LION

Lions International
Il mensile dei Lion italiani

ISSN 3035-4145 (Print)
ISSN 3035-4072 (Online)

periodico
Omologato
DCOSE0557
Posteitaliane

MARZO 2026

rivistalion.it

Poste Italiane S.p.A. - Spedizione in abb. postale Aut. n° CN-NE/09940/11/2024

SPECIALE

Marzo costruisce equità e sostenibilità

Un mese per riflettere su due pilastri: la Giornata Internazionale della Donna e l'impegno per la tutela dell'ambiente

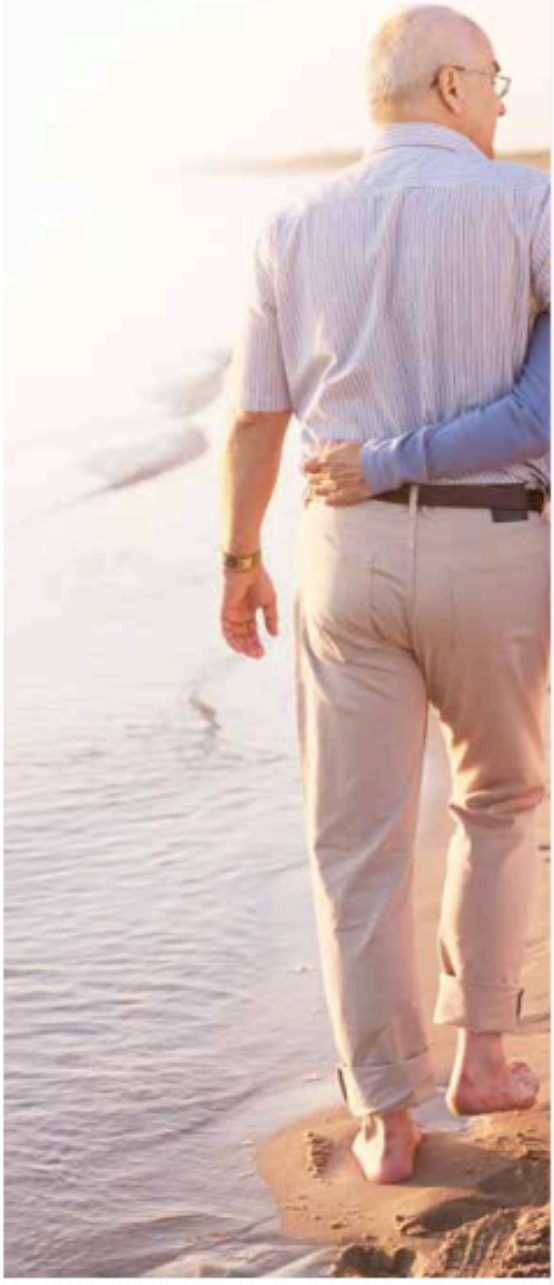
"We Serve" in azione in Italia

Visita del presidente internazionale A.P. Singh nel Multidistretto 108 Italy

Opera del socio Lion Gianni Borta

Longevità: un nuovo patto tra salute e partecipazione

Non basta vivere più a lungo. La vera sfida è trasformare la longevità in una risorsa sociale, culturale ed economica. Il tema nazionale Lions 2025-2026 prende forma attraverso convegni, gruppi di lavoro e nuovi service che mettono al centro prevenzione, partecipazione attiva e qualità della vita. Dalla riflessione sul ruolo sociale degli over 65 alla costruzione di progetti concreti su sonno, attività fisica e benessere, la longevità diventa terreno di impegno civico. Vi presentiamo quattro service di valore.



