

con il patrocinio di



con il contributo dei Lions Club di Verona



LIONS INTERNATIONAL

Anno sociale 2025 – 2026

DISTRETTO 108TA1

Governatrice Antonella Genovesi



LONGEVITÀ: UN RUOLO NUOVO NELLA SOCIETÀ DI DOMANI

Il contributo dei Lions a tutela della salute

Iniziativa organizzata nell'ambito del
Progetto Distrettuale Lions **"STILI DI VITA E SALUTE"**



Circolo Unificato dell'Esercito
Corso Castelvechio 4, Verona

**SABATO 14 MARZO 2026
MERCOLEDÌ 22 APRILE 2026
GIOVEDÌ 21 MAGGIO 2026**

RAZIONALE DEL CONVEGNO

I progressi della medicina hanno aumentato l'aspettativa di vita, ma gli anni vissuti in buona salute sono diminuiti a causa della diffusione delle malattie croniche, che colpiscono un italiano su quattro e riducono la qualità della vita.

La longevità non riguarda solo la durata della vita, ma soprattutto la sua qualità, ed è determinata principalmente da stile di vita e ambiente più che dalla genetica. Per questo è fondamentale puntare sulla prevenzione, basata su abitudini sane, rapporto con la natura e relazioni sociali.

In questo contesto nasce nel nostro Distretto Lions il progetto *“Stili di vita e salute”*, volto a promuovere una vita sana: dopo il successo dell'iniziativa dello scorso anno, quest'anno il progetto prosegue con il tema della *“Longevità”*, in linea con il Tema di Studio Nazionale Lions 2025-26.

La longevità in salute è una possibilità che si costruisce giorno per giorno come risultato di scelte quotidiane alla portata di tutti e non significa semplicemente aggiungere anni alla vita, ma aggiungere vita agli anni.

Abbiamo scelto come temi di quest'anno il sonno: un sonno di qualità (7-8 ore per adulti) è un potente antiaging, come pilastro di salute cerebrale, memoria e benessere psicofisico.

Altro tema importante, che affronteremo nella terza sessione, è l'attività fisica regolare, potente strumento anti-età che può ridurre la velocità di invecchiamento del 50%, migliorando la salute cardiovascolare, metabolica e muscolare.

Il primo incontro prevede invece due letture originali:

la prima lettura riguarda la relazione medico-paziente, evolvendo da un modello paternalistico a un *“patto condiviso”*, che favorisce l'adozione di stili di vita sani, la prevenzione attiva e la gestione cronica.

La seconda lettura è *“La crisi dell'uomo di oggi”* nella società contemporanea: laddove il vecchio modello patriarcale si è rivelato fallimentare, l'uomo è alla ricerca di una nuova identità e di nuovi modelli di riferimento. La crisi dell'uomo moderno e la longevità sono due fenomeni strettamente intrecciati, che riflettono un profondo mutamento antropologico e sociale.



Primo incontro: Sabato 14 marzo 2026, 08:45 - 11:30

Ore 08:45

Apertura Segreteria e accoglienza partecipanti

Ore 09:00

Indirizzi di saluto - Governatrice Lions 108TA1, Antonella Genovesi e Autorità

Presentazione del progetto Lions "Stili di vita e salute" - Antonio Giovanni Dezio

Ore 09:40

Moderatrice: Patrizia Benini

- *Lettura 1: Cosa è cambiato nel rapporto medico-paziente - Alfredo Guglielmi*
- *Lettura 2: La crisi dell'uomo moderno nella società contemporanea - Marco Trabucchi*

Ore 11:20

Discussant: Gaetano Trabucco

Interventi del pubblico e conclusioni



Secondo incontro: mercoledì 22 aprile 2026, 17:00 - 19:00

Ore 17:00

Apertura Segreteria e accoglienza partecipanti

IL SONNO

Moderatori: Romano Colombari e Sergio Ferrari

Ore 17:20

- *Sonno: benessere e neuroprotezione - Elena Antelmi*

Ore 17:50

- *I disturbi del sonno più frequenti - Gianluca Rossato*

Ore 18:20

- *La sindrome delle apnee ostruttive nel sonno - Antonio Giovanni Dezio*

Ore 18:50

Interventi del pubblico e conclusioni



Terzo incontro: Giovedì 21 maggio 2026, 17:00 - 19:00

Ore 17:00

Apertura Segreteria e accoglienza partecipanti

ATTIVITÀ FISICA E SALUTE

Moderatori: Alfredo Guglielmi e Federico Schena

Ore 17:20

- *Attività fisica per vivere bene - Federico Schena*

Ore 17:50

- *Programmi per mantenere lo stile di vita attivo nella terza età - Doriana Rudi*

Ore 18:20

- *Come fare iniziare e come appassionare all'attività fisica - Francesca Ciasullo*

Ore 18:50

Interventi del pubblico e conclusioni

PRESIDENTE DEL CICLO DEGLI INCONTRI

Alfredo Guglielmi

SEGRETERIA SCIENTIFICA

Antonio Giovanni Dezio

e-mail: lions.antoniodezio@gmail.com

COMITATO SCIENTIFICO

Giuliano Dalle Molle
Antonio Giovanni Dezio

Gabriele Montemezzi
Fiorenza Nordera

Maurizio Sergio M. Langero **Roberto Vassanelli**
Gaetano Trabucco

RELATORI E MODERATORI

Prof.ssa Elena Antelmi - Professore Associato presso Neurologia Università Verona

Dott.ssa Patrizia Benini - Direttore Generale Azienda Sanitaria

Prof.ssa Francesca Ciasullo - Chinesiologa delle attività Preventive e adattate
dell'Università di Verona

Dr. Romano Colombari - già Direttore dell'Anatomia Patologica e del Dipartimento dei
Servizi dell'AULSS n. 9 Scaligera di Verona - Socio Lions - Verona

Dr. Antonio Giovanni Dezio - Pneumologo-Pediatra - Socio Lions - Verona

Dr. Sergio Ferrari - Neurologo e Neuropatologo - Università di Verona

Prof. Alfredo Guglielmi - Professore ordinario di Chirurgia Generale -
Presidente Ordine dei Medici di Verona

Dr. Gianluca Rossato - Neurologo - Responsabile Centro di Medicina del Sonno Ospedale Negrar

Dott.ssa Doriana Rudi - Coordinatrice programma Silver Fitness dell'Università di Verona

Prof. Federico Schena - Direttore del Dipartimento di Neuroscienze, Biomedicina e Movimento
dell'Università degli Studi di Verona.

Prof. Marco Trabucchi - Direttore scientifico del Gruppo di Ricerca Geriatrica di Brescia
e Presidente dell'Associazione Italiana di Psicogeriatrica (AIP).

Dr. Gaetano Trabucco - Psicologo Psicoterapeuta - Socio Lions

PRENOTAZIONI

L'iscrizione agli incontri è gratuita e disponibile inquadrando il QR
oppure navigando sul sito: **bit.ly/salute-lions-2026**

Il numero massimo è fissato a 120 partecipanti.



SEGRETERIA ORGANIZZATIVA



Renbel Travel srl
via Valpolicella, 1 3712, Verona
e-mail: eventi@renbelgroup.it

Renato Bellomi
Socio Lions
e-mail: rbellomi@renbelgroup.it