

SEGNA IN AGENDA

PREVENIRE L'HIV È UN GIOCO DA RAGAZZI Per informare gli adolescenti sull'Aids e i centri a cui rivolgersi in caso di dubbi è arrivato Hiv infogames: un gioco educativo semplice e immediato (lo trovi su www.hivinfogame.it).

COSA SAI DELLE MEDICINE ALTERNATIVE? Dal 4 al 9 agosto Toscana Fuori Expo organizza a Milano, nei chioschi dell'Umanitaria (via Daverio 7), *La salute prima di tutto*: una serie di incontri per conoscere le ultime novità su medicine complementari e alimentazione sana.

UN SELFIE PER I TUOI RENI Per prevenire le malattie ai reni è fondamentale idratarsi. Così è nata la *Waterselfie campaign*: se vuoi contribuire basta inviare un selfie scattato mentre bevi acqua (a www.sin-italy.org, www.aned-onlus.it o www.hydratationlab.it). Per ogni foto verranno anche devoluti 50 centesimi alla ricerca.

APPUNTAMENTO CON L'ARRAMPICATA Le scalate ti affascinano? Dal 30 luglio all'1 agosto c'è il Climbing festival move in Val Gardena. In programma iniziative e arrampicate per tutti, famiglie comprese (Info: www.move-dolomites.it).

SOS ALLERGIE Dermatiti e reazioni allergiche dovute ai detersivi sono frequenti.

Sino a fine agosto puoi consultare un dermatologo iscrivendoti a www.saperviveremeglio.it.

scopri le regole d'oro anticistite su



DONNA
MODERNA
.COM/
SALUTE/
VIVERE-MEGLIO
E TABLET

● IL MESE DELLA PREVENZIONE

Donna Moderna dedica luglio alla prevenzione della cistite in collaborazione con l'équipe del Servizio di urologia funzionale e femminile dell'Hesperia Hospital di Modena, diretto dal dottor Daniele Grassi. **Gli esperti rispondono il lunedì, il mercoledì e il giovedì, dalle 13 alle 16, al 3349590619.** Negli stessi giorni e orari puoi chattare con loro collegandoti a donnamoderna.com/mese-prevenzione. Oppure puoi mandare un'email a: meseprevenzione@gmail.com.