Longevità e partecipazione **sociale**

Sintesi da
DANIELA LEOTTA

La longevità non è solo una questione anagrafica ma un cambio di paradigma. Se oggi gli over 65 rappresentano il 25% della popolazione e arriveranno al 36% nel 2050, diventa necessario ripensare il loro ruolo nella comunità.
Da questa consapevolezza nasce il service distrettuale **"A.A.A. Anziani Attivi, Autonomi e in Salute"**, avviato nel 2023. Il progetto prevede la creazione di un centro diurno e di un centro ricreativo a Torino, con il coinvolgimento diretto delle socie nella programmazione di conferenze e attività formative. L'obiettivo è chiaro: promuovere **active ageing** e dimostrare che la longevità può tradursi in partecipazione, responsabilità e nuova centralità sociale.

La longevità unisce nel **Nord Est**

15 gruppi di lavoro per nuovi service

Sintesi da
ANTONIO DEZIO, ALBA ROSA MONTANARI, RENZO TAFFARELLO

Il 18 aprile 2026 ad Abano Terme i Distretti TA1, TA2, TA3 e TB hanno presentato il **"Manifesto Lions per la Longevità"**, segnando una tappa importante di collaborazione interdistrettuale.
Il dato più significativo è la nascita di **15 gruppi di lavoro dedicati a temi chiave**: stili di vita, ambiente urbano, cultura della longevità, tecnologie abilitanti, previdenza e valorizzazione degli over 65 come comunità di sostegno. Non solo studio, ma laboratori civici per trasformare analisi e confronto in indicazioni operative per nuovi service Lions, con uno sguardo attento alla collaborazione intergenerazionale.



Longevità: un nuovo ruolo nella **società di domani**

REDAZIONE

Sabato 14 marzo prenderà il via a Verona il ciclo di incontri **"Longevità: un ruolo nuovo nella società di domani. Il contributo dei Lions a tutela della salute"**, promosso dal Distretto 108TA1 nell'ambito del progetto distrettuale "Stili di vita e salute". Un percorso articolato in tre appuntamenti, ospitati al Circolo Unificato dell'Esercito, che affronterà un tema sempre più centrale per la nostra società: non solo vivere più a lungo, ma vivere meglio.

I progressi della medicina hanno allungato l'aspettativa di vita, ma la vera sfida oggi è la qualità degli anni vissuti. La longevità, infatti, dipende in larga parte da stili di vita, ambiente e relazioni sociali. Da qui l'impegno dei Lion nel promuovere prevenzione, consapevolezza e scelte quotidiane capaci di **"aggiungere vita agli anni"**.

Il primo incontro sarà dedicato alla trasformazione del rapporto medico-paziente e alla riflessione sulla crisi dell'uomo contemporaneo. Seguiranno, il 22 aprile, una sessione interamente dedicata al sonno come pilastro di salute e neuroprotezione, e il 21 maggio un approfondimento sull'attività fisica quale potente strumento di benessere e invecchiamento attivo.

Un'iniziativa gratuita, aperta alla cittadinanza, che mette in dialogo competenze scientifiche e responsabilità sociale, riaffermando il ruolo dei Lion come promotori di salute e cultura del benessere sul territorio. Iscrizioni: *bit.ly/salute-lions-2026*

Longevità: un **approccio olistico** tra sonno, movimento e prevenzione

Esperti a confronto su salute, stili di vita e ruolo sociale degli anziani

Sintesi da
GIUSEPPE MUSACCHIO

A Termoli, nel convegno promosso dalla zona B della VII Circoscrizione e dai **Lions club Larino, Tremoli Host e Tifernum,** la longevità è stata letta in chiave olistica.

Gli interventi hanno evidenziato il ruolo decisivo di sonno di qualità, attività fisica regolare e dieta mediterranea nel rallentare i processi di invecchiamento e prevenire le malattie croniche. Centrale anche il valore sociale degli anziani, risorsa per la comunità e per l'economia familiare. Dalla medicina alla psicologia, il messaggio è stato univoco: **la longevità è un "cammino stimolante"** che richiede scelte consapevoli e politiche inclusive, capaci di trasformare l'età avanzata in una stagione attiva e generativa.