

# Gli eventi e i Seminari di A CHENT'ANNOS IL PROGRAMMA

## SABATO 25 aprile

**10.00** (COMUNITÀ DELLA LONGEVITÀ E MEDICINA SOCIALE)  
"IL TAI CHI E LA GINNASTICA DELLA LONGEVITÀ"  
con i Maestri Manca e Montesu

**11.00** (COMUNITÀ DELLA LONGEVITÀ E MEDICINA SOCIALE)  
"LA PARATA DEL DRAGO CINESE"  
con il Maestro Manca

**12.00** (CONSORZIO TURISTICO DEI LAGHI)  
"L'ALIMENTAZIONE NURAGICA:  
IL GRANO CAPPELLI"  
a cura dello Chef Cosimo Mocci

**15.00** (CSI SARDEGNA)  
Informatica per anziani  
"INTERNET E SICUREZZA"  
a cura del CSI Sardegna

**16.00** (MENFI INDUSTRIA SPA)  
Bioptron  
"I BENEFICI DELLA FOTOTERAPIA"  
con Rosanna Picco

**16.30** (CSI SARDEGNA)  
LEZIONE DI YOGA  
a cura del CSI Sardegna

**17.00** (ICT FOR WELLNESS AND HEALTHCARE)  
"TECNOLOGIE ICT E SALUTE:  
TELEMEDICINA"  
modera Maria Luisa Manis

**17.00** (CSI SARDEGNA)  
Informatica per anziani  
"LA POSTA ELETTRONICA"  
a cura di CSI Sardegna

**17.00** (CONTATTOSONORO ASS.NE)  
"LE FORME DEI SUONI"  
tenuto da Alessandra Seggi e Francesca Motzo

**18.00** (CSI SARDEGNA)  
BALLI DI COPPIA E DI GRUPPO  
con il CSI

## DOMENICA 26 aprile

**10.00** (MENFI INDUSTRIA SPA)  
Bioptron  
"CIAKRA E CROMOTERAPIA"  
con Caterina Serra

**11.00** (CATABASCIA ASS.NE)  
"LE FORME DEI SUONI"  
a cura di Alessandra Seggi e Sandra Ruggeri

**11.00** (CSI SARDEGNA)  
Informatica per anziani  
"INTERNET E SICUREZZA"  
tenuto dal CSI Sardegna

**11.30** (SPETTACOLO SARDEGNA SERVIZI)  
"100 CENTENARI"  
libro fotografico,  
incontro con l'autore Luigi Corda

**17.00** (CSI SARDEGNA)  
Informatica per anziani  
"POSTA ELETTRONICA  
E INFORMATICA LOW COST"  
CSI Sardegna

**18.00** (CONTACT SRL)  
"L'INCONTRO TRA SCIENZA  
E SATIRA ABBAE LE BARRIERE"  
con Francesca Cardia e Tullio Boi,

**18.00** (CSI SARDEGNA)  
LEZIONE DI PILATES  
con il CSI Sardegna

**19.00** (SPETTACOLO SARDEGNA SERVIZI)  
LEZIONE DI SWING  
con Pino Mereu



**Pad.i**  
A Chent'Annos

LEGENDA

**M** meeting  
**S** areasport  
(-) Azienda proponente

Con il patrocinio della  
**REGIONE AUTONOMA DI SARDEGNA**  
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

Con il patrocinio della  
**COMUNE DI CAGLIARI**

Fiera Internazionale della Sardegna  
**Azienda Sociale**  
Camera di Commercio Cagliari

**ITALIA**  
CONI  
COMITATO REGIONALE SARDEGNA

**COMUNITÀ DELLA LONGEVITÀ**

**MEDICINA SOCIALE**

## LUNEDÌ 27 aprile

**10.00** (MENFI INDUSTRIA SPA)  
"IL RAGGIO DI LUCE  
E IL BENESSERE"  
con E. Francescotti e M. Papaspyropoulos

**11.00** (CONSORZIO TURISTICO DEI LAGHI)  
"STORIA DELL'ALIMENTAZIONE  
NELLA TERRA DEI CENTENARI"  
con il C. Laghi e Nuraghi Sarcidano

**12.00** (SPETTACOLO SARDEGNA SERVIZI)  
"100 CENTENARI" libro foto,  
incontro con l'autore Luigi Corda

**12.00** (CSI SARDEGNA)  
Informatica per anziani  
"INFORMATICA LOW COST"  
tenuto dal CSI Sardegna

**15.00** (COM.LONGEVITÀ E MED. SOCIALE)  
"SCUOLA DELLA LONGEVITÀ  
ED INVECCHIAMENTO ATTIVO"  
del Centro di ricerca sull'alimentazione  
dei centenari e del Format GHEROS

**16.00** (CENTRO DI RICERCA DELLA LONGEVITÀ)  
"LA STREGA DEI BOTTONI"  
IL LIBRO a cura di Roberto Pili,  
Regina Obino e Oreste Pili

**17.00** (IRISLANDIA COOP. SOC.)  
"ATTIVITÀ MOTORIA E PREVENZIONE  
DANNO COGNITIVO"  
A cura di V. Mascia, A. Montaldo.

