

• CORSO DI FORMAZIONE •

LE PALESTRE DELLA MEMORIA

UN APPROCCIO DI COMUNITÀ ALL'INVECCHIAMENTO ATTIVO

 **RESPONSABILE SCIENTIFICO:** Dott.ssa Lorena Paola Urrai



6, 7 e 8 Ottobre 2026
ore 8.30 - 17.00



Sala meeting – Hotel La Bitta
Tortolì (OG)

PROGRAMMA



6
OTTOBRE
2026

1^ GIORNATA (7 ore)

- L'invecchiamento attivo e l'importanza delle azioni di prevenzione
- Che cosa sono le Palestre della Memoria
- Co-progettazione sul territorio tra ASL, Comuni e volontari
- Realizzazione del progetto nel territorio dell'Ogliastra: barriere e facilitazioni
- Caratteristiche dei volontari e strategie per il loro coinvolgimento



7
OTTOBRE
2026

2^ GIORNATA (7,5 ore)

- Corso di formazione per i volontari delle Palestre della Memoria
- Materiale del corso: attenzione, memoria, orientamento spazio-temporale e prassie
- Costruzione di esercizi cognitivi e lavori a piccoli gruppi
- Condivisione e discussione in plenaria
- Discussione finale



8
OTTOBRE
2026

3^ GIORNATA (7 ore)

- Ripasso dei moduli precedenti
- Materiale del corso: dinamiche di gruppo
- Incontri con i volontari per programmare l'apertura di una nuova palestra
- Monitoraggio in itinere e strategie di formazione dei volontari
- Gestione delle dinamiche relazionali nel gruppo
- Chiusura corso e valutazione dell'apprendimento



DESTINATARI DEL CORSO:
Tutte le professioni sanitarie e sociosanitarie
Enti Locali
Enti del terzo settore



DOCENTI:
Simona Rabino
Agata Monni



N° EDIZIONI:
1



PARTECIPANTI PER EDIZIONE:
50



SEGRETERIA ORGANIZZATIVA:
Dott.ssa Maria Assunta Orrù
Dott.ssa Gianna Sanna



I dipendenti degli enti locali e i lavoratori degli enti del terzo settore saranno invitati a iscriversi dalla Direzione strategica della ASL Ogliastra.



SC Formazione e Accreditamento ECM
Sanna Gianna – Orrù Maria Assunta



PER INFORMAZIONI:
formazione.aslogliastra@aressardegna.it
Tel. 0782/490519