

"Cambiare abitudini per salvare noi stessi e gli ecosistemi" è il titolo del convegno che si terrà il prossimo 14 ottobre nel salone dell'Arengo del Broletto su organizzazione dell'associazione "Happy to help" di Trecate in collaborazione con l'associazione Amici 52 e del CST Novara-VCO, con il patrocinio della Regione Piemonte e della Provincia e del Comune di Novara. <<Lo scopo dell'evento – spiega il presidente di "Happy to help" Raffaele Mazza - è la sensibilizzazione delle realtà locali rispetto all'importanza che le nostre abitudini avranno sul futuro della nostra salute e su quella degli ecosistemi, oltre all'opportunità concrete di miglioramento economico-sociali che derivano dall'approccio Healthy Habits nella scuola, nel mondo del lavoro, nella sanità e nella vita quotidiana creando una rete di condivisione e supporto>>.

Il convegno vedrà la partecipazione dell'ideatore del progetto "Healthy Habits" David Mariani, membro dell'Accademia dei Georgofili, e del presidente del comitato scientifico Healthy Habits Paolo Galli, chimico, docente universitario e scienziato di fama internazionale.

Mariani rimarca l'importanza <<dell'approccio "Healthy Habits": nato per facilitare la transizione verso sane abitudini; nella scuola è fondamentale per il miglioramento delle abitudini a partire dai bambini, in direzione della prevenzione primaria e del rispetto degli equilibri con gli ecosistemi. 3 bambini su 4 in Italia e un adulto su due, non raggiungono i minimi di attività fisica raccomandati dall'Organizzazione mondiale della Sanità: in questo contesto, le patologie croniche hanno iniziato a progredire in modo incontrollato, raggiungendo oggi oltre il 40% dell'intera popolazione Italiana. La recente ricerca scientifica ci dice che le nostre abitudini possono avere un ruolo decisivo nel determinare non solo la salute futura, ma anche i comportamenti sociali, sia nel bambino che negli adulti.

Questo ha un impatto importante anche nelle aziende pubbliche e private; sulla produttività delle stesse, sulle assenze lavorative e sul clima aziendale. Con l'applicazione degli strumenti già a nostra disposizione potremmo finalmente creare società più sane più consapevoli e più resilienti.>>