

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 Castelvecchio 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-tensione 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**

**Gaetano Trabucco**

**Roberto Vassanelli**

## 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](https://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](mailto:eventi@renbelgroup.it)

Renato Bellomi

Socio Lions

e-mail: [rbellomi@renbelgroup.it](mailto:rbellomi@renbelgroup.it)