

**Croce Rossa Italiana
Comitato Regionale Sicilia
Il Presidente Regionale**



Croce Rossa Italiana
Organizzazione di Volontariato

Oggetto: Giornata mondiale del Sonno- Webinar
“Buonanotte: consigli per il sonno del tuo bambino”

Ai Presidenti Comitati Territoriali CRI Sicilia
Sedi

Delegati Regionali Cri Sicilia
Sedi

Gentilissimi

A marzo si celebra in tutto il mondo il *World Sleep Day*, ovvero la Giornata Mondiale del sonno istituita nel lontano 2008, quando numerose ricerche hanno dimostrato l'aumento dei problemi di salute connessi all'assenza di sonno.

Lo scopo della ricorrenza è quello di celebrare i benefici di un sonno buono e salutare e di richiamare l'attenzione della società sulle problematiche legate ai disturbi del sonno, alle relative cure e alla necessità di informazione, di promozione e prevenzione. Il sonno è un'attività fondamentale per grandi e piccini ed è molto importante dormire bene. Eppure, spesso non avviene a causa dello stile di vita frenetico, di comportamenti inadatti o nocivi e di disturbi specifici o malattie del sonno che spesso vengono sottovalutati. Il periodo pandemico in atto non ha certamente migliorato la situazione ma al contrario ha contribuito a modificare le normali abitudini di routine e il nostro stile di vita

L'Associazione della Croce Rossa italiana si adopera, attraverso una serie di obiettivi, per migliorare lo stato di salute delle persone, costruire comunità più sicure attraverso la promozione della salute e assicurare l'acquisizione di competenze da parte della comunità per proteggere la propria vita e quella degli altri. Tante sono le campagne di sensibilizzazione e di prevenzione promosse per garantire una corretta informazione sulle problematiche connesse al sonno sicuro dei bambini e alla prevenzione della SIDS, la sindrome della morte improvvisa infantile conosciuta anche come morte in culla nel primo anno di vita del bambino.

Alla luce di quanto sopra è intenzione del Comitato Regionale organizzare due *Webinar* dal titolo **“Buonanotte: consigli per il sonno del tuo bambino”** grazie al quale gli istruttori della CRI, formati in materia, si occuperanno di trasmettere le relative nozioni e consigli ai partecipanti.

www.cri.it

**Un'Italia
che aiuta**

Associazione della Croce Rossa Italiana – Organizzazione di Volontariato
Comitato Regionale Sicilia

Via Piersanti Mattarella, 3°, 90141 Palermo

sicilia@cri.it - cr.sicilia@cert.cri.it

Tel: 091347240- Cell: 3357246081

C.F. 13669721006 e P.IVA 13669721006

I suddetti eventi si terranno **sabato 20 marzo**, il primo **alle ore 10:00** e il secondo **alle ore 17:00**, e avranno una durata di circa 60 minuti.

Tale iniziativa è rivolta a tutti i Volontari CRI della Sicilia interessati alla tematica e che provvederanno ad iscriversi all'evento. Verrà considerato requisito preferenziale essere genitore.

Per ciascuna sessione (mattutina e pomeridiana) potranno partecipare 50 Volontari CRI.
Per iscriversi è possibile compilare il seguente link <https://forms.gle/iWTf8QeBwNEtwKnG7>

Nel caso in cui il numero degli iscritti sia superiore ai posti disponibili, al fine di assicurare la più ampia partecipazione dei Comitati Territoriali, nel rispetto dei criteri preferenziali verrà assicurata la partecipazione di almeno un Volontario per ogni Comitato.

Si invitano i Presidenti a voler diffondere tra i Volontari l'iniziativa.

Auspicio una partecipazione massiccia all'evento l'occasione è gradita per inviare i miei più cordiali saluti.

Il Presidente Regionale
Luigi CORSARO