

Servizio civile un'opportunità

NAPOLI - Attività sociali, civiche, culturali. Spesso anticamera di un lavoro stabile. Il Servizio civile in Campania funziona a gonfie vele e offre una piccola opportunità di lavoro, ma soprattutto un'esperienza a tanti giovani. Anche quest'anno il Dipartimento della Gioventù e del Servizio civile ha approvato e ammesso a finanziamento

tutte le proposte esaminate e inviate dalla Regione Campania, che potrà così contare sull'attivazione di ben 323 progetti per un totale di 3.524 volontari da avviare al Servizio civile per l'anno 2018/2019. È di gran lunga il numero più elevato di partecipanti tra le regioni italiane e conferma il lavoro positivo fatto in questi anni dalla Regione

Campania attraverso le Politiche sociali per favorire il coinvolgimento dei giovani in questa tipologia di attività, promuovere e valorizzare le progettazioni di qualità degli enti del terzo settore, incentivare il volontariato e migliorare tutti gli strumenti di monitoraggio e accompagnamento dei lavori svolti. Facendo due calcoli, si scopre che

la Campania nei prossimi mesi avrà un contingente di giovani arruolati nel Servizio civile pari a oltre 6.700 volontari (i 3.524 che iniziano quest'anno si aggiungeranno ai 3.215 già in servizio attivo).

«L'esperienza del Servizio Civile in Campania si conferma, per quantità e qualità, una buona pratica delle politiche giovanili su cui la Giunta regionale crede molto», ha affermato l'assessore regionale alle Politiche Sociali Lucia Fortini. «Più di 6000 giovani impegnati in attività sociali, culturali e civiche che stanno, in questo modo, facendo un'esperienza concreta che li prepara al mondo del lavoro e li mette in contatto con tante realtà del nostro territorio sono un grande patrimonio che vogliamo valorizzare sempre meglio», conclude l'assessore

A chi si rivolge Come partecipare



Il servizio è dedicato ai giovani dai 18 ai 28 anni.

NAPOLI - Era il 6 marzo del 2001 quando il Parlamento italiano, con la legge n. 64, approvò il Servizio civile nazionale. Aperto ai giovani dai 18 ai 28 anni, si legge nel decreto, «che intendono effettuare un percorso di formazione sociale e culturale attraverso l'esperienza quotidiana dei valori costituzionali di difesa civile non violenta della Patria e di solidarietà sociale».

Il Servizio civile ha una durata di 12 mesi, viene svolto presso un ente accreditato e comporta un impegno orario complessivo non superiore alle 1400 ore. Il compenso economico corrisposto al volontario è di 433,80 euro al mese. Per iscriversi, scaricare i bandi disponibili e ricevere informazioni si possono consultare questi due siti: www.serviziocivilecampania.it e www.serviziocivile.gov.it



I ragazzi saranno impegnati in molte attività sociali.

Speciale SANITÀ

A CURA DI EP CONGRESSI

EP CONGRESSI

Vivere il periodo più bello dell'anno in allegria ma rispettando alcune semplici regole di prevenzione... aiuta a mantenere nel tempo tutti i benefici dell'estate.

Estate, temperature alte, più tempo per dedicarsi a se stessi complice il tempo bello e la voglia di vacanza, ma non bisogna dimenticare che con il caldo possono aumentare i problemi di salute.

Ne abbiamo parlato con il Dr. Roberto Sanseverino direttore della Unità Operativa di Urologia dell'Ospedale Umberto I di Nocera (Salerno) e dal 2017 Direttore del Dipartimento di Chirurgia-Urologia della ASL di Salerno. I consigli per attuare una buona prevenzione per le malattie Gine-Urologiche sono semplici e di facile esecuzione. L'aumento delle temperature determina un aumento della sudorazione ed una riduzione della diuresi, non sempre adeguatamente compensata da un corretto apporto di liquidi. A questa situazione si possono accompagnare due comuni problemi di natura urologica. Le infezioni urinarie, che possono insorgere durante tutto l'arco dell'anno, sono particolarmente frequenti durante il



dott. Roberto Sanseverino
Dirigente U.O.C. di Urologia - Ospedale Umberto I di Nocera (Salerno)

periodo estivo, la presenza di urine più concentrate favorisce infatti la proliferazione dei germi, in particolare in chi è già predisposto. Accorgimenti elementari sono quelli di aumentare considerevolmente l'apporto idrico, ben distribuito durante tutto l'arco della giornata ed in particolare durante le ore più calde ed in caso di prolungata esposizione al sole anche un costante

consumo di frutta e verdura, oltre a contribuire ad incrementare l'apporto di liquidi, fornisce all'organismo una serie di sostanze, come vitamine e sali minerali, che contribuiscono ad aumentare la resistenza alle infezioni. Qualora queste si dovessero manifestare è bene sempre raccogliere in campione di urine in contenitore sterile per identificare il germe e saggiarne la sensi-

bilità agli antibiotici. Si raccomanda il dr. Sanseverino, di non procedere con auto medicazioni, magari consigliate dal vicino di ombrellone, che ritiene di avere avuto un problema simile! Gli antibiotici vanno presi solo in caso di effettiva necessità e sotto controllo medico, onde evitare le recidive che possono diventare più violente della malattia originaria, proprio perché avendo sviluppato una farmaco resistenza, avranno bisogno di farmaci sempre più forti per essere guarite. In caso di terapia antibiotica, prosegue Sanseverino, è opportuno limitare l'esposizione ai raggi solari ed utilizzare sempre creme con elevato indice di protezione, molti antibiotici determinano infatti una fotosensibilizzazione, che può essere responsabile di manifestazioni cutanee molto sgradevoli. Altro problema di comune riscontro è quello dell'aumento dell'incidenza delle coliche renali, il più delle volte causate dalla presenza di calcoli delle vie urinarie, anche in questo caso il caldo e la sudorazione pro-

fusa possono favorire la precipitazione di cristalli nelle vie urinarie. Bere abbondantemente, evitando un uso eccessivo di bevande zuccherate, dolci e cioccolata possono ridurre il rischio di incorrere nel problema. I calcoli delle vie urinarie si formano sulla base di una predisposizione genetica, ma anche di uno stile di vita non corretto (eccesso ponderale, scarso movimento, scarso apporto idrico, eccessivo consumo di carboidrati). In caso di insorgenza di coliche, il riposo ed una adeguata terapia antidolorifica sono indispensabili. Il Dottore Sanseverino, infine ricorda ai giovani... ed ai meno giovani, che l'estate e la stagione della libertà, degli incontri e degli amori. I rapporti occasionali sono però anche quelli a maggior rischio di diffusione delle malattie sessualmente trasmissibili, in questo settore si pensa subito al rischio di diffusione del virus HIV, certamente molto grave, ma per fortuna meno frequente di altre infezioni. Papilloma Virus (HPV) ed altri germi come la Chlamydia, possono avere conseguenze anche gravi sulla salute e sulla fertilità. In questo campo la migliore prevenzione resta sempre l'uso costante e responsabile del profilattico. In caso di contagio è chiaro che è necessario ricercare queste infezioni per poterle curare ed eradicare, curando tutti i partner nel caso fossero più di uno!