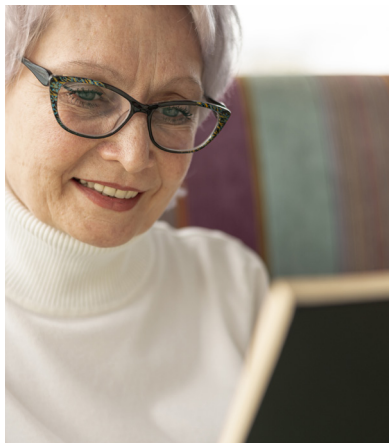


Serate a tema

Invecchiamento attivo e prevenzione.



Venerdì 10 aprile 2026 ore 20.30.

Questa serata nasce dalla volontà di condividere alcune riflessioni su un tema che ci riguarda tutti da vicino: la salute del cervello, soprattutto in una fase della vita in cui iniziamo a chiederci come prendercene cura in modo efficace. Invecchiare è un processo naturale, ma non per questo deve essere passivo.

Oggi sappiamo che molti aspetti dell'invecchiamento cerebrale possono essere rallentati o gestiti meglio se riconosciuti per tempo e affrontati con gli strumenti giusti. Per questo abbiamo pensato di parlarvi sia del lavoro che svolgiamo nella pratica clinica sia di prevenzione e invecchiamento attivo.

L'obiettivo non è solo informare, ma anche fornire spunti concreti su cosa possiamo fare ogni giorno per prenderci cura della nostra mente e più in generale del nostro benessere.