

BUONO A SAPERSI

Lombardia

Psoriasi: miglior accesso alle cure

La psoriasi è una patologia complessa, che genera diffidenza e stigma sociale a causa delle sue manifestazioni cutanee, mentre in realtà non è in alcun modo trasmissibile. Consiste in un'alterazione del ricambio cellulare che si manifesta con macchie cutanee rosse e desquamate. I 15 Centri che hanno aderito al *Progetto Psoriasi Lombardia* con il supporto della Regione Lombardia, rappresentano una "corsia preferenziale". Per informazioni, numero verde: 800123996.



Roma e Pomezia

Psicoterapia gratis per tutti

Si chiama autunno psicologico e prevede, per tutto dicembre 2011, la possibilità di avere dei primi colloqui individuali gratuiti con medici specialisti e tre incontri serali collettivi (uno al mese), anch'essi gratis. Per saperne di più, chiamare i seguenti numeri: dottor Giovanni Porta 347.8517793, o dottoressa Fiammetta Nuzzi 333.2079335. Per gli incontri serali, e-mail a: giovanniporta74@gmail.com. L'iniziativa si svolge presso Studio di Psicoterapia, via Rimini 11/b, a Pomezia, e presso lo spazio di via dei Tizii 3 (S. Lorenzo) a Roma.

Per donne con figli

Dalla parte di tutte le mamme



L'Aid - Associazione internazionale donne è lieta di annunciare l'ottenimento per Telefono Mamma dell'attestato di marchio d'impresa da parte del Ministero dello Sviluppo Economico. Il Telefono Mamma è attivo tutti i giorni dalle 10 alle 20, chiamando il numero 06.98186518; www.aidonlus.it.

Campagna di sensibilizzazione rivolta agli italiani per vederci chiaro

Occhi: test gratuiti dello stress visivo

Alla fine di una giornata stressante, spesso abbiamo la pancia gonfia, i muscoli delle spalle irrigiditi, dolori a collo e schiena e, magari, anche un "bel" mal di testa. Questi sono i sintomi a cui più frequentemente andiamo a porre rimedio

con palestra, passeggiate all'aria aperta, stretching, massaggi o addirittura con antidolorifici. Gli occhi e la vista in generale passano in secondo piano perché difficilmente danno segnali espliciti di disagio, ma può essere che quel mal di te-

sta sia causato, per esempio, da una situazione di stress dell'apparato visivo. Per questo è necessario prestare attenzione costante al benessere visivo e prendersi maggiore cura dei propri occhi. Nasce da questo presupposto la campagna di sensibilizzazione di VisionOttica, nuova insegna di Centri Ottici ad alta specializzazione, che ha messo a punto per prima e in esclusiva, con il patrocinio della Soi (Società oftalmologica italiana), il Test dello Stress Visivo, effettuabile gratuitamente nei propri Centri in tutta Ita-

lia. In termini scientifici, lo stress viene definito "la risposta dell'organismo a uno stimolo negativo e si manifesta sotto forma di disagio". Ed è disagio visivo la parola-chiave che VisionOttica vuole ricordare ai consumatori. Il test ha lo scopo di rilevare segnali di inefficienza della visione che possono manifestarsi nelle attività quotidiane e che sono generati dalla guida, la lettura, l'utilizzo prolungato del computer e da innumerevoli fattori che possono produrre effetti negativi sulla vista. Per saperne di più, telefonate al numero verde: 800.536 303 o andate su www.visionottica.it.

