

# LONGEVITÀ

*la scienza che studia come rimanere giovani*

14 LUGLIO 2020  
Aula virtuale della Scuola dello Sport  
in Microsoft Teams

Ore 15.30	Saluti istituzionali del Direttore della Scuola dello Sport Presentazione del Webinar	<b>Rossana Ciuffetti</b>
Ore 15.45	BarLumi di vecchiaia. Raccontare la grande età: intuito, movimento, lentezza, socialità, saggezza	<b>Marco Malvaldi</b>
Ore 16.15	Stili di vita e invecchiamento: verso un approccio di medicina personalizzata	<b>Francesco Landi</b>
Ore 16.45	Everlasting Physical Activity, ovvero non è mai troppo tardi	<b>Antonio La Torre</b>
Ore 17.15	La longevità della mente	<b>Fabio Lucidi</b>
Ore 17.45	I pilastri della sana longevità	<b>Valter Longo</b>
Ore 18.30	Tavola rotonda fra i relatori: verso la definizione di linee guida per stili di benessere attivo	

## Relatori

Rossana Ciuffetti	Direttore della Scuola dello Sport.
Marco Malvaldi	Scrittore e chimico. Autore della serie <i>I vecchietti del Bar Lume</i>
Francesco Landi	Direttore Unità Operativa Complessa Riabilitazione e Medicina Fisica Policlinico "A. Gemelli" e Consigliere di Sport e Salute SpA
Antonio La Torre	Docente Università degli Studi di Milano e Direttore Tecnico delle Nazionali di Atletica Leggera
Fabio Lucidi	Preside Facoltà di Medicina e Psicologia, Sapienza Università di Roma
Valter Longo	Biogerontologo e biologo cellulare, Longevity Institute, University of Southern California, Los Angeles