affrontarla, arrivando a capire che essa è una compagna di viaggio scomoda eppure inseparabile della nostra esistenza. Con gli strumenti dell'ascolto e della lettura di sé che la psicanalisi e lo yoga ci mettono a disposizione, oggi possiamo conoscere "nuovamente" la paura e riconoscersi attraverso ciò che prima ci limitava e terrorizzava. Scopriremo allora che invece di stringerci all'angolo potremo provare finalmente a risvegliare il coraggio dell'esistere liberi dalla schiavitù schiacciante che incombeva su di noi.

associazione culturale il caseificio
piazzetta waltherpertoldo 4
33097 spilimbergo pn
tel. 0427 50880
cell. 331 5654399