

SETTIMANA TIPO (168 ore)	RAGAZZI OGGI	Quando noi adulti eravamo ragazzi	NOI ADULTI OGGI
SONNO	53-60 ore - 36%	70 ore – 42%	40-50 ore – 30% non sempre però sonno è anche riposo
SCUOLA/LAVORO	50 ore - 30%	24ore – 14%	50 ore – 30% forse più alta, considerando anche fattori come turni, ritmi più variabili, lavoro di entrambi i coniugi
SPORT	4 ore - 2% (media tra chi fa e chi non fa)	3 ore – 2%	Vedi tempo libero
ATTIVITÀ EXTRA (MUSICA, CATECHISMO, ASSOCIAZ.)	2 ore - 1%	3 ore - 2%	Vedi tempo libero
TECNOLOGIA (TV, PC, VIDEOGIOCHI, CELLULARE)	21 ore - 13%	7 ore – 4%	Vedi tempo libero
FAMIGLIA	10 ore - 6%	30 ore – 18% (anche in senso alla legato quindi zii, cugini, parenti vari)	40ore – 24% di cui - 30h gestione casa/figli 18% - 10h tempo insieme 6%
TEMPO LIBERO	20 ore - già 12% di cui se tecnologia -6% (città pa	31 ore – 18%	18h – 11% comprensive di sport, attività ricreative o sociali, volontariato, telefonate/social, amicizie
IGIENE PERSONALE e/o CURA PROPRIA IMMAGINE			8 ore – 5%