

UNITI PER LA PREVENZIONE

OTT  BRE

*in rosa*

2024

Valcamonica

Sistema Socio Sanitario



Regione  
Lombardia

ATS Montagna

sabato 14 settembre

PISOGNE

### **Il Cammino di Nanniva**

Giro del lago d'Iseo a piedi di Nannina Dellanoce per sensibilizzare sulla prevenzione oncologica

dal 27 al 29 settembre

PISOGNE

### **Festa del Fungo e della Castagna**

Esperienza con tappeti che simulano gli effetti dell'alcol

lunedì 30 settembre

DARFO BOARIO TERME

### **Si è sempre fatto così**

Casa delle Associazioni Sala 89, ore 20,30

Presentazione del libro sull'effetto limitante degli stereotipi con l'autrice Alessia Dulbecco

Promosso da Associazione Multietnica Terre Unite - Centro Antiviolenza Donne e Diritti

Per tutto il mese di ottobre

PISOGNE

### **Consulenza gratuita per smettere di fumare**

Ambulatorio di piazza Mercanti 1

Rivolta a donne, operatori sociali, sociosanitari e sanitari. Su appuntamento chiamando lo 0364.793085

Promossa da Il Mago di Oz scs Onlus

# martedì 1

## DARFO BOARIO TERME

### **Muovi la salute: l'attività fisica per il benessere nella 3° età**

CentroAnziani, ore 14

Incontro con Daria Andreoli sull'importanza dell'attività fisica, del miglioramento dell'equilibrio, il rafforzamento muscolare e la prevenzione delle cadute

### **Infopoint**

Casa di Comunità, via Cercovi 2 dalle 8 alle 12 e dalle 13 alle 15

Info point sulla disassuefazione da fumo di sigaretta e consulenza psicologica finalizzata a intercettare precocemente situazioni di disagio e dipendenza da sostanze o comportamenti a rischio. Rivolto a tutta la popolazione

Promosso da ASST Valcamonica

## EDOLO e OSSIMO

### **Prevenzione cardiovascolare**

Casa di Comunità, dalle 10 alle 12

Rilevazione pressione arteriosa e breve counselling motivazionale sugli stili di vita. Rivolto a tutta la popolazione

Promosso da ASST Valcamonica in collaborazione con IFeC

# mercoledì 2

## PONTE DI LEGNO

### **Prevenzione cardiovascolare**

Casa di Comunità, dalle 10 alle 12

Rilevazione pressione arteriosa e breve counselling motivazionale sugli stili di vita. Rivolto a tutta la popolazione

Promosso da ASST Valcamonica in collaborazione con IFeC

## ESINE

### **Muovi la salute: l'attività fisica per il benessere nella 3° età**

Centro Anziani, ore 15

Incontro con Daria Andreoli sull'importanza dell'attività fisica, del miglioramento dell'equilibrio, il rafforzamento muscolare e la prevenzione delle cadute

## ESINE

### **AllattiAMO**

Ospedale, Sala Conferenze ore 20,30

Incontro sull'allattamento al seno con le Ostetriche e le Infermiere del Nido del Dipartimento Materno Infantile per futuri e neo genitori

Promosso da ASST Valcamonica

## CIVIDATE CAMUNO

### **Presentazione del Centro Antiviolenza**

Centro civico, ore 17

Promosso da Auser, AIDO, Comune di Civate C, Donne e diritti

giovedì 3

## PISOGNE

### **Consulenza per adolescenti/preadolescenti e i loro familiari**

Ambulatorio di piazza Mercanti 1, dalle 15 alle 17; su appuntamento chiamando lo 0364.793085

Nuove dipendenze, gioco d'azzardo e uso delle tecnologie

Promosso da Il Mago di Oz scs Onlus

# venerdì 4

## GRATACASOLO

### **Muovi la salute: l'attività fisica per il benessere nella 3°età**

Centro socio ricreativo e culturale APS Le Macine, ore 15

Incontro con Daria Andreoli sull'importanza dell'attività fisica, il miglioramento dell'equilibrio, il rafforzamento muscolare e la prevenzione delle cadute

## EDOLO ed ESINE

### **Dono-day**

Ingresso ospedale a Edolo e zona accettazione 1° piano Esine Dalle 9 alle 12

In occasione della Giornata Nazionale del Dono saranno presenti Info point con i volontari AIDO. Rivolto a tutta la popolazione con più di 18 anni

