



GRUPPO DI STUDIO
DRS - SIMRI

March 14, 2025 World Sleep Day

Make Sleep Health a Priority



SIMRI
società italiana per le malattie
respiratorie infantili

THE FLIGHT PLAN to Better Sleep

PIANO DI VOLO
Per dormire meglio

BOARDING PASS

BEDTIME



GATE : BEDTIME 10.00 PM

DESTINATION : DEEP SLEEP

DESTINATION



FAST TRACK TO SLEEP



Il Sonno è il Pass Prioritario per la Salute

Il Priority Boarding evita le lunghe attese in aeroporto e permette di salire a bordo prima, dare la priorità al sonno garantisce energia, concentrazione e benessere per affrontare la giornata senza stress.

NON-STOP FLIGHT TO DREAMLAND



Voli Non-stop per la terra dei sogni

Ogni notte possiamo entrare nel mondo dei sogni. La qualità e la quantità di ore di sonno devono essere adeguate all'età di ogni persona.

SLEEP AIRWAYS: Your Ticket to Better Sleep

VIAGGIO PERFETTO verso un sonno ristoratore

FIRST CLASS SLEEP



Il Sonno di Prima Classe è il lusso che tutti dovrebbero concedersi

Dormire bene è come volare in prima classe, che offre com fort e tranquillità. Crea una zona VIP del sonno nella tua camera: luci soffuse, temperatura ideale, musica rilassante, la voce di un familiare che legge una favola ad un bambino.

Limita l'uso dei dispositivi elettronici prima di dormire, evita l'assunzione di bevande a base di caffeina.

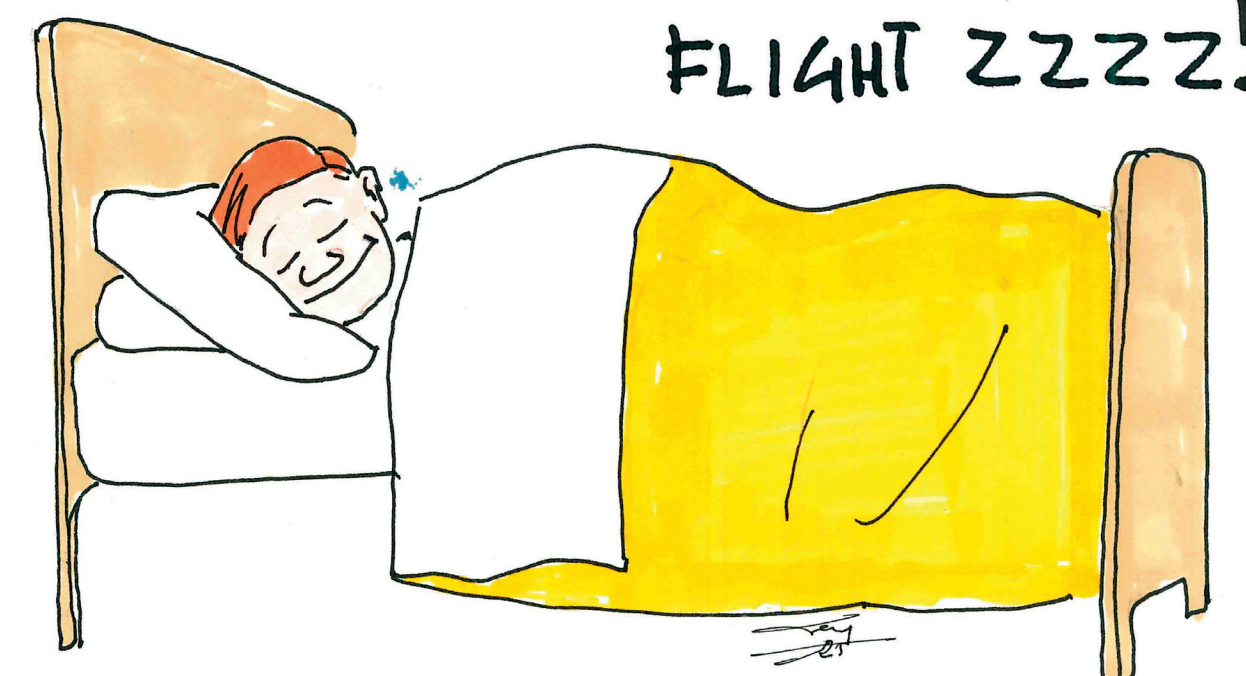
FREQUENT SLEEPER PROGRAM

Più Dormi, più guadagni in salute

Come le miglia accumulate ti danno vantaggi nei viaggi, accumulare ore di sonno di qualità ti porta più energia, creatività e benessere per la mente e per il corpo.



LAST CALL FOR FLIGHT ZZZZ!



Ultima chiamata per il volo ZZZ!

Il russamento "zzz", le pause del respiro nel sonno, la difficoltà ad addormentarsi, i ripetuti risvegli e i movimenti ripetuti degli arti nel sonno non sono fisiologici: vanno segnalati al medico e trattati subito.

Il decollo del sonno

L'assistente di volo annuncia le istruzioni: Allacciate le cinture della routine serale, Spegnete i dispositivi elettronici, Godetevi un volo tranquillo verso la terra dei sogni.

