



27 Ottobre 2025

Circolare numero 62

Insieme per capire – “La scienza del benessere: Microbiota, stili di vita e salute”

Si comunica alle componenti in indirizzo che **martedì 28 ottobre 2025** dalle 11.00 alle 12.30 si terrà l'incontro on line **“La scienza del benessere: Microbiota, stili di vita e salute”** con Liliana Liotta, giornalista e saggista scientifica, autrice di La dieta Smartfood e La vita non è una corsa, e con Maria Rescigno, docente di Patologia generale e responsabile del laboratorio di Immunologia delle mucose e Microbiota presso Humanitas University. L'incontro, inserito nel ciclo di lezioni proposte dal Corriere della Sera “Insieme per capire”, offrirà una riflessione scientifica e divulgativa sul ruolo del microbiota e sul legame tra stili di vita, salute e benessere psicofisico, evidenziando come alimentazione, sonno, attività fisica e gestione delle emozioni possano incidere sulla qualità della vita. Un appuntamento per comprendere, con il linguaggio della scienza, come piccole scelte quotidiane possano migliorare la qualità della vita e promuovere una cultura del benessere consapevole.

<https://insiemepercapire281025.reportcongressi.com/login>

Per accedere alla pagina con la diretta dovrà essere indicata la classe, il nome della scuola e la città di provenienza (ad esempio: 2A, Istituto di Istruzione Superiore “Sciascia”, Sant'Agata Militello). Viste le numerose adesioni, si consiglia di eseguire la registrazione dal computer della classe qualche ora prima dell'inizio della conferenza in modo da rendere più immediato l'accesso e di aprire la pagina del collegamento almeno mezz'ora prima dell'inizio dell'incontro.