



**LA BOTTEGA
DEL POSSIBILE**
CULTURA DELLA DOMICILIARITÀ

CORSO FAD PER CONDUTTORI DELLA PALESTRA DI VITA

dall'8 ottobre al 3 dicembre 2026

fad@bottegadelpossibile.it

CORSO ACCREDITATO ECM - COD: 55577

CREDITI CALCOLATI: 50

DESTINATARI: Medici, Psicologi,
Educatori, Infermieri, Fisioterapisti,
Logopedisti, Terapisti Occupazionali



**RICHIESTI
CREDITI AS**

Cos'è Palestra di Vita?

La Palestra di Vita è una terapia psicosociale di gruppo che promuove salute, benessere e stili di vita salutari, non circoscritta solo all'area degli anziani. Una metodologia di intervento che assume la salute non come assenza di malattia ma come un equilibrio tra corpo, mente, spirito e vita sociale. È un'attività che incoraggia lo stare insieme, l'uscita dall'IO verso il NOI, e la costruzione del senso di comunità, contrastando il decadimento fisico e cognitivo, oltre all'isolamento. La Palestra di Vita si inserisce a pieno titolo nell'ambito del sostegno alla domiciliarità, in quanto si tratta di un metodo che pone al centro la persona assunta nella sua globalità e unicità, ed ha come obiettivo principale il miglioramento della qualità di vita sia della persona fragile presa in cura sia degli operatori adibiti alla cura.

È rivolta a soggetti fragili (adulti, anziani, persone con disabilità...) e si concretizza attraverso una serie di incontri della durata di 1 ora circa, all'interno dei quali si utilizzano diversi approcci teorici, tecniche, strategie e strumenti finalizzati al raggiungimento degli obiettivi propri della Palestra.

La Palestra di Vita è un'azione di riabilitazione ma anche di animazione, ma NON come sinonimo di intrattenimento, bensì con il significato etimologico di animare lo spirito, l'anima, infondere vita.

Un'opportunità professionale per motivare persone adulte e anziane, sia sul territorio che in RSA, a condurre uno stile di vita sano e attivo.

Obiettivi del corso: fornire competenze teoriche e pratiche per la conduzione della Palestra di Vita, una terapia psicosociale di gruppo rivolta ad adulti e anziani. L'obiettivo finale è promuovere benessere, autonomia, relazioni positive e migliorare la qualità della vita, sia a domicilio che in struttura.

Direzione scientifica:

- Pietro Piumetti – Docente di Psicologia Gerontologica presso IUSTO
- Salvatore Rao – presidente "La Bottega del Possibile"

Destinatari: Medici, Psicologi, Educatori, Infermieri, Fisioterapisti, Logopedisti, Assistenti Sociali, Terapisti Occupazionali, OSS, Animatori

Programma

MODULO FORMATIVO GENERALE (fad sincrona: webinar)

Giovedì 8 ottobre	14-15	PRESENTAZIONE DEL CORSO (Pietro Piumetti e Salvatore Rao)
	15-16	IL VALORE DELLA DOMICILIARITÀ: PERCHÉ È IMPORTANTE CHE IL CONDUTTORE DI PDV LA RICONOSCA (Salvatore Rao)
	16-18	LA PERSONA AL CENTRO PER PROMUOVERE IL SUO EMPOWERMENT (Luana Ceccarini)

Giovedì 15 ottobre	14-18	SALUTE E PREVENZIONE NELL'INVECCHIAMENTO (Michele Abbruscato)
-----------------------	-------	---

MODULO FORMATIVO SPECIALISTICO (fad sincrona: webinar)

Giovedì 22 ottobre	14-18	PSICOLOGIA GERONTOLOGICA (Pietro Piumetti)
-----------------------	-------	--

Giovedì 29 ottobre	14-18	INTRODUZIONE ALLA MINDFULNESS: PERCHÉ È IMPORTANTE CHE IL CONDUTTORE DI PDV LA PRATICHI (Pietro Piumetti)
-----------------------	-------	---

Giovedì 5 novembre	14-18	IL METODO PDV: I SEI PILASTRI, DALLA PROGETTAZIONE ALLA VERIFICA (Pietro Piumetti)
-----------------------	-------	--

Venerdì 13 novembre	14:30-17:30	ALLENAMENTO MENTALE E RILASSAMENTO – con esercitazioni pratiche – PARTE 1 (Cinzia Basso)
	17:30-19:30	LA “BORSA DEGLI ATTREZZI” – PARTE 1 (Anna Lidia Giacardi)

