



Istituto di Medicina Fisica
e Riabilitazione



Associazione Riabilitazione Friuli - Venezia Giulia



PROGETTO

ATTIVITA FISICA ADATTATA

Incontro pubblico
in occasione della conclusione del primo anno di attività

Udine, 26 settembre 2009

10.30 – 12.30

Salone del Parlamento del Castello di Udine

PROGRAMMA

- ❖ Ore 10,30– 10,45 Saluto delle autorità
- ❖ Ore 10,45– 11,00 Introduzione al convegno
- ❖ Ore 11,00– 11,15 Basi razionali dell'attività fisica adattata (AFA)
- ❖ Ore 11,15– 11,30 Esperienza dell'Azienda Sanitaria n. 4 "Medio Friuli"
- ❖ Ore 11,30– 11,50 Attività adattate specifiche e l'esperienza della 'Corale Gioconda'
- ❖ Ore 11,50– 12,05 La parola ai "providers"
- ❖ Ore 12,05– 12,20 Implementazione dell'AFA nella provincia di Udine e nella Regione FVG:
il ruolo del medico di medicina generale
- ❖ Ore 12,20– 12,30 Discussione: la parola al pubblico
- ❖ Ore 12,30– 12,45 Chiusura del convegno

Lo stile e le abitudini di vita negli ultimi decenni appaiono caratterizzati e condizionati principalmente dalla sedentarietà e dall'invecchiamento della popolazione: l'inattività o la riduzione fisiologica dell'attività fisica sono oggi un problema sempre più importante di sanità pubblica.

Allo stato attuale è importante che la popolazione modifichi il proprio stile di vita. Occorre quindi creare una nuova cultura attraverso la conoscenza degli effetti favorevoli dell'attività fisica, che recuperi il movimento come parte integrante ed essenziale della vita di tutti i giorni. L'obiettivo principale di questo progetto di prevenzione secondaria e terziaria è di preservare l'autonomia. Si tratta di un percorso alternativo a quello sanitario (individuato nell'Attività Fisica Adattata attraverso interventi a lungo termine e utilizzando protocolli di esercizi specifici per patologia) che è in grado di ridurre molti fattori rischio, migliorando le condizioni di salute e potenziando le capacità residue.

organizzazione a cura della

ASSOCIAZIONE DI RIABILITAZIONE DEL FRIULI-VENEZIA GIULIA,

Via Gervasutta 48 – 33100 Udine Tel. (+39) 0432 553397 - Fax 0432/553378

