

VerbanoNews

Le news del Lago Maggiore

“Dal cuore alla mente”: al Verbania di Luino un ciclo di serate sulla salute nella terza età

Ilaria Notari · Thursday, September 4th, 2025

Prenderà il via il **24 settembre a Palazzo Verbania di Luino**, il ciclo di incontri “**Dal cuore alla mente: prevenzione e salute nella terza età**”, promosso dalla **Fondazione Comi** e dal **Rotary Club Luino Alto Verbano** con il patrocinio dei Comuni di Luino, Germignaga, Brezzo di Bedero e Maccagno.

L’iniziativa, articolata in più appuntamenti serali, intende offrire alla cittadinanza momenti di **approfondimento e dialogo con medici specialisti** su temi cruciali per il benessere e la qualità della vita nella terza età.

I temi delle serate

24 settembre – Luino, Palazzo Verbania

L’alimentazione negli anziani (dott.ssa Antonella Biason)

La nutrizione è una delle chiavi per garantire benessere e autonomia nella terza età. L’incontro metterà in luce l’importanza di un’alimentazione equilibrata, capace di prevenire carenze, sostenere le difese immunitarie e contrastare patologie croniche come osteoporosi, diabete e ipertensione. Saranno affrontati anche aspetti pratici: come adattare i pasti a bisogni diversi, senza rinunciare al piacere della tavola.

Il cuore nella terza età (dott. Franco Compagnoni)

Le malattie cardiovascolari restano tra le principali cause di fragilità nell’età avanzata. L’incontro sarà l’occasione per parlare di prevenzione, diagnosi precoce e stili di vita salutari. Dall’importanza del movimento quotidiano al controllo di pressione e colesterolo, verranno illustrate strategie semplici per “allungare la vita del cuore”.

7 ottobre – Germignaga, Colonia Elioterapica

Le patologie respiratorie (dott. Sandro Noto)

Bronchite cronica, BPCO e altre malattie dell’apparato respiratorio sono sempre più diffuse con l’avanzare dell’età. L’incontro proporrà consigli per riconoscere i sintomi precoci, migliorare la respirazione e prevenire complicanze attraverso stili di vita corretti e controlli regolari.

Prevenzione e mantenimento dell’autonomia motoria (dott. Angelo Ferloni)

Mantenersi attivi è essenziale per vivere meglio e più a lungo. L’incontro illustrerà esercizi e accorgimenti per preservare forza, equilibrio e flessibilità. Saranno fornite indicazioni pratiche per

ridurre il rischio di cadute e per rendere la casa più sicura, favorendo così la massima indipendenza possibile.

22 ottobre – Brezzo di Bedero, Casa Paolo

Demenze e Alzheimer (dott. Gabriele Camboni)

La memoria e le funzioni cognitive meritano grande attenzione. L'appuntamento sarà un momento di informazione e sensibilizzazione sulle demenze e sull'Alzheimer: diagnosi precoce, terapie di supporto, ma anche strategie per le famiglie che si trovano ad affrontare queste sfide quotidiane.

Il dolore nell'anziano (dott. Matteo Catenazzi)

Il dolore cronico è una condizione spesso sottovalutata, ma che incide profondamente sulla qualità della vita. Verranno presentati approcci terapeutici moderni – farmacologici e non – e strumenti per migliorare la gestione quotidiana del dolore, così da restituire autonomia e serenità.

4 novembre – Maccagno, Punto d'Incontro

Aspetti relazionali nell'anziano (dott.ssa Eleonora Colaleo e dott. Fausto Turci)

Oltre al corpo, è fondamentale prendersi cura delle relazioni e del benessere psicologico. Verrà approfondito il tema della solitudine, dell'importanza della rete familiare e sociale e del ruolo delle attività di comunità nel mantenere viva la motivazione e la gioia di vivere.

Il diabete nell'anziano (dott. Edoardo Duratorre)

Una malattia silenziosa che richiede attenzione quotidiana. L'incontro tratterà di prevenzione, alimentazione, farmaci e autocontrollo, spiegando come convivere con il diabete senza rinunciare a una vita attiva e serena.

“Abbiamo voluto creare un ciclo di serate che non fosse solo occasione di ascolto, ma anche di dialogo diretto con i cittadini – spiega **Gianfranco Malagola**, Presidente della Fondazione Comi - . Ringraziamo per questo i comuni patrocinatori che ci ospiteranno e un particolare ringraziamento al Rotary Club e ad **Angelo Ferloni**, nostri partner in questa opportunità di formazione ed informazione”.

“Ogni tema – aggiunge **Fausto Turci** Direttore della Fondazione – è stato scelto con cura perché tocca aspetti concreti della vita quotidiana degli anziani. Vogliamo offrire spunti pratici e conoscenze aggiornate, in un clima accogliente e di confronto. La prevenzione è uno strumento fondamentale.”

Competenza scientifica e vicinanza al territorio sono stati gli ingredienti dell'organizzazione, come racconta **Pierfrancesco Buchi**, coordinatore dell'iniziativa: “Abbiamo cercato di unire competenza scientifica e vicinanza al territorio. La presenza di medici esperti accanto a luoghi simbolo della nostra comunità vuole dare un segnale forte: la salute è patrimonio di tutti e va coltivata insieme.”

“Il Rotary Club Laveno Luino Alto Verbano è lieto e onorato di collaborare e sostenere il progetto “Dal cuore alla mente prevenzione e salute nella terza età” con Fondazione Monsignor Comi – conclude il Presidente del Rotary Club Laveno Luino, **Giuseppe Di Rocco** -. Prevenire vuol dire anche agire prima di un evento, al fine di ottenere un risultato migliore; farlo con momenti d'incontro divulgativi come quelli organizzati questo autunno, con il supporto delle amministrazioni locali di Luino, Germignaga, Brezzo di Bedero e Maccagno con Pino e Veddasca, significa rendere edotte, quindi più consapevoli sempre più persone, in un'alleanza collaborativa

sempre più importante, tra Istituzioni Sanitarie, Utenti e Terzo Settore. Con l'intento di impattare sempre positivamente al servizio del Territorio.”

Le serate sono **aperte al pubblico e gratuite**: un'occasione per informarsi, condividere esperienze e acquisire strumenti utili per affrontare con maggiore consapevolezza i cambiamenti dell'età avanzata.

This entry was posted on Thursday, September 4th, 2025 at 12:05 am and is filed under [Lombardia](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can skip to the end and leave a response. Pinging is currently not allowed.