

ESSERE CAREGIVER OGGI

Lunedì, 05 Ottobre 2026

14.30 – 18.30

Biblioteca Scientifica “Renato Boeri”

Fondazione IRCCS Istituto Neurologico Carlo Besta – Via G. Celoria, 11 – Milano

DESCRIZIONE EVENTO

Prendersi cura di un familiare è un atto d'amore profondo, ma anche un percorso complesso che richiede risorse emotive, pratiche e personali. Questo incontro nasce per offrire un momento di supporto, informazione e ricarica a chi si dedica ogni giorno all'assistenza dei propri cari.

Attraverso gli interventi di esperti e momenti esperienziali, affronteremo insieme i temi centrali della vita del caregiver. Un'occasione preziosa per non sentirsi soli, acquisire strumenti utili e riscoprire l'importanza di prendere a cuore anche la propria salute.

PROGRAMMA

- 14.30 Saluti Istituzionali e Apertura dei lavori**
Prof.ssa Marta Marsilio – Presidente, Fondazione IRCCS Istituto Neurologico C. Besta
Dr.ssa Luisa Bruzzolo – Direttore Generale LILT
- Moderatrice: Dr.ssa Martina Busi*
- 14.45 - 15.45 Essere caregiver: tra emozioni, comunicazione e cura di sé**
Dr.ssa Deborah Maradini
- 15.45 - 16.30 Il diritto di assistere figli e genitori: caregiver oggi. Le attuali tutele sul lavoro**
Avv. Sara Sindaco
- 16.30 - 17.15 Dieta Mediterranea un aiuto per la nostra salute**
Dr.ssa Alessandra Borgo
- 17.15 - 17.45 Sperimentiamo uno strumento di rilassamento**
Dr.ssa Eleonora Ravazzani
- 17.45 Spazio libero di confronto tra il pubblico**
- 18.00 Aperitivo insieme**

FACULTY

Alessandra Borgo – Biologa Nutrizionista, LILT Milano

Martina Busi – Psicologa e Responsabile Spazio Parentesi LILT Milano

Deborah Maradini – Psico-oncologa CPA ODV, CBDIN ODV presso Fondazione IRCCS Istituto Neurologico Carlo Besta

Eleonora Ravazzani – Insegnante di yoga e meditazione di Spazio Parentesi LILT Milano

Sara Sindaco – Avvocato e volontaria, LILT Milano

MODALITA' DI ISCRIZIONE

L'evento, a titolo gratuito, si terrà in presenza.

Iscrizione obbligatoria da effettuarsi entro e non oltre Lunedì 28 Settembre 2026 compilando la scheda di iscrizione disponibile al link:

[ESSERE CAREGIVER OGGI - Lunedì, 05 Ottobre 2026 – Compila modulo](#)

ESSERE CAREGIVER OGGI - Lunedì,
05 Ottobre 2026



In collaborazione con:



SEGRETERIA ORGANIZZATIVA

Provider ECM-CPD ID 3259

Formazione e Aggiornamento Personale

Fondazione IRCCS Istituto Neurologico Carlo Besta
Tel. 02/23942547 – Mail formazione@istituto-besta.it