

LA VOCE DEI PENSIONATI

Notiziario della Fnp Cisl Campania



FNP CISL PENSIONATI Campania

CHI SIAMO ▾ SERVIZI ▾ LA VOCE DEI PENSIONATI NK

I DIRITTI
NON SONO PRIVILEGI.
NOI LI DIFENDIAMO

ISCRIVITI A FNP CISL CAMPANIA

FNP CISL Campania

I diritti non sono privilegi. **NOI LI DIFENDIAMO**

Unisciti alla Federazione Nazionale Pensionati CISL Campania

NUOVO LOOK

Veste grafica innovativa

Da qualche giorno il nostro sito web ha una nuova veste grafica: ad impatto, più accattivante che facilita la navigazione.

In evidenza 3 sezioni:

-L'Esperto risponde

-Gli Speciali

-La Voce dei Pensionati.

Le prime due voci sono ereditate dal sito nazionale, la terza fa riferimento al nostro notiziario informativo che 3 volte al mese riepilogherà le notizie pubblicate su sito social e conterrà anche focus di approfondimento e rubriche specifiche come in questo periodo: Caldo estivo (come alimentarsi, come proteggersi, come proteggere le persone fragili, come conservare i farmaci e come trasportarli).

Da inizio luglio, almeno 1 volta al mese verrà inviata la newsletter, destinata agli iscritti, così da poter essere sempre informati.

Buona lettura e buona navigazione!

IN QUESTO NUMERO

- Restyling sito web e newsletter
- Solitudine e salute
- Caldo estivo: come conservare correttamente i farmaci
- Fnp Cisl IrpiniaSannio in festa: compie 108 anni l'iscritto Giuseppe Valente



“

Con l'esplosione di smartphone e tablet, è necessario poter navigare agevolmente non solo da pc.



IL FOCUS

La solitudine aumenta il rischio di morte prematura

SOLITUDINE E SALUTE

Anziani e fragili i più colpiti

LEGGI

l'articolo completo

La solitudine può colpire individui di qualsiasi età, ma a essere maggiormente vulnerabili sono le persone anziane. Abbiamo tutti sperimentato l'isolamento sociale durante la pandemia, ma alcune persone ci convivono quotidianamente. Per solitudine si intende, in senso più "sociologico", la discrepanza tra le connessioni sociali che si hanno e quelle che si desidera avere, sia in termini di quantità che di qualità. Si può avere un'agenda sociale piena di tanti impegni, ma poco soddisfacenti e piacevoli. Spesso le connessioni sociali sono dettate più dall'obbligo che dalla scelta personale. In questi casi, aumenta la sensazione di isolamento sociale o solitudine. Non aiutano a contrastare la solitudine i social media, anzi, paradossalmente ci rendono più soli e ci allontanano da relazioni umane e sociali "reali".

Ma che impatto ha tutto ciò sulla salute?

Da tempo ormai la scienza studia la stretta correlazione tra solitudine e salute e recenti dati dell'OMS non fanno che confermare quanto evidenziato da decenni di ricerca sull'argomento. La solitudine e l'isolamento sociale hanno un impatto significativo sulla mortalità e sulla salute, un dato su tutti: il rischio di morte prematura aumenta tra il 14% e il 32%.

CALDO ESTIVO

Come conservare correttamente i farmaci?

Le malattie non vanno in vacanza, nemmeno in estate. Quindi è importante continuare le cure e le terapie prescritte dal medico, avendo alcune accortezze a causa delle alte temperature.

È importante tenere in casa solo i farmaci indispensabili. Quelli specifici richiedono sempre una prescrizione medica e la loro assunzione deve essere monitorata dallo specialista o dal medico di famiglia.

Alcuni semplici consigli:

- tenere in casa solo i farmaci indispensabili (paracetamolo, pomata a base di alcol benzilico, benzocaina e clorixilenolo da applicare su piccole ustioni, eritemi o punture d'insetto, cerotti, acqua ossigenata o amuchina, ghiaccio sintetico),
- conservare i farmaci in luoghi freschi e asciutti (con temperatura non superiore ai 25°) e non alla portata dei bambini,
- seguire sempre in maniera dettagliata le indicazioni del foglietto informativo (ogni farmaco ha una specifica modalità di conservazione),
- controllare periodicamente la data di scadenza,
- se il medicinale appare diverso nell'aspetto e risulta alterato nel colore, forma, odore o consistenza, è necessario consultare il medico o il farmacista prima di assumerlo.



LEGGI

**l'articolo
completo**

“

Alcuni consigli e suggerimenti per preservare al meglio farmaci indispensabili e salvavita.

FNP CISL IRPINIASANNIO IN FESTA

Compie 108 anni l'iscritto Giuseppe Valente

Sabato 6 luglio il Segretario Generale Raffaele Tangredi, Fnp Cisl IrpiniaSannio si è recato a casa del pensionato Giuseppe Valente, per festeggiare i suoi 108 anni, compiuti lo scorso 18 giugno 1916. Il pluricentenario abita a Cervinara ed è iscritto alla Federazione dei Pensionati CISL di Avellino, oggi IRPINIASANNIO, dal 1 gennaio 1984, da 40 anni, data del suo pensionamento dal Ministero della Pubblica Istruzione, dopo aver lavorato presso istituzioni scolastiche quale assistente di segreteria. Ha lavorato anche nella Cisl, elogiandone sempre il valore e le attività a tutela dei lavoratori. Giuseppe, uno degli uomini più anziani di tutta la nazione, è nato dopo solo pochi giorni dal naufragio del Titanic, in piena Prima Guerra Mondiale. Durante la sua esistenza, ha assistito

alla transizione dal Regno d'Italia alla Prima e Seconda Repubblica, ha visto oltre 10 Papi e numerosi Re e Capi di Stato e di Governo avvicinarsi in tutto il mondo. Sopravvissuto agli orrori delle due Guerre Mondiali, è scampato all'influenza spagnola del 1918, quando aveva solo 2 anni, alla SARS nel 2004 all'età di 88 anni e al COVID-19 nel 2020, all'età di 104 anni. Inoltre, è uno dei pochi ancora in vita ad aver votato per la nascente Repubblica Italiana il 2 giugno 1946.



LEGGI

**l'articolo
completo**