

Smartphone

Un uso intelligente dipende da te



La campagna informativa

John Martin Kregel - Dipartimento di Sanità Pubblica



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Bologna

Istituto delle Scienze Neurologiche
Istituto di Ricovero e Cura a Carattere Scientifico



COSTRUIAMO
SALUTE
IL PIANO DELLA PREVENZIONE 2021-2025
DELLA REGIONE EMILIA-ROMAGNA

I messaggi

- Una “regola” comune per il setting di cura

Silenzio qui si cura

Ricordati di silenziare il telefono per non disturbare chi lavora e chi è in attesa.

Se devi parlare al telefono, non utilizzare il vivavoce e allontanati dagli ambulatori.



Il telefono può distrarti dalla relazione con gli operatori sanitari e farti perdere informazioni importanti per la tua salute.

Segui le loro indicazioni e utilizzalo solo se richiesto.



USA IL CELLULARE CON INTELLIGENZA
TUTELA LA TUA SALUTE E L'AMBIENTE



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Bologna

Istituto delle Scienze Neurologiche
Istituto di Ricovero e Cura a Carattere Scientifico

I messaggi

- Comportamenti virtuosi per la vita quotidiana

Smartphone Un uso intelligente dipende da te



BUONE ABITUDINI PER UN UTILIZZO CONSAPEVOLE



Presta attenzione

Il telefono può distrarti dalla relazione con gli operatori sanitari e farti perdere informazioni importanti per la tua salute.

Segui le loro indicazioni e utilizzalo solo se richiesto.



Evita telefonate lunghe

Utilizza gli auricolari o il vivavoce dove non disturbi altre persone oppure alterna spesso l'orecchio durante le conversazioni per limitare l'assorbimento di energia alla testa.



Non tenerlo a contatto

Non tenere il telefono a contatto con il corpo o con il tuo bambino (nella culla o nel passeggino).

Durante la notte non tenerlo acceso sul comodino o sul cuscino. Per chi ha un pace-maker o altri dispositivi medici attivi, non tenerlo vicino all'impianto.



C'è campo?

Telefona in luoghi dove c'è una buona ricezione del segnale.

Utilizzare il telefono in movimento (auto, bus, treno) comporta un aumento delle emissioni.

Quando acquisti un telefono nuovo informati sul livello delle sue emissioni SAR.



Gioca, non stare a guardare

Se hai dei bambini, limita l'utilizzo del telefono per intrattenerli o per calmargli.

Trova alternative creative e porta con te giochi e libri adatti al luogo.



Pensa al pianeta

Per tutelare l'ambiente, limita il ricambio di telefoni a quanto strettamente necessario.

Ricicla il telefono dismesso presso un centro di raccolta comunale o presso un punto vendita senza obbligo di acquisto.

USA IL CELLULARE CON INTELLIGENZA. TUTELA LA TUA SALUTE E L'AMBIENTE



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Bologna

Istituto delle Scienze Neurologiche
Istituto di Ricovero e Cura a Carattere Scientifico



Per saperne di più

Le affissioni

In tutte le principali strutture sanitarie



Il pieghevole

Distribuito dai servizi



La sezione web

Approfondimenti scientifici
e consigli di utilizzo

SERVIZIO SANITARIO NAZIONALE
DI LA RONAGNA
Azienda Usl della Provincia di Bologna
Istituto delle Salute Neurologica
Istituto di Fisiologia e Cura a Carattere Scientifico

[Servizi online](#) [Cittadini](#) [Professionalisti](#) [Operatori economici](#) [L'azienda](#) [Amministrazione trasparente](#)

[Cerca](#) [Facebook](#) [Twitter](#) [Instagram](#) [YouTube](#) [Sito](#)

Ricerca USL di Bologna / Sezioni Tematiche / [Usa il cellulare con intelligenza: tutela la salute e l'ambiente](#)

IL PROGETTO

Usa il cellulare con intelligenza: tutela la salute e l'ambiente

Buone abitudini per un uso consapevole dei dispositivi mobili

[Guarda di più sul progetto](#)



Uso del telefono e gli effetti sulla salute

Evita telefonate lunghe, utilizza gli accessori o il silenzio per limitare l'assorbimento di energia della testa.

Ostacolo cognitivo e distrazione

Il telefono può disorientare dalla relazione con gli altri e farti perdere informazioni importanti. Può essere un pericolo mentre guidi, pedali o cammini per strada.

Ricadute sull'ambiente

Per tutta la famiglia, carica il telefono solo quando è necessario. Ricicla il telefono stesso presso un centro di raccolta consigliato o presso un punto verdezza senza obbligo di acquisto.

Raccomandazioni per tutti e per tutte le età

Bambini e adolescenti

Se sei un bambino, limita l'utilizzo del telefono per i compiti e per camminare. Trova alternative creative e porta con le giochi e libri scelti al luogo in cui vai.

Donne in gravidanza

Non tenere il telefono a contatto con il corpo e con il tuo bambino nella culla o nel passeggino.



“

*Di tutte le cose che si era lasciato alle spalle
nel regno dei vivi, ciò che gli mancava di più
era il telefono.*

Douglas Adams

PER I CITTADINI

[Bandi di concorso](#)
[Auto Mutua Atta](#)
[Info su assenti, visita e asili](#)

CONTATTI

[PEC](#)
[Sito](#)
[Sposto Informazioni](#)
[Ufficio stampa](#)
[Redazione Internet](#)

SEGNALAZIONI ALLA REDAZIONE INTERNET

[Segnala un problema e invia un suggerimento](#)

Smartphone

Un uso intelligente dipende da te



La campagna informativa

John Martin Kregel - Dipartimento di Sanità Pubblica



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Bologna

Istituto delle Scienze Neurologiche
Istituto di Ricovero e Cura a Carattere Scientifico



COSTRUIAMO
SALUTE
IL PIANO DELLA PREVENZIONE 2021-2025
DELLA REGIONE EMILIA-ROMAGNA