

Formazione Yoga e Parkinson

*Casa di Cura Villa Margherita 16-17 Marzo 2019
Fresco Parkinson Institute*

La proposta di formazione si rivolge principalmente a insegnanti di Yoga che sono interessati, o che ne hanno necessità, a formarsi sull'uso dello Yoga con persone affette da Malattia di Parkinson ma è aperta anche a praticanti e a professionisti della cura in materia di riabilitazione e fisioterapia. Studi recenti dimostrano che, in particolare per il la Malattia di Parkinson, la riabilitazione è molto efficace in termini di neuroprotezione, neuroplasticità e neurogenesi. Per questo è molto importante riuscire ad insegnare la pratica dello Yoga anche a persone che si trovano in questa situazione, soprattutto proponendo interventi alternativi e complementari alle terapie tradizionali già in uso. Motivi per il quale questo evento formativo vorrebbe essere aperto anche ai *caregivers* e ad altre figure che, a vario titolo, si trovano a contatto con una persona affetta da Malattia di Parkinson.

L'evento formativo è organizzato dall'Associazione Sportiva Dilettantistica Asvattha di Vicenza in collaborazione con la Casa di Cura Villa Margherita a Vicenza, che ospiterà l'intero corso, e si occuperà della parte scientifica della formazione. Villa Margherita è, infatti, inserita all'interno del network del Fresco Parkinson Institute come "Centro per la malattia di Parkinson e i disordini del movimento"

Il programma della formazione si articolerà su due giornate piene, **Sabato 16 e Domenica 17 marzo**, mattina e pomeriggio, comprensive di pranzo, per un **monte ore totale di 12 ore**.

Sono previsti tre moduli:

- un modulo scientifico introduttivo
- un I modulo pratico con l'esperienza di danza di *Dance Well*
- un II modulo pratico dedicato allo Yoga.

Perchè lo Yoga: *cerchiamo di proporre questa scienza antica di migliaia di anni in modo da adattarla ai pazienti con malattia di Parkinson che abbiano già, o non ancora, strutturato problemi inerenti alla loro patologia. L'esperienza vorrebbe aprirsi anche ai caregivers poiché riteniamo sia occasione preziosa e straordinaria per diffondere lo yoga e i principi che animano la YANI.*

Che cos'è Dance Well: *è una proposta di danza che include al suo interno varie strategie riabilitative (aerobic exercise; mo-tor imagery; cueing; proprioceptive training; sensori-motor training) che ne fanno un interessante strumento riabilitativo in tale importante patologia neurologica. L'iniziativa Dance Well - movement research for Parkinson, si è sviluppata a Bassano del Grappa dalla primavera del 2013 attraverso la collaborazione tra il Centro per la Scena Contemporanea-Comune di Bassano del Grappa e il Dance for Health Rotterdam, con il sostegno del Fondo Sociale Europeo e con il reparto di neurologia dell'Ospedale di Bassano del Grappa. Da allora si tengono regolari lezioni di danza condotte da teachers formati ad hoc, che sono poi diventate l'attuale progetto Dance Well, negli spazi del museo Civico di Bassano, e che si sono ampliate, dal 2015, a Villa Margherita e, dal 2016, al Teatro Civico di Schio.*

PROGRAMMA DETTAGLIATO

SABATO 16 Marzo - dalle 10-13 e dalle 14-17

Modulo scientifico - gli esperti di Villa Margherita affronteranno in modo sintetico:

- le basi scientifiche della malattia e la diagnosi differenziale tra i diversi fenotipi clinici
- sintomi motori e non motori della Malattia di Parkinson
- update sulle terapie farmacologiche e terapie avanzate (Duodopa PEJ e DBS)
- ruolo della riabilitazione nella M. di Parkinson
- interventi alternativi-complementari nella M. di Parkinson
- suggerimenti pratici anche per i *caregivers*
- domande e risposte

I modulo pratico - Dance Well con Giovanna Garzotto

- l'esperienza di Dance Well a Villa Margherita
- esperienza di una classe condotta dalla *teacher* Giovanna Garzotto assieme ai pazienti di Villa Margherita e ai/alle partecipanti al corso.

DOMENICA 17 Marzo - dalle 10 alle 13 e dalle 14-17

II Modulo pratico - Yoga con Cristina Bet

- Yoga: un approccio alternativo
- introduzione all'esperienza dello Yoga con malati di Parkinson
- pratica di *asana* specifiche
- *pranayama* e importanza del respiro / la meditazione
- il *caregiver*
- classe di pratica Yoga condotta dal Cristina Bet con possibile partecipazione dei pazienti in ricovero
- domande e momento di confronto.

