

***Corso di Formazione
WALKING LEADER
Camminare all'aria aperta, in compagnia e sicurezza***

**Sabato, 10 Ottobre 2026 - Ore 08:30-17:00
Auditorium Volmer Fregni - Via I° Maggio, 16/b - San Prospero**



Programma della giornata

8:30 Registrazione partecipanti

8:45 Saluti

Sauro Borghi - Sindaco di San Prospero

9:00 Presentazione del corso

Anna Confente - Referente promozione della salute Distretto Azienda USL di Modena

9:15 Guadagnare Salute e raccomandazioni OMS su attività fisica e ruolo del Medico di base nella promozione e prescrizione dell'attività motoria

Gustavo Savino - Direttore del Servizio di Medicina dello Sport

Azienda USL di Modena

9:40 Benessere psicologico, motivazione e attività fisica

Cristina Ferrari - Psicologa Psicoterapeuta

Psicologia Penitenziaria e Psicologia di Comunità di CFE - Azienda USL di Modena

10.00 Camminare insieme: disabilità e movimento

Ylenja Persi - Dietista Medicina dello sport

Azienda USL di Modena

10:30 Pausa

10:40 Esperienze a confronto

Walking Leader attivi nel territorio del Distretto di Mirandola

11:00 Nozioni di Primo Soccorso

Emergenza Territoriale 118

13:00 Pausa pranzo

14:30 Istruzioni pratiche per la camminata (circa 2 ore)

Esercitazione pratica con conduzione di un Gruppo di Cammino

Laura Bernaroli, Cecilia Zurlo Chinesiologhe

AMPA Medicina dello Sport

Azienda USL di Modena

Consegna attestato di partecipazione

Destinatari e Modalità di iscrizione

Il corso è aperto a tutti i cittadini interessati ad apprendere le tecniche di conduzione di un gruppo di cammino

La partecipazione al corso è gratuita, con iscrizione entro il 9/10/2026, compilando l'apposito modulo online disponibile sul sito

www.ausl.mo.it/gruppi-di-cammino

È previsto un numero massimo di 99 partecipanti

Responsabile scientifico

Gustavo Savino

Per Informazioni:

a.confente@ausl.mo.it

f.zucchi@ausl.mo.it

