

→ sabato 11.03.2017
ore 17.30

Per una nuova salute mentale
oltre ogni fondamentalismo
conferenza di Adriano Segatori



“Come mai tutto il mondo ha ammirato la famosa legge 180 ma solo da noi essa ha avuto una legislazione attuativa?”. “Come mai anche in Italia la riforma è applicata – parzialmente – ‘a macchia di leopardo’?”. Nel porre queste e altre domande, Segatori non contesta la statura di Franco Basaglia. Sottolinea però che l’ispiratore della

legge che portò alla chiusura dei manicomi “non mise mai in discussione la malattia mentale ma la declinò come segnale di denuncia e di rivolta contro la cosiddetta normalità borghese”. In pratica, la psichiatria rinunciò a fare il suo compito, rinviando la soluzione del disagio mentale alla costruzione di un’utopistica nuova società. Invece, secondo Segatori, “prendersi cura della persona significa porre in sinergia le conoscenze complesse sull’uomo, per un lavoro che coinvolga la psiche, il corpo e il contesto di appartenenza.”

Adriano Segatori è psichiatra-psicoterapeuta, membro della sezione scientifica “Psicologia Giuridica e Psichiatria Forense” dell’Accademia Italiana di Scienze Forensi, dottore di ricerca in Filosofia delle scienze sociali e comunicazione simbolica, cultore della materia in Filosofia della politica presso l’Università degli Studi di Trieste. È autore di numerosi articoli e saggi di politica, filosofia e analisi sociale. Pubblicazioni recenti: *Dove va l’anima?* (intervista a cura di Angela Deganis), 2007; *Oltre l’utopia basagliana*, 2010; *Psicoanalisi e Tradizione. Differenze, contaminazioni, opportunità* in *Julius Evola, L’infezione psicanalista*, 2012.

→ venerdì 17.03.2017
ore 17.30

Fino a cent’anni. Prevenire,
vivere e invecchiare al meglio
di Filippo Ongaro

L’autore dialogherà con Roberto Travan



Possiamo vivere più a lungo, e insieme vivere meglio. Si tratta di una sfida che coinvolge la totalità della persona: dagli aspetti più strettamente biologici, quali l’alimentazione e l’attività fisica, a quelli interiori e spirituali. Potremmo quindi definirlo un approccio olistico, ma che nulla ha a che vedere con le medicine alternative o la new

age: proprio i risultati scientifici più avanzati dimostrano che l’invecchiamento non è di per sé sinonimo di declino e sofferenza. Diversamente dalla medicina tradizionale, che interviene solo a malattia già insorta, la medicina anti-aging preferisce rallentare il processo d’invecchiamento mettendo in primo piano la prevenzione, ritardando così il declino dell’organismo umano.

Filippo Ongaro è considerato uno dei pionieri europei della medicina funzionale e anti-aging. Ha lavorato come medico degli astronauti presso l’Agenzia spaziale europea (ESA). Ha collaborato con la NASA e l’Agenzia spaziale russa allo sviluppo di metodologie preventive e terapeutiche per contrastare l’invecchiamento accelerato a cui sono esposti gli astronauti in orbita. È Vicepresidente dell’Associazione Medici Italiani Anti-Aging (AMIA) e Direttore Sanitario dell’Istituto di Medicina Rigenerativa e Anti-Aging (ISMERIAN) di Treviso. È autore di diversi altri libri, fra cui *Le 10 chiavi della salute* (2008) e *Mangia che ti passa* (2011).

LA CULTURA DEL BENESSERE

Sala conferenze
Biblioteca Comunale
di Monfalcone
via Ceriani, 10



Comune di Monfalcone
Assessorato alla Cultura

3m biblioteca comunale
di monfalcone

Biblioteca comunale di Monfalcone
Tel. 0481 494368 / 0481 494372
www.bibliotecamonfalcone.it
biblioteca@comune.monfalcone.go.it
f BibliotecaMonfalcone
@BibMonfalcone



→ sabato 18.02.2017
ore 17.30

Da domani mi muovo
di Roberto Travan e Annalisa Dorbolò

Gli autori dialogheranno
con Michele Luise

→ mercoledì 22.02.2017
ore 17.30

Biblioterapia: quando i libri si
prendono cura di noi
conferenza di Marco Dalla Valle

→ venerdì 24.02.2017
ore 17.30

Il decimo amante
di Franco Morellato

L'autore dialogherà con Francesca Soglian

→ sabato 04.03.2017
ore 17.30

Le terme Romane di Monfalcone,
tra storia della medicina, fatti e leggenda
di Aniello Langella

L'autore dialogherà con Susanna Viganò



Chiunque abbia a cuore la propria salute, può riprenderne in mano la gestione con consapevole responsabilità. Questo è il messaggio che *Da domani mi muovo* vuole veicolare. Semplice come una favola e a suo modo provocatorio, questo libro è una guida alla consapevolezza di star bene. È un modo per farci muovere, per suggerirci, con garbo, quello

che spesso non si dice o si dà per scontato. L'idea che sta alla base è quella di sostenere una rivoluzione culturale promovendo il cambiamento delle abitudini delle persone al fine di portare il movimento nelle case di tutti. Il libro è il primo di una trilogia per guidare le persone a dar valore all'attività fisica e a praticarla in modo semplice.

