

Convegno

“Benessere a Colori”

ogni decisione conta, scegli oggi il tuo benessere di domani

Ascoli Piceno, 9 ottobre 2025

Teatro Filarmonici, Via delle Torri n.39

Un evento organizzato nel contesto di Ascoli Città europea dello sport e rivolta a giovani studenti.

Il convegno scaturisce dalla campagna informativa prevista dal progetto “Scuola Attiva” di Sport e Salute SpA, che ha lo scopo di stimolare tra i giovani creatività e consapevolezza sul valore dei sani e corretti stili di vita.

Parleremo quindi insieme di alimentazione, sport, sonno, emozioni e delle piccole abitudini che fanno stare meglio ogni giorno.

Una semplice scelta quotidiana può fare la differenza: mangiare bene, muoversi di più, dormire meglio, gestire le emozioni, sono elementi fondamentali che aiutano a vivere in modo felice e consapevole

Il benessere non è solo una meta ma un viaggio lungo una vita.

Programma

ore 9.00	arrivo dei partecipanti
ore 9.40	saluto delle autorità <i>Sindaco - Marco Fioravanti</i> <i>Assessore allo sport - Domenico Stallone</i> <i>Assessore alla pubblica istruzione - Donatella Ferretti</i> <i>Dirigente Ufficio scolastico provinciale - Luca Pasqualini</i>
ore 10.10	premiazione della classe IIA della scuola Capoluogo Sant'Agostino, vincitrice del contest a.s. 24-25 <i>(consegnerà il riconoscimento Valerio Vermiglio – Team Illumina Sport e salute e Manager della sostenibilità nello sport)</i>
ore 10.30	Sport e Salute in classe con “Scuola Attiva”: il movimento che educa <i>(Maria Pia Montefusco – Direzione Scuola e Sostenibilità Sport e salute)</i>
ore 10.50	Benessere, movimento e alimentazione: il futuro inizia da come ti prendi cura di te <i>(Benedetta Rosetti - Dirigente Biologo UOC Igiene degli Alimenti e Nutrizione)</i>
ore 11.15	la testimonianza di un atleta pronto a rispondere alle nostre domande e a raccontarci la sua storia tra valori, sacrifici e successi <i>(Valerio Vermiglio – Team Illumina Sport e salute e Manager della sostenibilità nello sport)</i>
ore 11.45	Sani Stili di Vita... con le life skills: crescere in salute ogni giorno <i>(Giulia Del Vais – Dirigente Psicologo UOSD Promozione Educazione Alla Salute)</i>
ore 12.15	termine dei lavori