

CONFERENZA PUBBLICA

INSIEME PER IL MAL DI TESTA

TERAPIE- FISIOTERAPIA - NUTRIZIONE

15 febbraio 2025

Ore 09.30

c/o Il Centro, Mendrisio

Via San Martino 16, 6850 Mendrisio

Relatori:

- Dr.ssa med. Caterina Podella *specialista FMH in neurologia*
- Alberto Benigna *fisioterapista*
- Chiara Saccomani *nutrionista*

AL TERMINE, RINFRESCO OFFERTO

Entrata libera al pubblico interessato,
prenotazione necessaria al numero 091 221 02 20

Le associazioni Cefalea Ticino (info@cefaleaticino.ch) e Filo di Speranza (filodisperanza@hotmail.com), hanno il piacere di invitarvi all'evento informativo «INSIEME PER IL MAL DI TESTA». L'evento è aperto a tutti: ai cefalalgici, a chi soffre di mal di testa, ai loro parenti, amici e conoscenti o per chi volesse ricevere ulteriori informazioni.

Sono in crescita i casi di cefalea: secondo le ultime stime, la cefalea primaria in tutte le sue possibili forme (emicrania, tensiva, a grappolo) affligge tra il 60 e 70% della popolazione con almeno un attacco nel corso di un anno. I nostri relatori sono specializzati in questo campo e sapranno informarvi sullo stato attuale delle conoscenze scientifiche.

Data/ora: 15 febbraio 2025 – 09.00-12.00

Luogo: Il Centro, via San Martino 16, 6850 Mendrisio
www.ilcentro.ch

Relatori: **Dr.ssa Caterina Podella FMH Neurologa – Centro Cefalee LBS Lugano**
Alberto Benigna – fisioterapista – Il Centro Mendrisio
Chiara Saccomani – nutrizionista – Il Centro Mendrisio

09.30 – 09.35 Breve introduzione di Simone Massa
Responsabile de Il Centro Mendrisio

09.35 – 10.35 Cefalea e terapie: la rivoluzione del terzo millennio
(Dr.ssa med. Caterina Podella)

10.35 – 11.00 La riabilitazione integrata delle cefalee
(Alberto Benigna)

11.00 – 11.30 Una dieta equilibrata nei pazienti cefalalgici
(Chiara Saccomani)

11.30 – 12.00 Domande del pubblico

AL TERMINE, RINFRESCO OFFERTO

Entrata libera al pubblico interessato con prenotazione necessaria
entro e non oltre il 12 febbraio 2025

per telefono al numero +41 91 221 02 20 oppure per mail a
info@ilcentro.ch o info@cefaleaticino.ch