Roberto Travan, classe 1962, è un imprenditore nel campo della salute, del wellness e dello sport. Laureato in Scienze Motorie, è formatore, personal coach e relatore. Promuove il valore del movimento e dell'esercizio fisico attraverso la scelta di uno stile di vita attivo e responsabile che aiuta a mantenersi in forma e a prevenire i disagi più frequenti. Vive a Monfalcone con la moglie Annalisa. Insieme condividono la passione dell'escursionismo, della montagna e dei viaggi.

Annalisa Dorbolò, fisioterapista e imprenditrice, ha fondato l'azienda Starbene Group nel 1986 occupandosi di riabilitazione. Laureatasi in seguito in Scienze dell'Educazione, oggi riveste il ruolo di responsabile del settore Fisiomedica dello Starbene e si occupa del marketing e delle comunicazioni aziendali.



La lettura favorisce la creatività, aumenta la capacità di trovare soluzioni ai problemi, amplifica la possibilità di venire a contatto con le proprie emozioni positive, mostra angolazioni inusuali e inaspettate della realtà, crea oasi di tranquillità. La Biblioterapia si pone come tecnica per ampliare queste risorse. Ognuno può scoprire testi utili a confrontarsi con

i personaggi della letteratura in modo costruttivo e immaginare ipotesi di cambiamento nella propria vita, riflettendo in modo nuovo. Marco Dalla Valle, esperto in biblioterapia, ne spiegherà i meccanismi illustrando i modi di trovare il libro adatto a ognuno e come farne uno strumento di confronto con gli altri e di cura di sé.

Marco Dalla Valle, laureato in lettere moderne e contemporanee, lavora come infermiere nell'ospedale di Verona. Nel tempo libero si occupa di animazione alla lettura nelle librerie e conduce incontri e progetti per favorire la realizzazione personale attraverso la letteratura.



Andrea ed Alessandra, i due personaggi del romanzo *Il decimo amante*, sono stati tratteggiati dall'autore attingendo alla propria esperienza di membro di un'associazione di volontariato oncologico. Essi rassomigliano infatti alle molte persone incontrate e conosciute nelle corsie d'ospedale, ognuna con il proprio vissuto e con i propri sentimenti. In Andrea

ed Alessandra c'è però anche molto dell'autore e della sua esperienza personale di lotta contro la malattia che è riuscito a sconfiggere. Il romanzo indica alcune nuove strade possibili, da affiancare alle terapie canoniche, per cambiare l'approccio alla malattia e migliorarne il decorso: psicoanalisi, scrittura autoanalitica, catarsi teatrale, postura e portamento, ottimismo e pensiero positivo, potenziamento dell'autostima, amicizie "terapeutiche". Tutti validi ausili non solo per chi si trova ad affrontare malattie oncologiche, che in base ad una ricerca dello stesso autore colpiscono sempre più persone in giovane età, ma anche per chi desidera mantenersi in salute.

Franco Morellato, nato a Monfalcone, si è laureato con una tesi in Psicologia Applicata nel 1980. Ha insegnato presso svariati istituti scolastici, all'Università della Terza Età e presso l'Unità Sanitaria Locale monfalconese. Attualmente è docente di materie letterarie presso un istituto superiore ed organizza corsi di filosofia, psicologia e teatro. Svolge attività di volontariato a favore dei malati oncologici con l'associazione Spyraglio.



Il libro è il frutto di un'accurata ricerca sulle terme Romane di Monfalcone. Partendo dalle prime testimonianze del Lacus Timavi nel V sec. a.C., l'autore ci accompagna in un lungo excursus storico fino ai nostri giorni. Gli eventi che hanno riguardato l'antichissima fonte termale, da cui sgorga quella che gli antichi definivano "acqua di Dio e della vita", sono puntualmente

inseriti nel contesto della storia della medicina.

Aniello Langella nasce a Torre del Greco (Na) nel 1952. Laureatosi in medicina e chirurgia, con specializzazione in ortopedia e fisioterapia, lavora presso l'ospedale di Monfalcone, ricoprendo anche la carica di Direttore di Unità operativa di Fisioterapia. Successivamente viene nominato Direttore Sanitario delle Terme di Monfalcone. Oggi è un libero professionista. Nel tempo libero svolge attività di ricerca storico-archeologica. È Presidente Onorario del Gruppo Archeologico di Napoli e Presidente di Archeoclub Caput Adriae Friuli Venezia Giulia.

→ venerdì 10.03.2017
ore 20.30

Cause dell'invecchiamento
e modalità preventive
conferenza di Samir Habchi

Samir Habchi, nato in Libano, vive in Italia da ormai 35 anni. Laureatosi in medicina e chirurgia all'Università di Trieste ha approfondito, oltre alla medicina tradizionale, anche varie branche della medicina alternativa come l'omeopatia e la medicina ayurvedica. Lavora come libero professionista occupandosi del trattamento di diverse diverse patologie. La conferenza tratterà il tema delle cause dell'invecchiamento del corpo e delle metodologie di prevenzione.