

LONGEVITA' - UNALLEANZA TRA CORPO MENTE E CUORE

L'iniziativa intende avviare una riflessione sullo stato dell'invecchiamento oggi, sull'importanza di programmi di apprendimento sul come imparare ad "invecchiare bene" attraverso un ciclo di cinque incontri, aperti alla cittadinanza e alle istituzioni.

Gli appuntamenti seguono un percorso ragionato sulla filosofia di vita "dei nuovi senior ed elaborare un nuovo paradigma che superi gli stereotipi nei confronti delle età, aprire un dialogo con le nuove generazioni, riflettere sull'uso dei social media, imparare dalla cucina per la longevità e un ripensare alla memoria del territorio attraverso i segni della storia. Il programma degli incontri si aprirà con la presentazione del progetto "Invecchiare bene in FVG" una modesta proposta di prevenzione verso una lunga vita sana ed attiva; l'analisi delle caratteristiche che fanno di Trieste e il suo territorio la città più longeva d'Italia e una riflessione sulla filosofia di vita "dei nuovi senior"; seguirà un incontro di Dialogo tra generazioni vicine e lontane per provare a combinare punti di vista diversi alla ricerca di un'idea condivisa del mondo, a questo si lega l'appuntamento su Social Media: Intelligenza artificiale e Fake news riferito al rapporto dei senior con i social ed il pericolo delle fake news; il quarto appuntamento riguarda "La cucina per la longevità", un incontro scoprire i cibi "alleati" per vivere sano e a lungo e pensare a ricette gustose; infine uno sguardo approfondito su Trieste attraverso i suoi miti e simboli per capire e riscoprire quello che siamo stati verso un futuro che ci appartiene.

31 Ottobre 2023: Nuovi Senior: "Invecchiare bene in FVG"

Trieste città della longevità - Direzione Regionale Salute

Invecchiare bene in FVG con Lunga Vita Attiva: Ariella Cuk Presidente LVA

Mille Bracciate al giorno - la web app di Lunga Vita Attiva: Federico Vitiello, Digital Strategist

30 Novembre 2023: Senior e Social: fake news e intelligenza artificiale

Fake News -come riconoscerle: Maria Teresa Mauri LVA

Intelligenza artificiale e Immagini Social -dr Andrea Fusiello /Gianluca Foresti, Università di Udine (da confermare)

25 Gennaio 2024: uno Sguardo/Il volto di Trieste tra miti e simboli