Lega svizzera
contro il reumatismo

Osteoporosi – Aggiornamento medico e Tai Chi

Diagnosi e trattamento dell'osteoporosi. Implementazioni pratiche per il trattamento delle malattie osteoarticolari utilizzando l'esempio del Tai Chi.

Corso di formazione per fisioterapisti collaboratori della Lega ticinese contro il reumatismo

Sabato, 8 aprile 2017
Centro I.A.C.M.A., Via Sonvico 9, Lugano zona Resega di Porza

Obiettivi:

- Conoscere i rischi di frattura ossea, i trattamenti in caso di osteoporosi e le modalità preventive
- Conoscere i fattori che predispongono all'osteoporosi, l'educazione preventiva, gli aiuti ed il sostegno della pratica

Programma (Con riserva di modifiche)

09.00 **Saluto iniziale, Obiettivi della giornata**
Stefania Lorenzi, Segretariato Lega ticinese contro il reumatismo

09.15 **Osteoporosi, la malattia delle ossa fragili** – ***Dr. med. Nicola Keller***
- Fattori di rischio e trattamento
- Prevenzione delle cadute

10.15 Pausa

10.45 **Qi Gong, gli elementi fondamentali per crescere nella percezione del corpo sottile (sensibilizzazione)** – ***Maestro Isidoro Li Pira***
- Prendere coscienza delle strategie del corpo che informa

12.30 **Pausa pranzo**

14.00 **Fondamentali e pratica del Tai Chi Quan** – ***Maestro Isidoro Li Pira***
- Il significato di educare il corpo per comprendere la disciplina

15.30 Pausa

15:45 **I vari ambiti dell'equilibrio nella pratica** – ***Maestro Isidoro Li Pira***
- Applicazioni pratiche delle discipline del Qigong e del Taijiquan

17.00 **Discussione finale** – Tutti i partecipanti

17.15 **Fine del corso**

Informazioni aggiuntive

Sede del corso: Centro I.A.C.M.A.
Via Sonvico 9
Lugano zona Resega di Porza

Parcheggi: Resega pista di Ghiaccio; Cinestar

Organizzatore: Lega svizzera contro il reumatismo, Josefstr. 92, 8005 Zürich, kurse@rheumaliga.ch

Relatori: Dr. med. Nicola Keller

Maestro Isidoro Li Pira

Partecipanti: I fisioterapisti che conducono corsi di ginnastica per la Lega ticinese contro il reumatismo.

Pranzo: Si consiglia di portare un pranzo al sacco.

Costo del corso: CHF 190.--

Disiscrizioni da 30 fino a 5 giorni lavorativi prima dell'inizio del corso Viene applicata una tassa di CHF 50.- nel caso non avvenga una sostituzione o subentri qualcuno da una lista di attesa

Disiscrizioni fino a 4 giorni lavorativi prima del corso
Viene addebitato il costo intero del corso.
Su presentazione di un certificato medico, vengono addebitati CHF 50.-

Ingiustificata assenza dal corso
Verrà addebitato l'intero costo del corso.

Portare: Indumenti comodi (preferibilmente di tessuto naturale), scarpette leggere, o calze antiscivolo, materiale di scritture per annotazioni

Assicurazione: I partecipanti sono tenuti ad essere assicurati individualmente. La Lega svizzera e la Lega ticinese contro il reumatismo non si assumono responsabilità in caso di infortunio, danni alle cose o a terzi.