



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI
DI CASSINO E DEL
LAZIO MERIDIONALE
Delega per lo Sviluppo Sostenibile



Festival dello Sviluppo Sostenibile 2026

SCANSIONA IL
QR CODE PER
ISCRIVERTI
AGLI EVENTI



Patrocinato da:



06 MAGGIO 2026

GOAL

Iannaccone Alice

Convegno «Sport e stili di vita. Benessere, attività fisica e alimentazione»

🕒 Ore 9:00 📍 Castello Angioino, Gaeta



Vivere bene è più semplice di quanto si immagini e richiede un impegno quotidiano consapevole.

Il convegno intende promuovere stili di vita corretti e la tutela della salute attraverso lo sport, riconosciuto come strumento fondamentale di prevenzione e di benessere psicofisico.

Inserito nel 37° Memorial "F. Calise", tappa del Campionato Europeo di Beach Handball, l'incontro si propone di valorizzare lo sport non solo come pratica competitiva, ma come mezzo educativo e formativo, capace di favorire equilibrio fisico, mentale e sociale.

Lo sport rappresenta un efficace modello di promozione della salute, in quanto incoraggia abitudini sane, quali l'attività fisica regolare, una corretta alimentazione, il recupero adeguato e la cura del benessere psicologico.

Attraverso il confronto interdisciplinare, il convegno affronterà temi legati alla prevenzione, all'alimentazione, al recupero, al supporto psicologico e ai corretti stili di vita, sottolineando il valore dello sport come investimento per la salute individuale e collettiva.

PROGRAMMA

Ore 8:45

Registrazione dei partecipanti

Ore 9:00

Interventi

Dott.ssa Alice IANNACCONE- Attività fisica come prevenzione delle malattie

Dott Massimo MANZO - Educazione alimentare

Dott. Ermanno KUGLER - Ruolo della fisiopatologia respiratoria nelle prestazioni sportive

Ore 10:00

Saluti delle autorità

Ore 10:15

Interventi

Dott.ssa Nicoletta SPORTELLI- Obesità e cancro

Dott. Manuel RIMONTI-Aspetti psicologici tra alimentazione e attività fisica

Prof. Simone DIGENNARO- Attività fisica come "farmaco"

Prof. Anna-Katriina Salmikangas- Presentazione del progetto «Get moving Finland»