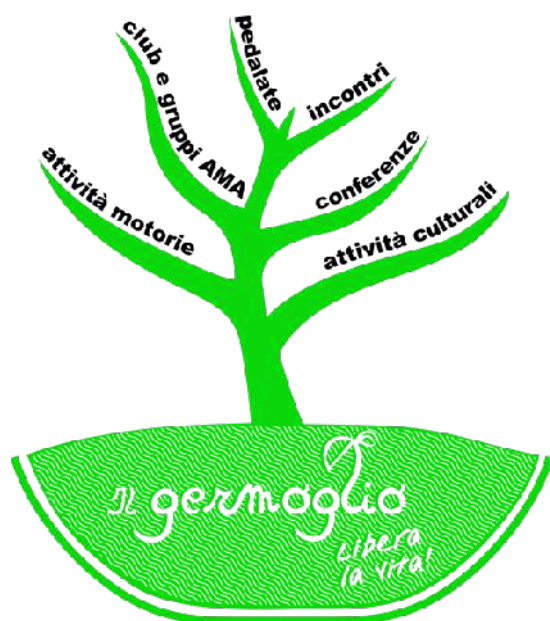


Considerando che la salute è il bene più prezioso che abbiamo e che bisogna preservare, occorre seguire dei modelli di vita sani e non sedentari, scegliere una corretta alimentazione, mettere in discussione i propri stili di vita, adottare un atteggiamento più consapevole riguardo l'ambiente, la socialità e il dialogo, il buon uso delle risorse, del tempo, dell'esercizio fisico e del riposo.



Le attività descritte nel grafico fanno parte del progetto **Libera la vita!**
(Campagna di sensibilizzazione per la promozione della salute,
curata dall'ACAT il germoglio)

Questo progetto intende favorire la collaborazione fra i diversi soggetti che operano con finalità coerenti, al fine di creare una rete solidale e dare un servizio ai **Club** e ai **Gruppi di auto-mutuo-aiuto per le dipendenze**, i quali si propongono come risorsa per il cambiamento dello stile di vita dei propri componenti, offrendo uno spazio di confronto, di solidarietà e di amicizia per le comunità di persone e famiglie con problemi correlati all'azzardo, fumo, alcol, e ad altri comportamenti rischiosi, nonché ai disagi familiari e sociali propri del nostro tempo.

Un cambiamento che diventa una risorsa per la comunità locale.



ACAT Il germoglio Tel. 393.1828139
acatilgermoglio@gmail.com – www.acatilgermoglio.eu
www.facebook.com/acatilgermoglio