



WORLD
HEART DAY



FIC
Federazione Italiana di Cardiologia
Italian Federation of Cardiology



CONACUORE
COORDINAMENTO NAZIONALE ASSOCIAZIONI CUORE



Fondazione italiana per il cuore

GIORNATA MONDIALE PER IL CUORE

Domenica 27 Settembre 2009

Prenditi cura del tuo cuore

Sempre....in ogni luogo e in ogni momento

ideata da

World Heart Federation

Annuncio Preliminare

Quest'anno il messaggio della Giornata Mondiale per il Cuore pone l'attenzione sull'importanza del prendersi cura della salute del proprio cuore, sempre, ***in ogni ambiente***. Questo tema vuole sottolineare l'importanza della responsabilità individuale ed invitare il singolo a conoscere e difendere il proprio patrimonio di salute in ogni momento e luogo della sua vita e della sua giornata. Il nostro lavoro occupa la maggior parte della nostra giornata, e in quelle ore i fattori di rischio delle malattie cardiovascolari possono duramente colpirci. Un cattivo stile di vita come il fumo di sigaretta, un eccesso di sedentarietà, la cattiva alimentazione, lo stress, e anche l'inquinamento atmosferico sono fattori che possono agire indipendentemente o insieme. Adottare un corretto stile di vita in ogni ambiente e in ogni momento della nostra giornata di lavoro, ovvero: *non fumare, svolgere una regolare attività fisica e scegliere una sana e corretta alimentazione*; aiuta la persona a migliorare il proprio stato di salute e a ridurre la mortalità dovuta alla malattia cardiovascolare. L'attore principale è sempre il singolo individuo, che in prima persona, può ottenere risultati soddisfacenti se solo lo vuole.

La Giornata Mondiale per il Cuore di quest'anno, celebrata domenica 27 settembre pone l'accento sulla responsabilità individuale per la propria salute, in ogni ambiente e in ogni momento della giornata.

Come già negli anni precedenti, la presenza dei mezzi di comunicazione aiuterà a diffondere una serie di messaggi utili a sensibilizzare i cittadini, le Istituzioni tutte, il mondo scientifico e gli operatori sanitari sul tema della Giornata, anche grazie al contributo di un opuscolo di facile lettura, ma di sicuri riferimenti scientifici, dedicato al grande pubblico che la Fondazione Italiana per il Cuore anche per questa edizione sta preparando.

Fondazione italiana per il cuore

Via Appiani, 7 - 20121 Milano

Tel.: 02 29005297 - Fax: 02 29063567

e-mail: info@fondazionecuore.it - www.fondazionecuore.it

ente giuridicamente riconosciuto n. 14.12.649, 2/4/2004