 ***Tu -* TERZA UNIVERSITÀ - 2022/23**

 Bergamo - **SECONDA FASE**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Modulo n° | **38** | ***“…ALLA SALUTE!”*** *(novità)* |

|  |  |
| --- | --- |
| **Docente** | Severina Allevi  |
| **Giorno** | Lunedì |
| **Orario** | 15.00 – 17.15 |
| **Periodo** | Dal 12.12.2022 al 23.01.2023 (5 incontri) |
| **Sede** | Nuova sede Servizi Sociali Comune BG Ex Ospedali Riuniti, ingresso via XXIV Maggio, (€ 20,00) |
| **Argomento** | **SCIENZE** (max 50)  |
| **Presentazione** | *Salute non vuol dire solo “assenza di malattia” ma miglioramento della qualità della vita e del benessere percepito. Ciò implica l’acquisizione di due gradi di cultura: Prevenzione (stile di vita, alimentazione e vaccinazioni) e Mantenimento della salute (cura delle patologie e potenziamento della memoria, della affettività, della socializzazione).* |
| **Tutor** |  |

**Calendario**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1** | 12.12.2022 | 1° Prevenzione: Stile di vita |
| **2** | 19.12.2022 |  2° Prevenzione: Alimentazione |
| **3** | 09.01.2023 |  3° Prevenzione: Vaccinazioni (vaccini e virus) |
| **4** | 16.01.2023 |  4° Mantenimento della Salute: Cura delle patologie (Ipertensione, Ipercolesterolemia, Diabete) |
| **5** | 23.01.2023 |  5° Mantenimento della Salute: (Memoria, affettività, socializzazione) |