

Prevenzione degli incidenti domestici: movimento e benessere ad ogni età



SAVE THE DATE

Giovedì 29 ottobre 2026

dalle 15.30 alle 17.30

presso **CNA Veneto Ovest**
Largo Perlar 12 - VERONA

Programma

Un incontro informativo dedicato alla salute, al benessere e alla sicurezza nella vita quotidiana. Un'occasione per approfondire un tema tanto importante quanto spesso sottovalutato: la prevenzione degli incidenti domestici, in particolare delle cadute, che rappresentano uno dei principali fattori di rischio soprattutto con l'avanzare dell'età.

Perché partecipare

I dati evidenziano come una larga percentuale di incidenti avvenga proprio tra le mura domestiche, spesso a causa di fattori prevenibili: riduzione dell'equilibrio, perdita di forza muscolare, ambienti non adeguatamente organizzati o piccoli ostacoli quotidiani.

Durante l'incontro verranno affrontati temi pratici, tra cui:

- i principali fattori di rischio in casa e fuori casa
- le cause più comuni delle cadute
- le conseguenze fisiche, psicologiche e sociali
- semplici strategie di prevenzione quotidiana
- consigli su movimento, postura e attività fisica
- indicazioni pratiche su come rendere l'ambiente domestico più sicuro

Ampio spazio sarà dedicato anche all'importanza del movimento, con suggerimenti su esercizi di base per migliorare equilibrio, mobilità e forza muscolare.



RELATRICE

Maddalena De Togni

fisioterapista con oltre
25 anni di esperienza.



La partecipazione è gratuita
con registrazione

**INQUADRA IL QR-CODE e
riserva subito il tuo posto**