



INTERVENTO 13 DI 22

## Saluto del delegato al Tema di Studio Nazionale

**Diego Taviano** — Governatore Distretto 108 Yb, delegato al Tema di Studio Nazionale (in collegamento da Noto)

Diego Taviano, collegato da Noto, saluta i partecipanti e i tre Governatori dei distretti 108 Ta1, Ta2 e Ta3. Dice di amare associare alla parte teorico-scientifica la realtà concreta, e racconta di aver toccato con mano il problema della longevità il giorno prima, visitando una fondazione con diverse strutture: una casa di riposo per anziani, una per persone giovani e meno giovani con problemi motori, una per malati di AIDS e una che ospita famiglie di migranti.

Nella casa di riposo ha incontrato una signora di 98 anni, lucidissima e in perfetta forma, e una persona di 56 anni su una sedia a rotelle, senza possibilità di camminare. Da qui la sua riflessione: l'aumento della vita dipende anche da come la vita aumenta, e bisogna capire come si arriva ai traguardi che la scienza mette davanti.

Indica alcuni ambiti: la cura del cibo, con il valore della dieta mediterranea, e le attività sportive e motorie consigliate. La longevità va guardata in modo ampio: «crescere, ma crescere bene», con una prevenzione che permetta di vivere gli anni in più in salute e nei rapporti sociali.

Ricorda che convegni sulla longevità si stanno tenendo in tutta Italia e annuncia che se ne farà una sintesi da presentare al Congresso nazionale di Milano.

Testo integrale: [www.lionslongevity.it/convegno/atti-integrali.html#cap13](http://www.lionslongevity.it/convegno/atti-integrali.html#cap13) · Video dell'intervento: [YouTube](#), dal minuto 01:56:12