

Lo stile di vita, l'attenzione alla prevenzione, saper interpretare i cambiamenti del nostro corpo: possiamo fare qualcosa per stare meglio, e tenerci informati può aiutarci ad imparare a prenderci cura di noi stessi. E' questo il filo conduttore delle 'Giornate del Benessere' che ogni anno l'Amministrazione Comunale organizza e promuove in collaborazione con la Clinica San Carlo, la Fondazione Emilio Bernardelli e l'Associazione Diabetici della Provincia di Milano.

Quattro appuntamenti con la salute, per saperne di più, per ascoltare i consigli degli esperti e per capire quanto sia importante la prevenzione. Quattro sabati dedicati a noi stessi, per poter parlare con i medici in un ambiente diverso dagli studi clinici e avere l'opportunità di poter fare alcuni test veloci e gratuiti, direttamente in Auditorium a 'Tilane' perché anche il benessere è cultura.

Ditelo anche ai vostri cari e ai conoscenti, promuovete anche voi le Giornate del Benessere: partecipare è una sana abitudine!

L'Amministrazione Comunale

Ingresso libero

comune.paderno-dugnano.mi.it
tilane.it

  @bibliotecatilane
@PadDugnano

Tilane

Piazza della Divina Commedia 3/5
20037 Paderno Dugnano MI

Servizi Socio Educativi tel. 02 9100 4428
Servizi Culturali, Progetti e Promozione tel. 02 9904 9642

Come raggiungerci

In auto S.P. Comasiano oppure S.S. 35 (Milano-Meda)
In treno stazione FNM Paderno Dugnano, situata a 1 minuto a piedi dalla Biblioteca

Giornate di educazione sanitaria e promozione del benessere

2019

Auditorium Tilane
19 e 26 ottobre,
9 e 16 novembre

Sabato 19 ottobre | ore 9.30-12

LA STORIA DELLE NOSTRE GINOCCHIA: DALLA NASCITA ALL'ETÀ ADULTA

Dott. Alderino Dalla Pria
Primario U.O. di Ortopedia - Clinica
San Carlo

*Screening: M.O.C. (Mineralometria Ossea
Computerizzata) dalle ore 12 alle ore 16,
da prenotare in loco dalle 9 alle 10*

Sabato 9 novembre | ore 9.30-12

LE MALATTIE DELLA CUTE

La dermatologia
Dott. Giacomo Pozzi
Dermatologo

Micosi cutanee: prevenzione,
diagnosi e cura
Dott.ssa Elisabetta Mapelli
Dermatologa

Tumori cutanei e chirurgia
Dott. Luca Colombo
Dermatologo

*Screening: durante l'incontro si potrà
prenotare una visita con dermoscopia per la
mappatura dei nevi, previsto sabato 23/11
dalle 08.30 alle 17.30 e domenica 24/11
dalle 08.30 alle 12.30, presso la Croce Rossa
Italiana - Via Marzabotto, 3 Paderno Dugnano*

Sabato 16 novembre | ore 09.30-12

AMBIENTE E STILI DI VITA NEL DIABETE

Dott. Adolfo Bianchi
Resp. Servizio di Diabetologia

Dott.ssa Ambra Morelli
Dietista

DIABETE E LA SALUTE DEL CAVO ORALE

Prof. Silvio Abati
Smart Dental Clinic

*Screening: test glicemia fino alle ore 16, con il
sostegno dei volontari dell'Ass. Diabetici della
Provincia di Milano (A.D.P.Mi.)*

Sabato 26 ottobre | ore 9.30-12

BELLEZZA E BENESSERE DONNA

Introduzione
Dott. Enrico Lavelli
Ginecologo - Clinica San Carlo

Consigli sull'attività fisica nelle
varie età della vita
Stefania Carrara
Fisioterapista

Consigli nutrizionali
Dott.ssa Daniela Milani
Specialista in Scienza
dell'Alimentazione

Affettività e sessualità nelle varie
età della vita
Dott. Enrico Lavelli
Ginecologo

Dott.ssa Elena Maria Della Malva
Psicoterapeuta

Lezione e consigli sull'acconciatura
Lillia Perillo
Docente ECFoP - Ente Cattolico per la
Formazione Professionale

Lezione e consigli per il trucco
Simonetta Marchetti
Docente ECFoP - Ente Cattolico per la
Formazione Professionale

*Dalle 12 alle 14 saranno presenti le allieve
dell'Istituto ECFoP che daranno
dimostrazione pratica, a chi lo richiede, di
cura delle mani, maquillage e piccoli consigli
estetici per la vita quotidiana e sarà possibile
approfondire individualmente le tematiche
affrontate durante l'evento, previa
prenotazione da fare in loco.*