

## La salute al centro con Idealmente

Nell'ambito dell'iniziativa "La salute al Centro" (organizzata dal Centro Servizi Volontariato Fvg), l'associazione Idealmente Onlus organizza per il 16 dicembre 2016 dalle 16 alle 17.30 al Centro Commerciale Città Fiera (1° piano di fronte alla libreria Giunti) un incontro dal titolo "Prevenzione... oggi", sul tema della salute mentale - con particolare riguardo all'adolescenza -, al fine di promuovere stili di vita sani. All'incontro sarà presente il dottor Luciano

Ciccone (Responsabile della Promozione alla Salute dell'ASUITUD - Azienda Sanitaria Universitaria Integrata di Udine) che risponderà alle domande dei presenti. Oltre ai "tradizionali" comportamenti a rischio, quali l'uso ed abuso delle sostanze stupefacenti e dell'alcool, la sedentarietà, la cattiva alimentazione ed i comportamenti sessuali a rischio, recenti studi segnalano comportamenti poco evidenti all'opinione pubblica che pos-

sono mettere a rischio la salute. Sono considerati dannosi per la futura salute degli adolescenti la poca attività fisica, l'uso eccessivo di farmaci per lievi disturbi, il massiccio uso del computer e video giochi con successiva perdita di sonno. Il materiale verrà messo a disposizione sul sito [www.idealmenteonlus.it](http://www.idealmenteonlus.it). Per maggiori informazioni: [www.idealmenteonlus.it](http://www.idealmenteonlus.it) idealmenteonlus@yahoo.it cell. 339 26 74 299 sig.ra Grazia Micaela Beni (vicepresidente)

