



Alcuni momenti della manifestazione che anche ieri sul Pubblico Passeggio ha coinvolto centinaia di studenti del tema della salute. FOTOSERVIZIO STEFANO LUNINI

## Alimentazione, sport, cattive abitudini: i ragazzi imparano i segreti del vivere sano

Oggi giornata per i cittadini: visite, attività, test e controlli gratuiti, oltre a screening specifici da parte dei reparti ospedalieri

Gabriele Faravelli

### PIACENZA

Ben 2100 studenti in soli tre giorni. Va oltre le aspettative il primo bilancio di "Futuro in salute", la manifestazione che in questi giorni sta animando il Pubblico Passeggio con l'obiettivo di promuovere la salute e la qualità della vita. Quattro giorni sul Facsal, iniziati mercoledì e che finiranno oggi, con oltre cento stand e altrettante attività organizzate dal personale di Ausl Piacenza e dal mondo del volontariato che hanno proposto agli alunni delle

scuole piacentine iniziative educative e interattive su diversi temi. Dopo le prime due giornate dedicate ai più piccoli, ieri è stata la volta dei circa mille ragazzi delle scuole medie e superiori, che hanno potuto così vivere un percorso formativo fatto di giochi, esibizioni, approfondimenti su temi di attualità e simulazioni da parte dei professionisti del soccorso. 40 in tutto i titoli proposti, suddivisi in quattro macro-aree. La prima ha riguardato la nutrizione clinica, la promozione della salute, i pericoli del fumo, il rapporto scienza-pregiudizio e come il cervello controlla il nostro equi-

librio. Nella seconda, argomenti più legati all'attualità come i rischi causati da punture di zecche o zanzare, dal terremoto, la "coppia pericolosa" alcol e farmaci, i segreti del chirurgo in sala operatoria, l'atto di donare il sangue con Avis e il "coach della salute". Nella terza, il divertente e "clownesco" spettacolo offerto dai medici di Avis e il "coach della salute". Nella quarta, il "clownesco" spettacolo offerto dai medici di Avis e il "coach della salute". Nella terza, il divertente e "clownesco" spettacolo offerto dai medici di Avis e il "coach della salute". Nella quarta, il "clownesco" spettacolo offerto dai medici di Avis e il "coach della salute".



altre sostanze. Infine, la quarta sezione con le simulazioni di soccorso con un defibrillatore, l'importanza dell'ascolto e della consapevolezza della sessualità, i progetti di solidarietà e la sensibilizzazione sul tema della sclerosi multipla. Per i ragazzi, anche percorsi pensati apposta per stare in forma, con esercizi di movimento e a corpo libero, oppure incentrati sulla cor-

retta alimentazione alla scoperta dei cibi più sani per il nostro organismo. Perfino un laboratorio dedicato al giornalismo, con il capocronaca del quotidiano "Libertà" Giorgio Lambri che ha insegnato loro a essere cronisti per un giorno raccontando in un articolo tutto quello che hanno visto alla manifestazione (il resoconto è pubblicato qui sotto ndr.).

Oggi sarà la giornata conclusiva di "Futuro in salute", dedicata alla cittadinanza. Dalle 9.30 alle 12.30 e dalle 15 alle 18 sarà possibile effettuare visite, attività, test e controlli gratuiti, oltre a screening specifici da parte dei reparti ospedalieri e con gli stand che forniranno informazioni e risponderanno ai vari quesiti. Ci saranno anche simulazioni di soccorso che coinvolgeranno in prima persona i cittadini, e dimostrazioni da parte del 118 sulle emergenze e del pronto soccorso pediatrico per le famiglie. Non mancheranno, nemmeno in questo caso, attività pensate per i bambini: alle 10.30 spettacolo "Una mano lava l'altra", alle 16 "Una favola per merenda", e alle 17 la sfilata "Tu Sei Meraviglia", incentrato sulla sensibilizzazione sulla lotta alla sclerosi multipla.

