



PROGRAMMA CORSO DI FORMAZIONE RESIDENZIALE

Allegato alla Scheda di progettazione dal

Titolo: Le Palestre della Memoria, un approccio di comunità all'invecchiamento attivo

Anno: 2026

Date: 6, 7, 8 ottobre 2026
Durata del corso (in ore): 21,5
Sede: sala meeting –hotel La Bitta
N° Edizioni: n. 1
Docenti: Simona Rabino, Agata Monni
Segreteria Organizzativa: Sanna Gianna-Orrù Maria Assunta
Partecipanti per edizione: 50
Destinatari formazione: tutte le professioni-Enti Locali –Enti del terzo settore
Responsabile scientifico: Lorena Paola Urrai

1^ giornata

CONTENUTI	ORA * INIZIO	ORA FINE	DOCENTI o SOSTITUTI	METODOLOGIA DIDATTICA **
Registrazione partecipanti	8:30	9.00		
Apertura dei lavori e saluti autorità	9.00	9.30	A.Fabbo, A.Baccoli,S.Ferrari ,L.P.Urrai	
L'invecchiamento attivo e l'importanza delle azioni di prevenzione	9.30	10.30	Monni	Lezione frontale
Che cosa sono le Palestre della Memoria	10.30	13.00	Rabino	Lezione frontale
Pausa pranzo	13.00	14.00		
Co-progettazione sul territorio tra ASL, Comuni e volontari	14.00	15.00	Rabino	Lezione frontale
Realizzazione del progetto "Palestre della Memoria" nel territorio dell'Ogliastro: barriere e facilitazioni	15.00	16.00	Rabino	Confronto/Dibattito
Caratteristiche dei volontari e strategie per il loro coinvolgimento nel progetto "Palestra della Memoria"	16.00	17.00	Rabino	Lezione frontale

Totale ore: 7



PROGRAMMA CORSO DI FORMAZIONE RESIDENZIALE

Allegato alla Scheda di progettazione dal

2^ giornata

CONTENUTI	ORA * INIZIO	ORA FINE	DOCENTI o SOSTITUTI	METODOLOGIA DIDATTICA **
Registrazione partecipanti	8:30	9.00		
Corso di formazione per i volontari delle Palestre della Memoria	9.00	9.30	Rabino	Lezione frontale
Materiale del corso: attenzione	9.30	10.30	Rabino	Lezione frontale
Materiale del corso: memoria	10.30	11.00	Rabino	Lezione frontale
Materiale del corso: orientamento spazio-temporale e prassie	11.30	12.30	Rabino	
Discussione	12.30	13.00	Rabino	Confronto/dibattito
Pausa pranzo	13.00	14.00		
Materiale del corso: linguaggio	14.00	15.00	Rabino	Lezione frontale
Costruzione di alcuni esercizi cognitivi	15.00	16.00	Rabino	Lavori a piccoli gruppi
Condivisione e discussione in plenaria degli elaborati dei lavori di gruppo	16.00	17.00	Rabino	Confronto/dibattito
Discussione finale	17.00	17.30	Rabino	Confronto/dibattito

Totale ore: 7,5

3^ giornata

CONTENUTI	ORA * INIZIO	ORA FINE	DOCENTI o SOSTITUTI	METODOLOGIA DIDATTICA **
Registrazione partecipanti	8:30	9.00		
Ripasso dei moduli precedenti del corso di formazione per i volontari delle Palestre della Memoria	9.00	9.30	Rabino	Lezione frontale
Materiale del corso: dinamiche di gruppo	9.30	10.30	Rabino	Lezione frontale
Incontri con i volontari per programmare l'apertura di una nuova palestra: materiali e metodologie	10.30	11.30	Rabino	Lezione frontale
Monitoraggio in itinere delle Palestre della Memoria	11.30	12.30	Rabino	Lezione frontale
Metodologie e strategie per la formazione dei volontari in itinere	12.30	13.00	Rabino	Lezione frontale
Pausa pranzo	13.00	14.00		
Come gestire le dinamiche relazionali all'interno del gruppo dei volontari	14.00	15.00	Rabino	Lavori a piccoli gruppi
Discussione in plenaria degli elaborati dei lavori di gruppo	15.00	16.00	Rabino	Confronto/dibattito
Chiusura corso	16.00	16.30	Rabino	Confronto/dibattito
Valutazione apprendimento	16.30	17.00		

Pagina 2 di 3

PROGRAMMA CORSO DI FORMAZIONE RESIDENZIALE

Allegato alla Scheda di progettazione dal

Totale ore: 7

- * Il numero di ore per giornata formativa va calcolato al netto delle pause previste
- ** Scegliere tra la/e metodologie didattiche indicate nella sezione "Scheda di progettazione residenziale"

Il Responsabile scientifico

Lorena Paola

Firmato digitalmente da
Lorena Paola Urrai
Data: 2026.08.10 10:17:32
+02'00'

Firma Urrai

Data: