

VECCHIAIA ATTIVA

LE FASI DELLA VITA



La vita di ogni essere vivente si divide in fasi di vita, è così anche per l'essere umano,

l'ultima fase è chiamata **vecchiaia**.

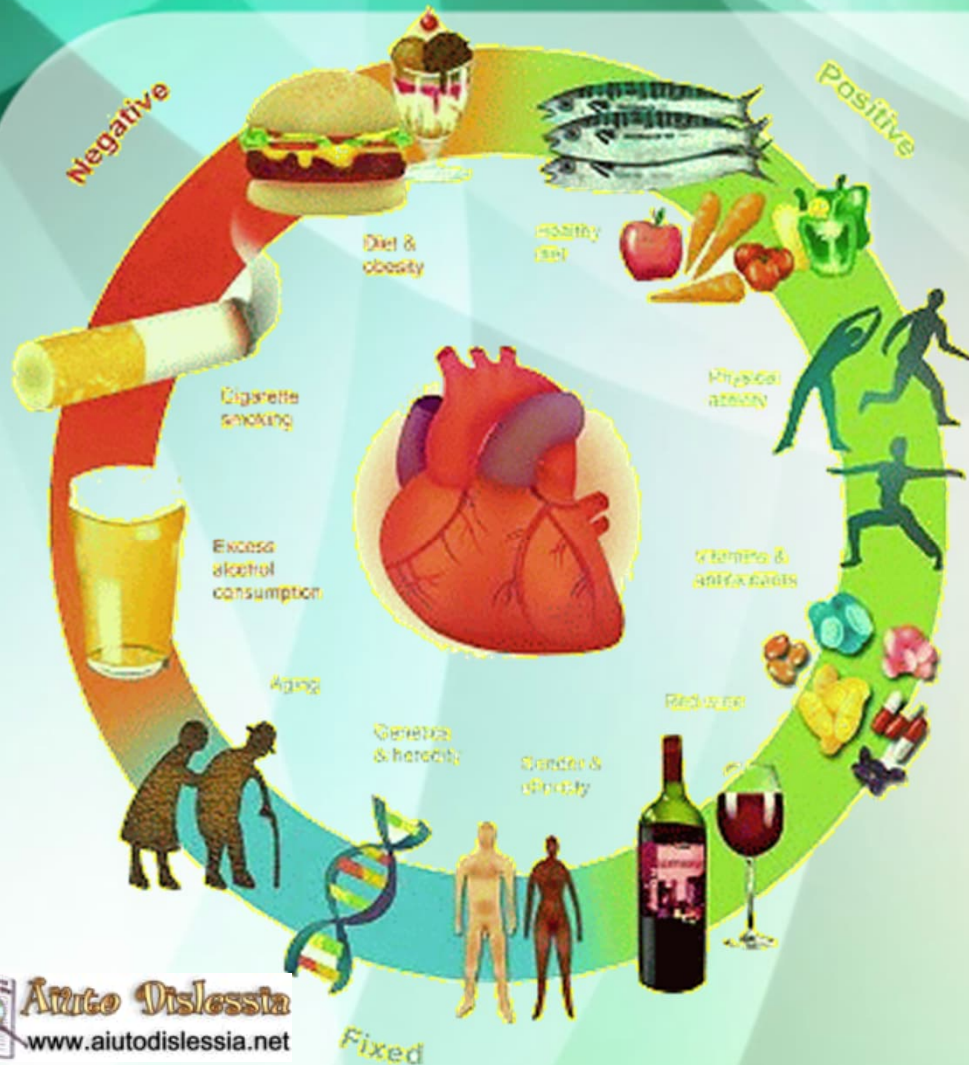
LA DURATA DELLA VITA

- Grazie alle scoperte in campo medico e tecnologico, l'età media della vita umana è aumentata, oggi si può arrivare a vivere anche fino a 100 anni cosa impossibile nel secolo scorso.



I FATTORI DI RISCHIO

- Per arrivare alla vecchiaia in buone condizioni, bisogna evitare il più possibile i fattori di rischio, come il fumo, l'alcol, le droghe, e tenere uno stile di vita corretto, facendo un po' di sport e avere una corretta alimentazione evitando di esagerare con cibi troppi grassi o zuccherati, (prevenzione primaria) inoltre bisogna avere l'accortezza di mantenersi sotto controllo medico, specialmente dopo una certa età (prevenzione secondaria).



