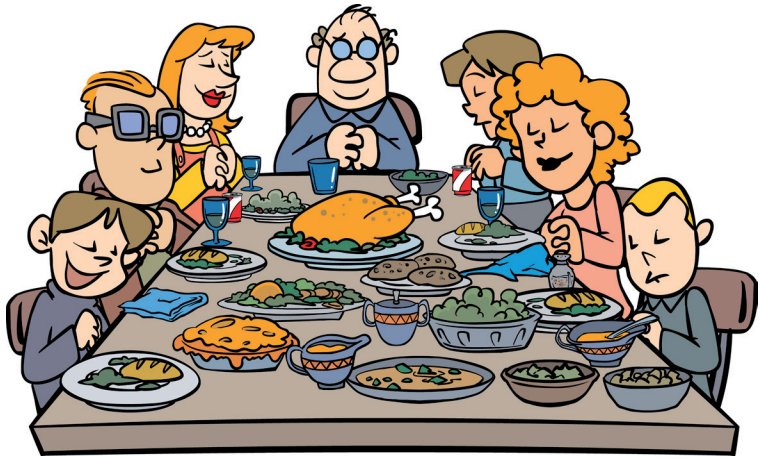
Per informazioni e iscrizione:

Q2 Tel. 055 - 2767820 o 055 – 2767813

Email: quartiere2@comune.fi.it

COMUNE DI FIRENZE | Q2 CAMPO DI MARTE | SOCIETÀ della SALUTE di FIRENZE | SST Azienda USL Toscana centro – Servizio Sanitario della Toscana



"Come prendersi cura dell'anziano con una corretta e sana alimentazione"

1ª Giornata 23 Marzo 2017 ore 16.00-18.00
Villa Arrivabene P.zza Alberti 1/A

"Incontro teorico"

2ª Giornata 06 Aprile 2017 ore 16.00-18.00
Villa Arrivabene, P.zza Alberti 1/A

"Incontro teorico"

3ª Giornata 20 Aprile 2017 ore 16.00-18.00
Villa Bracci, via Stradone Di Rovezzano 33

"Incontro pratico"

unicoopfirenze – Sezione Soci Firenze Nord Est

AICS – Associazione Italiana Cultura Sport – Comitato Provinciale di Firenze

Il corso intende dare informazioni e conoscenze, a tutte le persone che prestano assistenza agli anziani, sui principi di una sana alimentazione ed accrescere le loro competenze nella gestione del pasto delle persone non autosufficienti.

Negli incontri verranno trattati argomenti che permetteranno alle persone di conoscere quali sono gli alimenti della dieta mediterranea più adatti per l'anziano, come conservarli e, tramite un esercitazione, come cucinarli.

Partecipanti:

Il corso è aperto a tutti i cittadini in particolare a chi si prende cura dell'anziano, parenti o assistenti familiari (badanti).

Organizzazione del corso a cura di:

Annalisa Olivotti, biologa nutrizionista A.I.C.S
Monica Melis, infermiera USL

1ª giornata 23 Marzo 2017 ore 16.00-18.00
Villa Arrivabene, P.zza Alberti 1/a
"Incontro teorico"

- Introduzione **(A. Olivotti)**
- Rapporto tra cibo e anziani: modalità di scelta e cottura del cibo **(A. Olivotti)**
- Conservazione e qualità dei cibi
- Norme igieniche sanitarie: l'importanza del lavarsi le mani **(M. Melis)**

2ª Giornata 06 Aprile 2017 ore 16.00-18.00
Villa Arrivabene P.zza Alberti 1/a
"Incontro teorico"

- Abitudini alimentari dell'anziano correlate a determinate malattie **(A. Olivotti)**
- Assistenza all'anziano con problemi di deglutizione **(M. Melis)**

3ª Giornata 20 Aprile 2017 ore 16.00-18.00
Villa Bracci, via Stradone di Rovezzano 33
"Incontro pratico"

Mettiamo in pratica ciò che abbiamo imparato….

- Lavaggio delle mani adeguato **(M. Melis)**
- Cuciniamo insieme in modo corretto **(A. Olivotti)**