Promosso da ASST Valcamonica con AIDO

# sabato 5

## BRENO

### **Convegno Ambiente e Salute**

Cinema Giardino dalle 8,30 alle 13

Promosso dall'Ordine dei Medici

## CAPO DI PONTE

### **2° Derby camuno della salute**

Campo sportivo, dalle 15,30

Triangolo amichevole di calcio fra le rappresentative dei dipendenti della ASST Valcamonica e del Gruppo Aragosta

A seguire stand gastronomico a cura del Gruppo Aragosta di Capo di Ponte

Promosso da ASST Valcamonica

## CIVIDATE CAMUNO

### **Camminata fino alla Minerva**

Ritrovo alla Pia Fondazione, ore 16

Camminata con tappe di movimento guidato da fisioterapisti con rilevazione dei parametri vitali da infermiere e misurazione benessere cognitivo. Al termine aperitivo salutare

Promosso dalla Pia Fondazione di Valcamonica Onlus

domenica 6

ESINE

## **Camminata metabolica**

Da Atri in Abruzzo in collaborazione con Forever, ultima tappa ad Esine con svolgimento di esercizi e merenda salutare

Promosso da Comitato Andos di Vallecamonica - Sebino

lunedì 7

## DARFO BOARIO TERME

### **Camminiamoinsieme**

Ritrovo in via Arca dei Salici, ore 10,30

Gli educatori e gli ospiti del Centro Diurno Disabili organizzano il Gruppo di Cammino per sostenere il benessere psicofisico, un percorso semplice di 60-90 minuti, con la supervisione di un laureato in Scienze motorie. In caso di pioggia l'evento sarà sospeso.

Promosso da **Azzurra scs Onlus**

## CEDEGOLO

### **Incontro con la Biblioteca**

Ritrovo all'aperto per leggere e camminare verso la Biblioteca per fare merenda.insieme

Promosso da **Abio Esine, Biblioteca di Cedegolo, Casa Panzerini, Leggo perte Valle Camonica**

## ESINE

### **Il gioco e la lettura come stimoli per una crescita armoniosa**

Ospedale, Sala informatica al 2° piano corridoio Ostetricia/Pediatria  
Riflessioni condivise sul gioco e la lettura come strumenti per migliorare il benessere del bambino e la relazione con i genitori. Introduzione teorica e sessione laboratoriale genitori e bambini, brevi letture guidate da esperti di Nati per leggere. Rivolto a genitori e nonni con bambini da 0 a 1 anno. Info Segreteria Consultori 0364.329408

Promosso da **ASST Valcamonica**

### **Disuassefazione da fumo di sigarette**

Casa di Comunità, dalle 9 alle 15

Visite mediche tabaccologiche con valutazione della dipendenza da nicotina e rilevazione del monossido. Rivolto a tutta la popolazione, fumatori e non

Info 0364.540236

Promosso da **ASST Valcamonica**

# martedì 8 ottobre

## DARFO BOARIO TERME

### **Disuassefazione da fumo di sigarette**

Casa di Comunità, dalle 9 alle 15

Visite mediche tabaccologiche con valutazione della dipendenza da nicotina e rilevazione del monossido. Rivolto a tutta la popolazione, fumatori e non. Info allo 0364.540236

Promosso da ASST Valcamonica

### **Consulenza psicologica**

Casa di comunità, dalle 9 alle 15

Consulenza finalizzata a intercettare precocemente situazioni di disagio e dipendenza da sostanze o comportamenti a rischio, con particolare attenzione al disagio psicologico di adolescenti e giovani adulti che usano in modo improprio i dispositivi digitali

Promosso da ASST Valcamonica

## GIANICO

### **Incontro con la Biblioteca**

Ritrovo in uno spazio aperto per letture e a seguire una passeggiata e la merenda tutti insieme.

Promosso da Abio Esine e Biblioteca di Gianico

# giovedì 10

## PISOAGNE

### **Muovi la salute: attività fisica per la salute e il benessere della terza età**

Centro Anziani, ore 14

Incontro con Daria Andreoli sull'importanza dell'attività fisica, il miglioramento dell'equilibrio, il rafforzamento muscolare e la prevenzione delle cadute

### **Consulenza psicologica per adolescenti, preadolescenti e familiari**

Piazza Mercanti, 1 dalle 15 alle 17

A tema nuove dipendenze, gioco d'azzardo e utilizzo delle tecnologie

Promosso da Il Mago di Oz scs Onlus

## ESINE

### **Il gioco e la lettura come stimoli per una crescita armoniosa**

Ospedale Sala Informatica al 2° piano corridoio Ostetricia/Pediatria

Sessione laboratoriale condivisa con mamme e bambini e brevi letture guidate da esperti di Nati per leggere.