**17.00** (CSI SARDEGNA)  
"INTERNET E SICUREZZA"  
a cura di CSI Sardegna

**18.00** (COM.LONGEVITÀ E MED. SOCIALE)  
"LONGEVITÀ E ANTROPOLOGIA"  
a cura di Alessandra Guigoni

**18.00** (CONI CR SARDEGNA)  
Progetto CONI  
"A CHENT'ANNOS IN SALUTE"  
a cura GM. Migliaccio e Giorgia Collu

**19.00** (MENFI INDUSTRIA SPA)  
"IL RAGGIO DI LUCE E IL BENESSERE"  
con E. Francescotti e M. Papaspyropoulos

**19.30** (CSI SARDEGNA)  
BALLI DI GRUPPO

## MARTEDÌ 28 aprile

**11.00** (CONI CR SARDEGNA)  
Progetto CONI  
"A CHENT'ANNOS  
IN SALUTE"  
a cura Gian M. Migliaccio  
e Giorgia Collu

**12.00** (CSI SARDEGNA)  
Informatica per anziani  
"POSTA ELETTRONICA"  
cura del CSI Sardegna

**15.00** (COM.LONGEVITÀ E MED. SOCIALE)  
"I CONSIGLI PRATICI  
PER INVECCHIARE BENE:  
INCONTRO CON IL  
GERIATRA"  
a cura Paolo Putzu

**16.00** (COM.LONGEVITÀ E MED. SOCIALE)  
"LA GESTIONE FAMILIARE  
DEL MALATO DI DEMENZA"  
a cura di Daniela Viale

**17.00** (CSI SARDEGNA)  
Informatica per anziani  
"LA PUBBLICA  
AMMINISTRAZIONE"  
a cura di CSI Sardegna

**17.30** (CSI SARDEGNA)  
LEZIONE DI BALLO  
a cura del CSI Sardegna

**18.00** (COM.LONGEVITÀ E MED. SOCIALE)  
"LA SESSUALITÀ  
NELL'ANZIANO"  
a cura del Dott. Nurchis

**19.00** (MENFI INDUSTRIA SPA)  
"BIOPTRON IN ATTIVITÀ  
SPORTIVE"  
con Mario Meloni

**19.00** (SPETTACOLO SARDEGNA SERVIZI)  
In occasione de  
"SA DIE DE SA SARDIGNA"  
Giampaolo Loddò  
propone alcune pièces del suo  
spettacolo "Superenaloddo"

## MERCOLEDÌ 29 aprile

**10.00** (COM.LONGEVITÀ E MED. SOCIALE)  
"ALOE FELICE"  
Presentazione a cura di Costantino  
Mazzanobile e Angelo Pili

**10:30** (CSI SARDEGNA)  
"IL RESPIRO DELLA DANZA"  
tenuto da Enrica Spada

**11.00** (ICT FOR WELLNESS AND HEALTHCARE)  
"E-HEALTH. OPPORTUNITÀ  
E SFIDE PER LE AZIENDE  
DEL SETTORE"  
modera Maria L. Manis

**12.00** (CSI SARDEGNA)  
Informatica per anziani:  
"INTERNET E SICUREZZA"  
a cura del CSI Sardegna

**15.00** (COM.LONGEVITÀ E MED. SOCIALE)  
"LE PATOLOGIE NON  
COMUNICABILI DELL'ANZIANO"  
a cura di Andrea Loviselli

**16.00** (COM.LONGEVITÀ E MED. SOCIALE)  
"LA CAMMINATA ASSISTITA  
NELL'ANZIANO"  
a cura Silvia Talana

**17.00** (CONTACT SRL)  
"DALLA NEUROBIOLOGIA  
AL BENESSERE,  
NEUROPSICOPEDAGOGIA  
DELL'INVECCHIAMENTO"  
Intervengono:  
Maria P. Penna, Maria C. Fastame,  
Valentina Napoleone, Carmelo  
Masala

**18.00** (CSI SARDEGNA)  
LEZIONE DI PILATES  
a cura del CSI Sardegna

**19.00** (MENFI INDUSTRIA SPA)  
TESTIMONIANZE  
BIOPTRON  
con Fiorella Frailis

**19.00** (CSI SARDEGNA)  
LEZIONE DI YOGA  
a cura del CSI Sardegna

## GIOVEDÌ 30 aprile

**10.00** (MENFI INDUSTRIA SPA)  
BIOPTRON E L'ESTETICA  
con Rino Concas

**11.00** (ISTANTANEA MEDIA)  
"ABITARE SOCIALE CON SERVIZI  
PER L'INVECCHIAMENTO ATTIVO  
INTERGENERAZIONALE"  
Relatori: Francesco Cocco,  
Giovanni Messina, Carlo Raccis,  
Andrea Zedda

**12.00** (CONI CR SARDEGNA)  
Progetto CONI  
"A CHENT'ANNOS IN SALUTE"  
a cura GM. Migliaccio e Giorgia Collu

**12.00** (CSI SARDEGNA)  
Informatica per anziani  
"LA POSTA ELETTRONICA"  
tenuto dal CSI

**15.00** (COM.LONGEVITÀ E MED. SOCIALE)  
"DIGITAL DIVIDE ED ANZIANI"  
a cura di Dino Pusceddu

**16.00** (CENTRO DI RICERCA DELLA LONGEVITÀ)  
"IL TURISMO SOCIALE RIVOLTO  
AI SENIOR IN SARDEGNA"  
a cura di Giovanni Farigu

**17.00** (CENTRO DI RICERCA DELLA LONGEVITÀ)  
"HOUSING SOCIALE"  
a cura di Efisio Espa

**17.00** (CSI SARDEGNA)  
Informatica per anziani  
"LA PUBBLICA  
AMMINISTRAZIONE"  
a cura di CSI Sardegna

**17.00** (CSI SARDEGNA)  
LEZIONI DI BALLO  
con CSI

**18.00** (CONTACT SRL)  
"SPAZI URBANI ACCESSIBILI:  
UN SOGNO REALIZZABILE?"  
con Corrado Zoppi, Tullio Boi

**19.00** (CSI SARDEGNA)  
BALLI DI COPPIA E DI GRUPPO

Servizi e prodotti innovativi  
per la terza età e invecchiamento attivo di successo  
Ricerca scientifica e alimentazione dei centenari  
Turismo senior