



Rallentare l'invecchiamento con esercizi fisici e regimi alimentari calibrati. Non è mai troppo presto, non è mai troppo tardi

**Accademia Galileiana di Scienze, Lettere e Arti di Padova
Aula Guariento, 19 Gennaio 2017 - Ore 16 -18**

Via Accademia, 7 – 35139 Padova - Segreteria generale 049 655249 – e-mail: galileiana@libero.it – www.accademiagalileiana.it

Organizzatori: Ugo Carraro e Antonio Paoli



Giovedì 19 Gennaio 2017

- 15.45 Benvenuto, Ugo Carraro e Antonio Paoli**
- 16.00 Esercizio fisico e semi-digiuno, un connubio vincente, Antonio Paoli, Università di Padova**
- 16.30 La fisioterapia cardiorespiratoria in montagna, Leonida Compostella, Istituto Codivilla-Putti, Cortina**
- 17.00 Una buona abitudine mattutina: la ginnastica a letto, Ugo Carraro, IRCCS Fondazione Ospedale San Camillo di Venezia-Lido**
- 17.30 Il contributo del tè ad una corretta nutrizione. Nicoletta Tul, La Finestra del Tè, Padova**
- 18.00 Una buona tazza di tè verde per tutti ...**