Per genitori, nonni e chi si occupa dei bimbi e bambini tra 0 e 1 anno. Info allo 0364.329408.

Promosso da Asst Valcamonica

### **Open day sulla salute mentale**

In occasione della Giornata Mondiale della Salute mentale info point di sensibilizzazione sull'importanza della diagnosi precoce e per favorire l'accesso alle cure, superando pregiudizi, stigma e paure verso le malattie psichiche

Rivolto a tutta la popolazione

Promosso da ASST Valcamonica in collaborazione con ONDA

### **Info point**

Ospedale, zona accettazione al 1° piano, dalle 8 alle 12 e dalle 13 alle 15

Disuasazione da fumo di sigaretta e consulenza psicologica per intercettare precocemente situazioni di disagio e dipendenza da sostanze o comportamenti a rischio

Promosso da ASST Valcamonica

BERZO DEMO

## **Progetto SS42 Adulti e consumi. Sostanze psicoattive , rischi e fattori di protezione, ne parliamo?**

Centro Polifunzionale di Demo, ore 20

Serata informativa rivolta agli adulti sui rischi delle sostanze psicoattive e i fattori di protezione

Promosso da Amica OdV in occasione del loro trentennale

BRENO

## **Docufilm sulla salute mentale**

Cinema Giardino

Promosso da Alleanza per la Salute mentale di Vallecamonica OdV di

Bienno e Cooperativa sociale Si può di Darfo Boario Terme

venerdì 11

ESINE

## **Il coraggio della leggerezza**

Ospedale , Sala Conferenze, ore 20

Incontro per le donne operate al seno per comprendere e accettare la trasformazione fisica e psicologica durante la malattia: come cambia il rapporto con se stesse e con il proprio partner, la violenza di genere nella malattia oncologica, come riconoscerla e superarla

Promosso da ASST Valcamonica in collaborazione con Andos e Il Cerchio della Luna

sabato 12

NIARDO - BERZO INFERIORE

## **2° Camminata del Beato Innocenzo**

Ritrovo al Campo sportivo di Niardo ore 14,45 Camminata non competitiva da Niardo a Berzo Inferiore **Promosso da Nero Verdi Vintage e Gruppo Aragosta OdV**

lunedì 14

DARFO BOARIO TERME

## **Camminiamo insieme**

Ritrovo in via Arca dei Salici, ore 10,30

Gli educatori e gli ospiti del Centro Diurno Disabili organizzano il Gruppo di Cammino per sostenere il benessere psicofisico, un percorso semplice di 60-90 minuti, con la supervisione di un laureato in Scienze motorie. In caso di pioggia l'evento sarà sospeso.

**Promosso da Azzurra scs Onlus**

martedì 15

ESINE

### **Book Club: medicina narrativa**

Ospedale, Sala riunioni Direzione medica di presidio, dalle 16,30 alle 18  
Momento d'incontro, confronto, discussione e scambio di riflessioni partendo da un libro condiviso rivolto ai dipendenti dell'ASST Valcamonica **Promosso da ASST Valcamonica**

PISOGNE

### **Disassuefazione dal fumo di sigaretta**

Casa di Comunità, dalle 9 alle 15  
Visite mediche tabaccologiche con valutazione della dipendenza da nicotina e rilevazione del monossido di carbonio. Rivolto a fumatori e non **Promosso da ASST Valcamonica**

### **Consulenza psicologica**

Casa di comunità, dalle 9 alle 15  
Consulenza per intercettare precocemente situazioni di disagio e dipendenza da sostanze o comportamenti a rischio con particolare attenzione al disagio psicologico di adolescenti e giovani adulti che usano in modo improprio dispositivi elettronici. Rivolto a tutta la popolazione. Info 0364.540236 **Promosso da ASST Valcamonica**

mercoledì 16

BRENO

### **Ambulatorio Menopausa**

Consultorio di Breno, Ambulatorio Ostetrico ginecologico dalle 9 alle 12  
Incontro dedicato alle donne in peri-menopausa con l'Ostetrica sui cambiamenti di questo periodo  
Per prenotazioni 0364.329408  
**Promosso da ASST Valcamonica**

giovedì 17

PISOGNE

## **Consulenza psicologica per adolescenti, preadolescenti e familiari**

Ambulatorio piazza Mercanti 1 dalle 15 alle 17 su appuntamento chiamando il n.0364.793085