LA SENESCENZA

- L'organismo con gli anni va verso a un lento e inesorabile declino, gli organi durante la vecchiaia iniziano a degenerarsi e a non lavorare più bene portando malattie più o meno gravi.
- Queste malattie possono essere sia malattie fisiche sia psichiche, a seconda dell'organo compromesso.



INVECCHIAMENTO ATTIVO



- La vecchiaia arriva intorno ai 65 anni, ma una persona se è in buona salute si sente veramente anziana quando va in pensione.
- Le abitudini di vita cambiano e c'è la possibilità che alcune persone si sentano inutili, ecco perché è importante sviluppare degli interessi oltre al lavoro che possano essere svolti anche quando si va in pensione

(INVECCHIAMENTO ATTIVO).

L'OMS

- L'invecchiamento attivo è stato definito dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) nel 2002 come *"il processo di ottimizzazione delle opportunità di salute, partecipazione e sicurezza per migliorare la qualità della vita delle persone che invecchiano"*.
- Invecchiamento attivo quindi significa **MANTENERSI ATTIVI** in uno o più ambiti della sfera sociale (mercato del lavoro, volontariato, relazioni sociali, educazione permanente, assistenza a familiari con disabilità, fare i nonni, ecc.) o anche nella sfera personale (attività del tempo libero, hobby, turismo, giardinaggio, musica, ecc.), scegliendo liberamente le attività a seconda dei propri interessi.

INVECCHIAMENTO ATTIVO

In considerazione dei suoi effetti positivi sugli individui, l'invecchiamento attivo può essere considerato **uno strumento di prevenzione per aspirare quanto più possibile a un invecchiamento in salute**



EDITH BRUCK



Edith Steinschreiber, più avanti prenderà il cognome Bruck, acquisito dal suo terzo marito, nasce in un piccolo villaggio dell'Ungheria.

È l'ultima dei sei figli di una povera famiglia ebraica.

EDITH BRUCK



Nella primavera del 1944, a **13** anni, viene deportata ad Auschwitz e poi in altri campi di concentramento tedeschi.

Verrà liberata, insieme alla sorella, nell'aprile del 1945, a **15** anni.



LA MISSIONE

Decide di vivere la sua vita raccontando ciò che ha subito, per contribuire a tenere vivo il ricordo di ciò che è accaduto e farlo conoscere alle nuove generazioni, **nella speranza che non accada mai più.**



EDITH BRUCK

- Malgrado l'avanzare dell'età e il peso che l'attività comporta, Edith Bruck non rinuncia alla propria missione di portare la propria testimonianza presso scuole e università in tutta Italia.



TINA LAGOSTENA BASSI



- Tina Lagostena Bassi, all'anagrafe Augusta Bassi, coniugata Lagostena, nata a Milano il 2 giugno 1926 e morta a Roma, il 4 marzo 2008, è stata un'avvocata e politica italiana.
- È stato il primo avvocato al mondo ad utilizzare **la parola stupro** durante un processo, negli anni '70, un'epoca in cui le donne avevano torto a prescindere e lo stupro era ancora considerato un **reato contro la morale pubblica**.

TINA LAGOSTENA BASSI



- Le cause portate nei tribunali da Tina Lagostena Bassi erano tutte in difesa della donna e sono rimaste nella storia italiana perché l'avvocato oltre a difendere le vittime si muoveva per la protezione di tutto l'universo femminile.
- Per questo motivo, a gran voce, il nostro Paese ha riconosciuto l'avvocato come paladina delle donne.
- E' stata tra le fondatrici del **Telefono Rosa** ed è stata anche presidente della Commissione per le Pari opportunità dal 1994 al 1995.

A FORUM



- Tina Lagostena Bassi all'età di **70 anni** è diventata anche un volto molto noto al pubblico televisivo: nel 1998 diventa uno dei giudici del programma *Forum* (Mediaset).
- E' stata anche sceneggiatrice della miniserie tv «*L'avvocato delle donne*» (1997 Rai), serie tratta da un suo libro e interpretata da Mariangela Melato.

