I CONSIGLI DELL'IGIENISTA DENTALE

IL FUMO CREA DIPENDENZA, PUOI SMETTERE: INIZIA LA TUA SFIDA E VINCILA!

CERCA LA GIUSTA MOTIVAZIONE

- IL FUMO CREA GRAVI PATOLOGIE
- TUTELA TUA LA SALUTE ORALE CON L'AIUTO DELL'IGIENISTA DENTALE (DENTI GIALLI, ALITO CATTIVO, PARODONTITE)
- MIGLIORA L'ASPETTO ESTETICO (DITA GIALLE E MALEODORANTI, LABBRA SECCHE)
- QUANTIFICA I SOLDI RISPARMIATI E USALI PER REALIZZARE UN TUO DESIDERIO O FARE QUALCOSA PER TE

SCEGLI LA STRATEGIA

- IMPARA TECNICHE DI RESPIRAZIONE
- CERCA DEI DIVERSIVI PER I MOMENTI CRITICI (BEVI ACQUA, MASTICA GOMME SENZA ZUCCHERO, AUMENTA LE ORE DI SONNO)
- LA SIGARETTA ELETTRONICA PUÒ AIUTARTI NELLA FASE DI CESSAZIONE MA PUÒ CREARE COMUNQUE DIPENDENZA E AVERE EFFETTI AVVERSI
- CERCA UN SOSTEGNO PSICOLOGICO (IPNOSI/AUTOIPNOSI, CENTRI ANTIFUMO).

CONCENTRATI SULLA META

- AVERE UNA BOCCA SANA
- GODERE DI OTTIMA SALUTE
- AVERE UN ASPETTO PIÙ CURATO
- TROVARE ALTERNATIVE PIACEVOLI (VIAGGI/ACQUISTI)









GIORNATA INTERNAZIONALE DELL'IGIENISTA DENTALE

SORRIDI ALLA SALUTE

10 Ottobre 2020

Il 10 ottobre festeggiamo insieme la Giornata Internazionale dell'Igienista Dentale in una veste digitale! L'iniziativa, rivolta ai cittadini in tutte le fasce di età, quest'anno vivrà interamente sul sito web www.aiditalia.it, con un progetto coinvolgente realizzato dai Presidenti e i Consiglieri regionali AIDI che includerà quiz, video motivazionali e schede testuali con consigli utili per l'esecuzione di una corretta igiene orale giornaliera e per il mantenimento della salute orale. Tutti i materiali saranno liberamente consultabili in qualsiasi momento dell'anno

...Sorridi alla Salute!



Scannerizza il QR Code e verifica l'iscrizione all'Albo del tuo igienista dentale...affidati a un vero professionista!

Affiliazioni:







Con il patrocinio di



Tutte le CDA territoriali degli Igienisti dentali









Con il contributo non condizionante di