A tema nuove dipendenze, gioco d'azzardo e uso delle tecnologie

Promossa da Il mago di Oz scs Onlus

DARFO BOARIO TERME

## **Il centro Antiviolenza Donne e diritti apre le porte**

Centro Antiviolenza via Bardolini 4 ore 17 e 18,30

Visita e illustrazione dell'attività del Centro, solo su prenotazione inviando una mail a [donnedirittidarfo@gmail.com](mailto:donnedirittidarfo@gmail.com)

Promosso da Associazioni Multietnica Terre Unite Centro Antiviolenza Donne e diritti

ESINE

## **Serata Latte e coccole**

Incontro sull'allattamento al seno con le Ostetriche e le Infermiere del Nido del Dipartimento Materno Infantile per futuri e neo genitori

Promosso da ASST Valcamonica

EDOLO

## **Infopoint**

Disassuefazione dal fumo di sigaretta e consulenza psicologica per intercettare precocemente situazioni di disagio e dipendenza da sostanze o comportamenti a rischio. Rivolta a tutta la popolazione

Promosso da

18 ottobre

## CAPO DI PONTE

### **Una per tutte**

Fino al 31 ottobre, durante le partite di pallavolo dei campionati CSI una giocatrice indosserà una maglia in rosa in campo  
Promosso dal Comitato CSI Vallecamonica

## **Prevenzione e salute**

Cittadella della Cultura, ore 20,30  
Convegno  
Promosso da Gruppo Aragosta OdV

## ESINE

### **Osteoporosi in ottica di genere**

Cittadella della Cultura, ore 20  
Convegno su salute e prevenzione: il punto di vista di ortopedico, fisiatra, geriatra, medico nutrizionista e medico di medicina generale  
Rivolto a tutta la popolazione  
Promosso da ASST Valcamonica

## **La bella età: incontri mamme e figlie**

Ospedale Sala informatica 2° piano (corridoio Ostetricia/Pediatria)  
Ciclo di tre incontri in piccoli gruppi con una psicologa e un'ostetrica del Consultorio sul tema dell'affettività e per accompagnare le ragazze alle soglie dello sviluppo sessuale e le loro mamme alla scoperta dei cambiamenti del corpo, del ciclo femminile e della fisiologia del ciclo mestruale .  
Per ragazze fra gli 11 e i 13 anni con le loro mamme, per info Segreteria Consultori tel 0364329408  
Promosso da ASST Valcamonica

19 ottobre

GIANICO, PIAN CAMUNO e ARTOGNE

### **Camminata in rosa con letture per bambini**

Parco giochi di Gianico e Pian Camuno , ore 15,30

Scuola materna di Artogne ore 16,30

Letture a Gianico e Pian Camuno, seguite da passeggiata fino ad Artogne e in chiusura merenda per tutti

Promosso da Leggo per te Vallecamonica

PONTE DI LEGNO

### **Letture d'autunno**

Letture per bambini in compagnia di mamma, papà o dei loro accompagnatori. A seguire merenda

PONTE DI LEGNO e VEZZA D'OGLIO

### **Camminata da Vezza d'Oglio a Ponte di Legno**

Promosso da AVIS e AIDO Cedegolo e Grevo, Amici Via Valeriana in collaborazione con Cammino di Carlo Magno

# domenica 20

## LOVERE, PISOGNE e DARFO

### **Camminata in rosa**

Partenza congiunta a Lovere, Pisogne e Darfo con arrivo a Costa Volpino. Partecipazione dei Comuni di Castro, Pian Camuno, Artogne, Gianico e Sovere. Stand informativi e di sensibilizzazione sui rischi legati all'alcol. Attività interattiva con il Percorso Alcovista, occhiale che simula gli effetti dell'alcol sulla percezione visiva

Promosso da Con Andrea per... e AVIS e AIDO di Pisogne

## ARTOGNE

### **Il podio della salute Premiazioni Coppa Camunia 2024**

Camminata aperta a tutti di 3 km, giochi all'oratorio e presentazione dei Gruppi di Cammino

ore 14,30

Promosso da Comitato territoriale CSI Vallecamonica

# lunedì 21

## DARFO BOARIO TERME

### **Camminiamo insieme**

Ritrovo in via Arca dei Salici, ore 10,30

Gli educatori e gli ospiti del Centro Diurno Disabili organizzano il Gruppo di Cammino per sostenere il benessere psicofisico, un percorso semplice di 60-90 minuti, con la supervisione di un laureato in Scienze motorie. In caso di pioggia

l'evento sarà sospeso.

martedì 22

## CEDEGOLO

### **Disassuefazione da fumo di sigaretta**

Casa di Comunità dalle 9 alle 15

Visite mediche tabaccologiche con valutazione della dipendenza da nicotina e rilevazione del monossido da carbonio