### PICCOLI GIORNALISTI CRESCONO: LA "II-E" DELLA SCUOLA "CALVINO"

## Una panoramica importante su un pianeta da esplorare: la salute

Quali sono i segreti per vivere in salute? Sul Pubblico Passeggio un'iniziativa dell'Ausl di Piacenza cerca di rispondere a questa domanda attraverso tanti stand che affrontano tutti i vari aspetti del vivere bene. «Il 90% delle malattie gravi sono evitabili - ci ha detto il medico Luigi Cavanna, 40 anni di professione e che si occupa di tumori - mangiare cose semplici e sane, evitare patatine, bibite gasate e troppi zuccheri. Ma non solo, molto importante è anche non fumare e fare attività fisica regolarmente; inoltre è determinante non mangiare cibi con troppi grassi perché si accumulano nelle arterie e limitano la circolazione del sangue e possono causare infarto». Il primo stand nel quale ci si imbatte è quello dell'Avis dove si

sottolinea l'importanza di salvare altre vite umane attraverso la donazione del sangue e del plasma. Subito dopo uno spazio dedicato a Epikurea, un'associazione che offre gratuitamente aiuto a risolvere i problemi e migliorare la qualità della vita delle persone. Uno spazio molto importante è quello che i Vigili del fuoco di Piacenza hanno dedicato ai terremoti. Camillo Piga ci ha spiegato che la nostra è una zona a basso rischio sismico ma che bisogna essere comunque pronti ad affrontare queste calamità, anche perché la scienza non è ancora in grado di prevedere quando e dove ci sarà un terremoto. Il successivo spazio era dedicato alla Chirurgia con medici che spiegavano i segreti della sala

operatoria. Un aspetto molto importante di cui si occupa "Futura in Salute" è quello legato al rischio di assumere farmaci e alcool assieme, una combinazione che può essere fatale. Un'altra cattiva abitudine che viene affrontata qui sul Facsal è quella del fumo: «Sono un incosciente» ha ammesso un fumatore che abbiamo incontrato lungo il percorso. È presente anche la Federfarma, cioè la federazione delle farmacie italiane, i cui esperti mostrano come si fanno le preparazioni galeniche, cioè l'arte di preparare i medicinali. Uno stand è dedicato anche al rischio legato alle punture di zanzare, zecche eccetera... In particolare in questi giorni si parla del virus West Nile, trasmesso dalla puntura di zanza-



La classe dei giornalisti al lavoro sul Pubblico Passeggio FOTO LUNINI

ra. Una postazione è dedicata alla trasmissione di virus attraverso contatto fisico, ed un altro alla salute del cavo orale. Una parte importante della manifestazione è riservata a "Progetto vita" cioè alla rete di defibrillatori nel territorio Piacentino (la

maggiore in Italia) che in passato ha salvato molte vite. Ma la salute può passare anche attraverso una risata come ci hanno spiegato gli "operatori del sorriso" della Croce Rossa Italiana. Un aspetto importantissimo che viene affrontato è quello legato alle emergenze attraverso

il 118, il numero di primo soccorso e pronto intervento. Sul Facsal sono presenti anche un'autoambulanza e un'auto medica e viene spiegato come dalla centrale operativa si attivano gli interventi sul territorio. Questa manifestazione, che prosegue anche oggi sul Pubblico Passeggio, è molto importante perché affronta in strada - tra la gente - un tema di rilievo come quello della salute e anche dell'accesso gratuito ai servizi sanitari essenziali.

**Reportage di Matteo Campolonghi, Elia Braccio, Magdalena Giannini, Rebecca Gorgni Bottego, Anna Ferrari, Alessandro Zangrandi, Luca Morelli, Sofia Casali, Gaia Mevelli, Anna Costa, Samuele Guerra, Nadia Kokic, Anna Corvi, Sharon Sejid, Deana Nelli, Luca Fermi, Francesco Sartori, Martina Riva, Catrina Codeghini, Sara Lamallari, prof. Mariacristina Favari, prof. Eleonora Panduri.**  
 (Classe II<sup>a</sup> E - Scuola Italo Calvino sede di via Stradella)