



Ettore Zorzini

CONVEGNO DI MEDICINA DI MONTAGNA

“Consapevolmente (in)sicuri”

Quanto siamo consapevoli dei limiti del nostro fisico e della nostra mente quando andiamo in montagna?

8.30 Accoglienza

9:00 Saluti ed introduzione

(L. Festi, SIMEM)

9:30 Ma ci tieni alla tua pelle?

(A. Bergamo, SIMEM, SAT)

10:00 Buona salute e una buona forma fisica? Sì grazie!

(L. Pratali, CNR-SIMEM)

10:30 A quanti rischi ci espone la fatica fisica e mentale?

(S. Trinchi, SIMEM)

11:00 Tra consapevolezza e resilienza: gestire l'incertezza in montagna

(M.C. Pavesi, SAT)

11.30 Intervista a Marco Majori: “Saper rinunciare, saper sopravvivere in situazioni al limite”

(alpinista, centro sportivo esercito Aosta, sez. militare alta montagna e guida alpina)

12:00 La consapevolezza nell'andare in montagna

(G. Calzà, guida alpina)

12:30 MOVE: l'App per l'escursionismo che unisce personalizzazione, prevenzione, consapevolezza

(N. Borasio, Dip. di Medicina, UNIPD)

13:00 Discussione e chiusura lavori

Moderatori: A. Bergamo e S. Trinchi



Ettore Zorzini

Sabato 3 maggio

Presso la Sala Nones, Palazzo Benvenuti,
Via Belenziani 12, Trento
Ingresso libero fino ad esaurimento posti



Con il supporto incondizionato di