PIERO ANGELA

Piero Domenico Angela nato a Torino il 22 dicembre 1928, e morto a Roma, il 13 agosto 2022, è stato un:

- divulgatore scientifico,
- giornalista,
- conduttore televisivo
- saggista italiano,
- con una breve carriera professionistica iniziale anche come musicista jazzista e pianista.



PIERO ANGELA

- Dall'inizio degli anni settanta, Angela si dedicò alla realizzazione di programmi televisivi dedicati alla divulgazione.
- Nel 1981 ebbe inizio la serie Quark
- La sua missione è sempre stata portare la cultura nelle case degli italiani, con parole semplici ma efficaci è stato il maestro di tre generazioni.



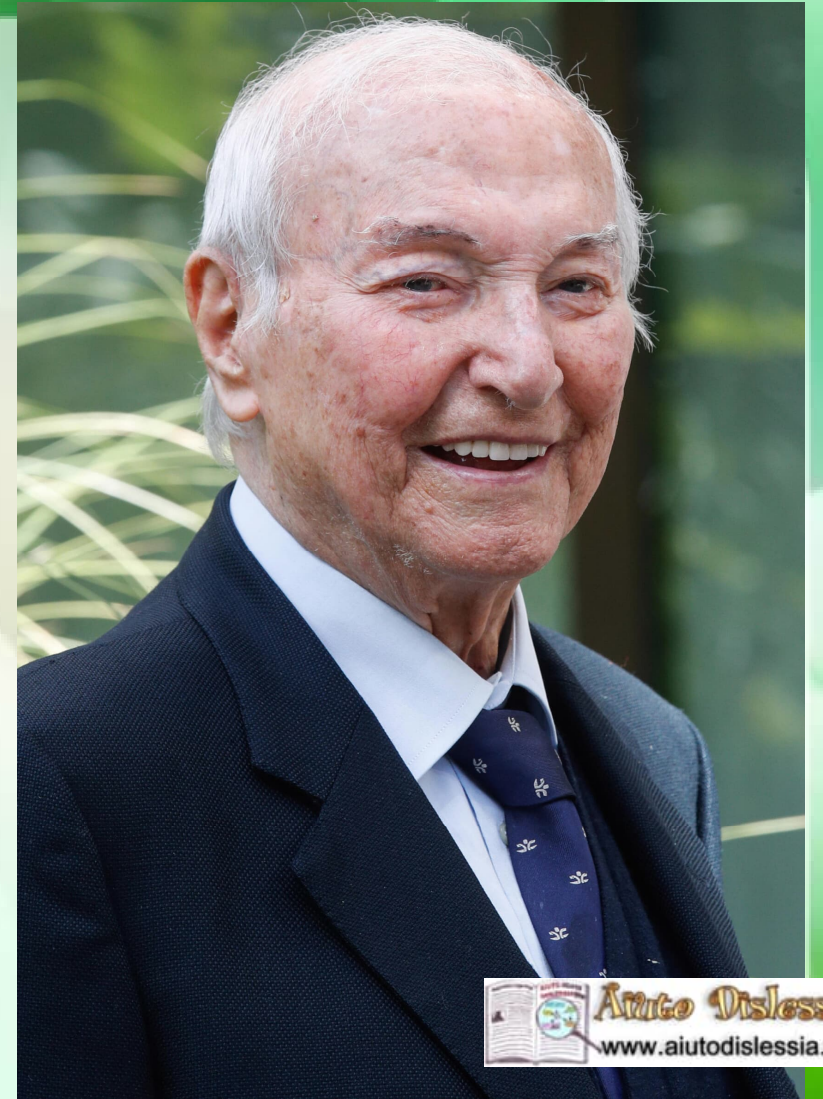
PIERO ANGELA

Ha lavorato fino a che ha potuto.

L'ultima puntata di SuperQuark è andata in onda dopo la sua morte il 24 agosto 2022 (lui è morto il 13 agosto).

Nel suo messaggio di addio al pubblico, dettato alla famiglia scrive:

«Carissimi tutti, penso di aver fatto la mia parte. Cercate di fare anche voi la vostra per questo nostro difficile Paese.»



The End

Grazie per l'attenzione