Quote di partecipazione

Quote di partecipazione per le due giornate piene per un totale di ore 12 (esclusi i pasti):

- Partecipanti: 90 euro comprensivi di tessera associativa;
- *Caregivers: gratuita.*

Numero massimo di partecipanti totali: 30 di cui massimo 5 *caregivers*.

Numero massimo di ore consentite di assenza: 3 su 12 ore.

Al termine del corso è verrà rilasciato un attestato di frequenza

Il corso è valido per il riconoscimento dei crediti di formazione continua per i soci YANI.

MODERATORI E RELATORI

Medico - Dott. Daniele Volpe - Villa Margherita

Specializzato in Geriatria e Gerontologia e in Medicina Fisica e Riabilitazione dal 2015 dirige U.O.C. di Medicina Fisica e Riabilitazione della Casa di Cura Villa Margherita, Arcugnano Vicenza. Dal 2016 Direttore del Parkinson Excellence Center della Fresco Institute for Italy NYU presso Casa di Cura Villa Margherita, Arcugnano Vicenza.

Medico - Dott.ssa Leila Bakdounes - Villa Margherita

Specializzata in Medicina Fisica e Riabilitazione dal 2016 lavora presso l'UF di Riabilitazione Neurologica della Casa di Cura "Villa Margherita" ed è Study Coordinator del Parkinson's Outcomes Project (POP) promosso dalla Parkinson Foundation.

Medico - Dott.ssa Kiara Ielo - Villa Margherita

Specializzata in Neurologia dal 2018 lavora presso la Casa di Cura "Villa Margherita" dove si occupa in particolare di riabilitazione e terapie avanzate della malattia di Parkinson.

Casa di Cura Villa Margherita - Arcugnano, Vicenza

L'Unità Funzionale di Neurologia è un centro ad alta specializzazione nella diagnosi e cura delle malattie neurologiche, con particolare interesse nei disturbi del movimento, **come la malattia di Parkinson, i parkinsonismi atipici secondari la distonia e la corea, e nel deterioramento cognitivo.**

Le attività di cura sono centrate sui bisogni della persona nella sua globalità, con particolare attenzione alle problematiche di salute neurologiche e concomitanti, ma anche alle implicazioni che queste comportano sulla funzionalità nelle attività della vita quotidiana e sulla qualità della vita, nel contesto sociale e vitale di ciascuno.

Per maggiori info

<http://www.casadicuravillamargherita.it/neurologia.htm>

<http://www.frescoparkinsoninstitute.it/it/poles/centro-per-la-malattia-di-parkinson-e-i-disordini-del-movimento-casa-di-cura-villa-margherita/>

Insegnante YOGA - Cristina Bet

Terapista della riabilitazione presso la ASL3 genovese dal 1986.

Diplomata nel 1984 con la tesi: "Lo sviluppo del bambino normale e nel bambino Down". Specializzata particolarmente nell'ambito del paziente neurologico con corsi di formazione, fra cui: "Riabilitazione nel bambino normale e cerebroleso" (metodo Bobath), "L'adulto normale e con cerebrolesioni" (metodo Bobath).

Pratica Yoga dal 1986, partecipando a molti corsi di formazione. Diplomata presso il corso biennale ISYCO nel 2012 come insegnante Yoga.

Socia YANI dal 2015, ha partecipato ai congressi Yani del 2013 e 2016.

Ha seguito corsi di approfondimento di anatomia linfatica e drenaggio linfatico con anatomia e funzione del diaframma, e corsi di riabilitazione respiratoria e ortopedica.

Si occupa di Malattia di Parkinson dal 2002 e ha frequentato di versi corsi sulla malattia e la riabilitazione del paziente con Malattia di Parkinson. Ha partecipato a convegni europei dell'anno 2011,2012,2013 dell'Associazione Parkinson Europea (LIMPE). Ha partecipato ad uno studio sull'azione della "ACTION OBSERVATION" nei pazienti con MdP. Ha condotto una sperimentazione scientifica per uno studio con impiego del *treadmill* per la riabilitazione della malattia in collaborazione con l'ambulatorio della clinica universitaria genovese dell'ospedale S.Martino - Genova del prof. Abruzzese.

Conduce regolarmente gruppi di ginnastica con uso del movimento e della musica, utilizzando anche il *treadmill* (tapis-roulant) con i malati di Parkinson.

