



Centro Specialistico Ortopedico Traumatologico
Gaetano Pini-CTO

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia
ASST Gaetano Pini



2° EVENTO PER L'INVECCHIAMENTO ATTIVO: IL MOVIMENTO COME ALLEATO DELLA SALUTE

15 OTTOBRE 2025

ore 09:30 - 12:30

ASST Gaetano Pini-CTO

Polo Riabilitativo Fanny Finzi Ottolenghi

Via Isocrate 19, Milano

Aula Colombo

Programma del corso

- 09:30 Saluti istituzionali
Prof. Antonio Frizziero – Direttore Dipartimento di Riabilitazione
- 10:00 Invecchiare bene: il ruolo del fisiatra nella prevenzione e nella cura
Dott.ssa Oriana Amata – Fisiatra responsabile del Laboratorio di Attività Fisica e Movimento
- 10:30 Muoversi meglio, vivere meglio: indicazioni pratiche dal fisioterapista
Dott. Federico Filippini - Fisioterapista
- 10:50 Il chinesiologo: chi è e come può aiutare a mantenersi attivi.
Prof. Fabio Esposito – Università degli Studi di Milano
- 11:10 Consigli sui corretti stili di vita e orientamento alla rete dei servizi sociosanitari territoriali dall'Infermiere di Famiglia e Comunità
Dott.ssa Renata Manias - IFeC
- 11:40 Case di Quartiere: orientamento alla rete e ai servizi offerti sul territorio
Dott. Vincenzo Salvi – Educatore e Operatore di rete – Comin
- 12:00 Dalla teoria alla pratica: scopriamo insieme la palestra e gli esercizi utili
Dott. Federico Filippini - Fisioterapista
- 12:30 Conclusione

Destinatari

La ASST Pini-CTO invita tutti i cittadini over 65 anni della città di Milano, in particolare gli abitanti del Municipio 2, a questo evento per l'approfondimento del tema dell'INVECCHIARE IN SALUTE.

Il corso prevede anche 30 minuti di esercizi in palestra: si consiglia di **indossare abbigliamento comodo e scarpe da ginnastica**.

Partner: ATS Milano, Comune di Milano, Spazio Aperto Servizi, COMIN cooperativa sociale di solidarietà, LA STRADA Società Cooperativa Sociale, Sociosfera Onlus, Azione Solidale società cooperativa sociale, Fondazione Aquilone Onlus, CONSORZIO SIR, CASCINA BIBLIOTECA, FONDAZIONE SOMASCHI ONLUS, GIOSTRA COOPERATIVA SOCIALE ONLUS, Associazione Ciessevi Milano- ETS, Lo Scrigno Società Cooperativa Sociale Onlus, Piccolo Principe società cooperativa sociale, CO.GE.S.S. Cooperativa sociale, Eureka! Soc. Coop., Nuovi Orizzonti Società Cooperativa Sociale, Cooperativa Sociale PALOMA 2000 scarl ONLUS, SPAZIO IREOS SOC. COOP. SOCIALE, ASST Santi Paolo E Carlo, ASST Fatebenefratelli Sacco, ASST Grande Ospedale Metropolitano Niguarda

Programma realizzato nell'ambito delle
Politiche per l'Invecchiamento Attivo
Promosse e finanziate da Regione Lombardia