**Ufficio Stampa della Provincia autonoma di Trento**
Piazza Dante 15, 38122 Trento
Tel. 0461 494614 - Fax 0461 494615
uff.stampa@provincia.tn.it

**COMUNICATO n. 2014 del 30/07/2024**

**Il tempo del corpo è al centro del secondo appuntamento della rassegna, lunedì 5 agosto nella piazza di Borgo Valsugana**

# La scienziata Antonella Viola all'Agosto degasperiano

## Lunedì 5 agosto alle 18.00 prosegue la rassegna "Agosto degasperiano – Amare il nostro tempo" con l'incontro "In cerca di equilibrio. Riscoprire il tempo del corpo". In piazza A. De Gasperi a Borgo Valsugana, la scienziata e divulgatrice Antonella Viola ci guiderà, con gli strumenti della ricerca scientifica, in un viaggio alla scoperta di quell'equilibrio che spesso ci manca nel rapporto con il tempo.

"Non si può respingere il tempo che passa, ma si può accoglierlo con la giusta postura. Per essere longevi in modo sostenibile". Così come non si possono ignorare gli anni che trascorrono e i suoi effetti sul nostro corpo, non si può nemmeno fare finta che non esista, per gli esseri umani, il bisogno di un tempo che si ferma, di riposo, in una società che corre velocissima e che vuole tutti connessi e produttivi.
Sembrano due facce della stessa medaglia. Da un lato forzare il proprio corpo a resistere ai cambiamenti naturali e inevitabili con il passare degli anni, tra diete improbabili e false teorie scientifiche, con l'illusione che tutto rimanga come è; dall'altro lato vivere in una società senza orari e senza orologio, che confonde il giorno con la notte, sempre con gli schermi accesi sotto gli occhi, in perenne privazione di sonno. Sono i presupposti ideali per corpi stanchi, deboli, che si trascinano insonni tra gli uffici e le scuole. Forse il rimedio è ricominciare a mettersi in ascolto del tempo del corpo, dei segni che lascia e delle sue connessioni con i ritmi del pianeta, per invecchiare, lavorare e vivere in modo sostenibile.
A partire dalle sue ultime ricerche, l'immunologa e divulgatrice Antonella Viola parlerà del rapporto tra tempo e corpo nell'incontro dal titolo 'In cerca di equilibrio. Riscoprire il tempo del corpo', in programma lunedì 5 agosto alle 18 nella piazza A. De Gasperi di Borgo Valsugana. I libri scritti da Antonella Viola ci dicono che esiste nella ricerca scientifica un concetto di tempo biologico intimo, profondo, "esistenziale", perché il tempo del corpo vibra in sintonia con il pianeta, anche se lo ignoriamo. Nell'unire sensibilità umana e sapienza scientifica, la scienziata trasporterà quindi il pubblico in un viaggio alla ricerca di quell'equilibrio che manca nel rapporto con il tempo che fugge e alla sordità che ci colpisce quando ci rapportiamo alla voce del nostro corpo. È nell'accoglienza dei propri limiti e nella scoperta delle meravigliose potenzialità del proprio corpo che si trovano, infatti, alcune risposte alle domande che le persone si pongono: perché questo sentirsi sempre stanchi? Perché questo rapporto sbagliato con il sonno? Perché questa paura di invecchiare?
L'incontro con Antonella Viola è il secondo appuntamento dell'edizione 2024 dell'Agosto degasperiano, che si intitola "Amare il nostro tempo". Dopo il primo incontro a Civezzano con Luciano Violante e le sue riflessioni sul rapporto tra morte e vita, la rassegna proseguirà con Leonardo Becchetti, Agnese Pini, Ivan Maffeis, Donatella Di Pietrantonio, Daria Bignardi e Miguel Benasayag, chiamati a ragionare sui motivi per amare, nonostante tutto, il nostro tempo.

**Prenotazioni**
L'incontro è a ingresso gratuito e non serve la prenotazione.
In caso di maltempo, l'evento si terrà presso l'Auditorium del polo scolastico Alcide De Gasperi di Borgo Valsugana: l'ingresso in questo caso sarà libero fino a esaurimento dei posti disponibili, senza possibilità di prenotazione.

**Info e contatti**
Per assistenza o informazioni è possibile contattare il numero **0461 314845** o scrivere a eventi@degasperitn.it

**Streaming**
La diretta dell’evento sarà disponibile sul canale YouTube della Fondazione.

(LF)