Dal 2014, presso la palestra Annapurna, conduce gruppi di yoga con persone con MdP con ottimi benefici. Nel 2018 ha tenuto presso la palestra Annapurna un corso dedicato a "Yoga e Parkinson" aperto a insegnanti Yoga.

Ogni anno realizza all'interno di "Yoga porte aperte" una lezione dedicata.

Dance Well Teacher - Giovanna Garzotto

Ex nazionale di ginnastica artistica, si è diplomata presso la London School of Contemporary Dance. Danzatrice e coreografa indipendente ha danzato in creazioni di Aletta Collins, Sharon Fridman, Ivan Perez, James Bachelor. Dal 2013 al 2015 è stata assistente alla creazione dei coreografi Itamar Serussi, Stian Danielsen e Sharon Fridman per il progetto "Vita Nova" di Venezia Biennale Danza. La sua coreografia CHICKS (PROCESSED) è stata presentata in vari festival italiani tra cui "Lavori in Pelle" (Ravenna), "OperaEstate Festival" (Bassano del Grappa), "Linguaggi" (Pescara), "Altrispazi" (Pesaro). È socia fondatrice di "NOLIMITA-C-TIONS", con cui realizza progetti didattici e performativi, e del collettivo Dance Makers.

Nell'anno 2013/2014 ha partecipato al corso di formazione "Dance and Health with Parkinson" organizzato dal CSC - Centro per la Scena Contemporanea di Bassano del Grappa. Dal 2013 è coinvolta, in qualità di insegnante e *tutor*, nel progetto "Dance Well - *movement research for Parkinson*" ed è referente per Schio. Dal 2016 cura il programma di formazione per nuovi insegnanti Dance Well.

PROSPETTO DI SINTESI

VILLA MARGHERITA	Ore	Programma
Formazione totale	12	Divise sui due giorni mattina e pomeriggio
SABATO 16 Marzo		
Parte teorica ore 10-13	3	<ul style="list-style-type: none">- le basi scientifiche della malattia e la diagnosi differenziale tra fenotipi- caratteristiche peculiari della Malattia di Parkinson- update sulle terapie e ruolo della riabilitazione- prospettive degenerative ed evoluzioni della sintomatologia- interventi alternativi-complementari- suggerimenti pratici per i <i>caregivers</i>
Domande e risposte ore 14-15	1	
Modulo pratica DANCE WELL ore 15-17	2	<ul style="list-style-type: none">- l'esperienza di Dance Well a Villa Margherita- esperienza di una classe condotta da un Giovanna Garzotto rivolta ai corsisti assieme ai pazienti di Villa Margherita
DOMENICA 17 Marzo		
Modulo pratico YOGA ore 10-13 ore 14-16	5	<ul style="list-style-type: none">- introduzione all'esperienza dello Yoga con Parkinson con Cristina Bet- classe di pratica Yoga condotta da Cristina Bet- pratica degli <i>asana</i>- aspetti legati al respiro e al <i>pranayama</i>- come la meditazione può aiutare- ruolo del <i>caregiver</i>
Domande e risposte ore 16-17	1	

Informazioni e iscrizioni

Per iscriversi al corso è necessario compilare in ogni sua parte il **modulo di iscrizione** che trovate al seguente link: <https://goo.gl/forms/MCVqsxtF17mPV4vm2>

A seguito della compilazione del modulo vi verrà inviata una mail dall'indirizzo info@asvattha.it con le indicazioni su come completare l'iscrizione.

Il corso è rivolto esclusivamente ai soci e alle socie di Ásvattha Associazione Sportiva Dilettantistica, affiliata CSEN.

É quindi aperto anche a tutte e tutti i soci CSEN che hanno rinnovato la tessera per l'anno sociale 2018/2019 anche presso un altro centro. In quel caso sarà sufficiente indicarlo nel modulo di iscrizione e portare la propria tessera il giorno dell'evento.

Per chi non è socio/a CSEN (non sono valide altre affiliazioni) è possibile associarsi ad Ásvattha facendo richiesta come da indicazioni nel modulo di iscrizione.

Per facilitare le procedure la quota associativa è comunque già compresa nel contributo di 90,00 euro del corso di formazione.

La tessera associativa dà diritto a partecipare a tutte le attività del centro e alle lezioni.

Per dubbi o informazioni non esitate a contattarci:

Manuela Piccardo

telefono: 3496053395

mail: info@asvattha.it

Ásvattha Associazione Sportiva Dilettantistica
Strada del Cavalcavia 53
Vicenza