

---

# DARE NUOVA VITA AL TEMPO

## LA STAGIONE DELL'INVECCHIAMENTO

---



Che cosa significa oggi veramente l'invecchiamento?

Come interpretare, vivere, quei segni che nella memoria, nel corpo, nelle relazioni, nelle scelte personali si scoprono, gradualmente quanto improvvisamente?

Riflessioni per comprendere, per ripensarsi, per affrontare con consapevolezza il cammino della vita.

Un ciclo di cinque seminari, con la partecipazione di studiosi che da anni lavorano su questo tema, e tanto spazio di confronto non solo con loro, ma anche fra i partecipanti

---

*Nel 1996 L'Associazione Nestore nasce per promuovere in Italia la "formazione al pensionamento". Oggi, muovendosi in più direzioni (corsi e seminari, studi e ricerche, pubblicitaria, momenti di socializzazione) propone una offerta culturale e un accompagnamento personalizzato sui temi dell'active ageing, dell'invecchiamento attivo. Promuove il valore dell'invecchiamento come una stagione di vita progettuale e ricca di possibilità.*



In collaborazione con



---

# PROGRAMMA

---

**7 febbraio**

***Riflessione generale sull'invecchiamento e su come esso investa la percezione di sé***

SALVATORE NATOLI - MARIOLINA GRAZIOSI

La vecchiaia si colloca generalmente nella prospettiva del tramonto. Invece, con l'allungamento della vita media, le vecchie *hanno un avvenire*, un periodo che può essere vissuto con grande intensità. Quale avvenire? Dare compimento al significato di un'esistenza. Un significato che non è universale, ma individuale e il carattere ne è la fonte, l'artefice, il motore.

**14 febbraio**

***Pensionamento e invecchiamento: transizione di ruoli sociali e costruzione di nuove appartenenze***

RENZO SCORTEGAGNA

Il ruolo sociale è la condizione che esprime i legami tra le persone, viste nei rispettivi contesti di vita. Quando per qualche ragione il contesto cambia, occorre rivedere i meccanismi di appartenenza, sia per dare senso alle azioni della vita quotidiana, sia per contribuire alla costruzione e allo sviluppo del capitale sociale che connota una comunità.

**28 febbraio**

***Nonne e nonni di oggi: un ruolo diverso rispetto al passato?*** CLAUDIA ALEMANI - ELENA DE MARCHI

Le nonne e i nonni di oggi sono impegnati nelle relazioni con i nipotini, rivelandosi una preziosa risorsa anche nelle organizzazioni delle giovani famiglie. Siamo dunque in presenza di un quadro che sembra, sulla spinta delle nuove esigenze della contemporaneità, almeno apparentemente, mutato. Ma è davvero così?

**7 marzo**

***Le transizioni del corpo: le capacità funzionali***

MAURO COLOMBO

L'invecchiamento per la persona costituisce una ricerca di nuovi equilibri, al punto da arrivare alla potenziale inversione nel significato dei "fattori di rischio tradizionali". Tale costruzione di nuovi equilibri può risultare pienamente di successo, oppure andare incontro a "negoziazioni" fisiopatologiche, ed esporre a situazioni che rientrano nell'universo della "fragilità".

**14 marzo**

***Le transizioni del corpo: le capacità cognitive***

ANTONIO GUAITA

Qualcosa cambia nelle funzioni mentali con l'avanzare dell'età. E' importante sapere che le modificazioni del cervello che accompagnano l'invecchiamento non sono tutte negative, ma vi sono anche importanti processi di compenso e di riparazione, che, se aiutati, sono in grado di costruire nuovi equilibri funzionali

## ***Dove e quando?***

Presso la sede dell'**Associazione Nestore** c/o Società Umanitaria  
Via San Barnaba 48, 20122  
Milano

**Orario: 14.30 - 17.30**

## ***Quanto:***

100 euro per l'intero ciclo di 5 incontri  
25 euro per ogni singolo incontro  
Per ogni nuovo socio un incontro è gratuito

## ***Per info:***

Tel. 02 5796 8359  
nestore@associazionenestore.eu  
www.associazionenestore.eu