



REGIONE DEL VENETO

REGIONE DEL VENETO



ULSS3
SERENISSIMA

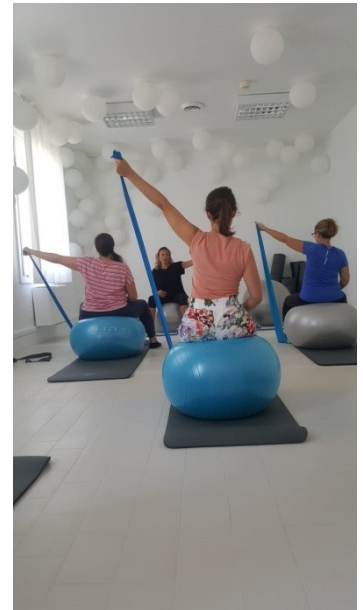
Dipartimento di Prevenzione – Direzione
P.le San Lorenzo Giustiniani 11/D, 30174 Venezia-Mestre
Tel 041/2608405 – Fax 041/2608446 – email diprev@aulss3.veneto.it – PEC diprev.aulss3@pecveneto.it
Direttore: Dr. Luca Gino Sbrogiò

Egregio Collega,

la Sua assistita è interessata a partecipare al **Laboratorio Esperienziale MITOSI**.

Questa è una iniziativa della Regione del Veneto, unica in Italia, rivolta alle future mamme durante i primi mesi di gestazione per sensibilizzarle agli stili di vita sani in gravidanza, cogliendo l'opportunità di un momento della vita della donna in cui questa è particolarmente predisposta al cambiamento.

La partecipazione al laboratorio dura un'intera giornata, e verranno affrontate in maniera pratica ed interattiva le tematiche della sana alimentazione, del fumo, dell'alcol, della corretta attività motoria da praticare in gravidanza, della prevenzione dei traumi da traffico e delle vaccinazioni raccomandate in gravidanza.



Poiché il laboratorio prevede due sessioni di attività fisica leggera-moderata (rispettivamente, 20-30 minuti di passeggiata dalla Stazione ferroviaria Santa Lucia all'Ospedale Civile di Venezia e 45 minuti di attività motoria in ambiente attrezzato con indicazioni esemplificative di esercizi utili da fare anche a casa), è richiesto che le mamme partecipanti abbiano un decorso fisiologico della gravidanza o comunque patologie lievi, che non controindichino, ma anzi suggeriscano questo tipo di attività (es. sovrappeso, leggera ipertensione o diabete gestazionale...).

Si sottolinea che l'insieme delle attività proposte possono essere considerate simili ad attività di "vita ordinaria", e pertanto coerenti con azioni quotidiane di gravidanza fisiologica (andare a fare la spesa, fare le scale, camminare...).

Il modulo di invio al laboratorio, che attesta l'indicazione alla partecipazione, può essere compilato dal medico curante oppure dal ginecologo che segue la futura mamma, timbrando e firmando l'apposita brochure.

Per ulteriori informazioni, contattare la referente aziendale del Programma, dr.ssa Silvana Zanon, allo 041-2608619.

Cordiali saluti,

Il Referente Scientifico
Direttore Dipartimento di Prevenzione
AULSS 3 Serenissima
Dr Luca Gino Sbrogiò