Venerdì 20 novembre	14:30-17:30	ALLENAMENTO MENTALE E RILASSAMENTO – con esercitazioni pratiche – PARTE 2 (Cinzia Basso)
	17:30-19:30	LA “BORSA DEGLI ATTREZZI” – PARTE 2 (Anna Lidia Giacardi)

Venerdì 27 novembre	14:30-17:30	STORIA DI VITA E AUTO-MUTUO AIUTO – con attività esperienziali – PARTE 1 (Alessia Morelli)
	17:30-19:30	LA “BORSA DEGLI ATTREZZI” – PARTE 3 (Anna Lidia Giacardi)

Giovedì 3 dicembre	14-17	STORIA DI VITA E AUTO-MUTUO AIUTO – con attività esperienziali – PARTE 2 (Alessia Morelli)
	17-19	CONSULENZA PER LA STESURA DEL PROGETTO E APPROFONDIMENTI VARI (Pietro Piumetti e Salvatore Rao)

MODULO APPROCCI INTEGRATIVI (fad asincrona: videoregistrazioni)

APPROCCIO COGNITIVO-COMPORTAMENTALE (Paolo Briatore)

APPROCCIO SISTEMICO-RELAZIONALE (Massimo Schinco)

APPROCCIO BIOENERGETICO (Christiane Franceschini)

APPROCCIO PSICOANALITICO (Pietro Piumetti)

APPROCCIO FENOMENOLOGICO (Andrea Pintonello)

VIDEOPILLOLA

TUTELA DELLA PRIVACY E SICUREZZA DEGLI AMBIENTI (Massimo Perrone)

DOCENTI

Michele Abbruscato

Psicologo e conduttore di Palestra di Vita

Cinzia Basso

Psicologa e conduttore di Palestra di Vita

Paolo Briatore

Psicologo psicoterapeuta

Luana Ceccarini

Psicologa, psicoterapeuta, dottore di Ricerca

Christiane Franceschini

Psicologa, specializzata in Analisi Bioenergetica.

Anna Lidia Giacardi

Pedagogista e conduttore di Palestra di Vita

Alessia Morelli

Psicologa, psicoterapeuta e conduttore di Palestra di Vita

Massimo Perrone

Laurea in Giurisprudenza

Andrea Pintonello

Psicologo psicoterapeuta

Pietro Piumetti

Psicologo, psicoterapeuta, conduttore e ideatore della Palestra di Vita

Salvatore Rao

Presidente e legale rappresentante dell'APS "La Bottega del Possibile" – ETS

Massimo Schinco

Psicologo psicoterapeuta

Progettisti: Piumetti Pietro e Rao Salvatore - **Responsabili Scientifici:** Piumetti Pietro e Rao Salvatore - **Segreteria organizzativa:** Ombretta Geymonat

OBIETTIVO FORMATIVO NAZIONALE: Area socio-sanitaria

OBIETTIVO/AREA TEMATICA REGIONALE: Fragilità e cronicità (minori, anziani, dipendenze da stupefacenti, alcool e ludopatia, salute mentale), nuove povertà, tutela degli aspetti assistenziali, sociosanitari e socio-assistenziali **OBIETTIVO AREA DEL DOSSIER FORMATIVO:** finalizzati allo sviluppo delle COMPETENZE E DELLE CONOSCENZE TECNICHE PROFESSIONALI INDIVIDUALI NEL SETTORE SPECIFICO DI ATTIVITÀ (OBIETTIVI FORMATIVI TECNICO-PROFESSIONALI) **FINALITÀ:** Aggiornare gli operatori del comparto socio-sanitario sulla presa in cura integrata tra servizi e professionisti con profili diversi

ISCRIZIONI E PAGAMENTO

LE ISCRIZIONI DEVONO ESSERE EFFETTUATE ESCLUSIVAMENTE IN MODALITÀ ON-LINE ATTRAVERSO IL SITO DELL'ASSOCIAZIONE ([metti link](#)) ENTRO 10 GIORNI DALLA DATA DEL SEMINARIO

QUOTA. 225,00 EURO (168,00 euro per i soci di Bottega)

IL PAGAMENTO si potrà effettuare tramite PayPal, carta di credito, bonifico bancario, assegno o in contanti

IBAN IT45D0335901600100000002288

Per informazioni rivolgersi a: Ombretta c/o "La Bottega del Possibile" 10066 TORRE PELLICE (TO), Viale Trento 9 – Tel. e fax: 0121.953377/ 0121.036207 - Cell.: 334/8907053 e-mail bottegadelpossibile@bottegadelpossibile.it - sito www.bottegadelpossibile.it