Rivolta a tutta la popolazione, fumatori e non. Per info 0364.540236

**Promosso da ASST Valcamonica**

## CEDEGOLO ed ESINE

Casa di Comunità a Cedegolo, in via Nazionale e Ospedale di Esine zona accettazione al piano 1

**Infopoint** dalle 8,30 alle 12,30

Punto informativo per tutta la popolazione sulle iniziative del Consultorio dedicate alla salute delle donne

**Consulenza psicologica** dalle 9 alle 15

Per intercettare precocemente situazioni di disagio e dipendenza da sostanze o comportamenti a rischio, con particolare attenzione al disagio psicologico di adolescenti e giovani adulti che usano in modo improprio i dispositivi digitali

Rivolto a tutta la popolazione, info allo 0364.540236

**Promossi da ASST Valcamonica**

giovedì 24

EDOLO

## **Incontro sulla prevenzione oncologica**

Centro Anziani, nel pomeriggio

Con personale ATS

PISOGLNE

## **Consulenza psicologica per adolescenti/preadolescenti e i loro familiari**

Ambulatorio di piazza Mercanti 1, dalle 15 alle 17; appuntamento chiamando lo 0364.793085

A tema nuove dipendenze, gioco d'azzardo e uso delle tecnologie

Promosso da Il Mago di Oz scs Onlus

venerdì 25

ESINE

## **La bella età - Incontri mamme e figlie**

Ospedale, sala informatica al 2° piano (corridoio Ostetricia Pediatria)

Ciclo di tre incontri in piccoli gruppi con una psicologa e un'ostetrica del Consultorio sul tema dell'affettività e per accompagnare le ragazze alle soglie dello sviluppo sessuale e le loro mamme alla scoperta dei cambiamenti del corpo, del ciclo femminile e della fisiologia del ciclo mestruale.

Per ragazze fra gli 11 e i 13 anni con le loro mamme per info Segreteria Consultori 0364.329408

Promosso da ASST Valcamonica

BRENO

## **Gruppo Donne nel Mondo**

Sala Corsi del Consultorio dalle 9,30 alle 11,30

Incontro con un'assistente sociale e un'ostetrica rivolto a donne straniere sulla salute sessuale e affettiva e sulla prevenzione al femminile, con la presenza di mediatori culturali. Per info Segreteria Consultori 0364.329408

Promosso da ASST Valcamonica

# sabato 26

## PIAN CAMUNO

### **Concerto 100 donne**

Palazzetto alle 20,30

Concerto bandistico con 4 cantanti liriche e una cantante solista

# domenica 27

## ESINE

### **La bella età incontra mamme figlie**

Incontri mamme-figlie su affettività .

Ospedale, sala informatica al 2° piano (corridoio Ostetricia Pediatria)

Ciclo di tre incontri in piccoli gruppi con una psicologa e un'ostetrica del

Consultorio sul tema dell'affettività e per accompagnare le ragazze alle soglie dello sviluppo sessuale e le loro mamme alla scoperta dei cambiamenti del corpo, del ciclo femminile e della fisiologia del ciclo mestruale.

Per ragazze fra gli 11 e i 13 anni con le loro mamme per info Segreteria

Consultori 0364.329408

Promosso da ASST Valcamonica

## DARFO BOARIO TERME

### **Camminiamo insieme**

Ritrovo in via Arca dei Salici, ore 10,30

Gli educatori e gli ospiti del Centro Diurno Disabili organizzano il Gruppo di

Cammino per sostenere il benessere psicofisico, un percorso semplice di

60-90 minuti, con la supervisione di un laureato in Scienze motorie. In caso di pioggia l'evento sarà sospeso.

Promosso da Azzurra scs Onlus

martedì 29

## EDOLO

### **Disassuefazione da fumo di sigaretta**

Ospedale, dalle 9 alle 15

Visite mediche tabaccologiche con valutazione della dipendenza da nicotina e rilevazione del monossido da carbonio

Rivolta a tutta la popolazione, fumatori e non. Info 0364.540236

Promosso da ASST Valcamonica

### **Consulenza psicologica**

Ospedale, dalle 9 alle 15

Consulenza finalizzata a intercettare precocemente situazioni di disagio e dipendenza da sostanze o comportamenti a rischio con particolare attenzione al disagio psicologico di adolescenti e giovani adulti che usano in modo improprio i dispositivi digitali. Rivolto a tutta la popolazione, info 0364.540236

Promosso da ASST Valcamonica

# 31 ottobre

## PISOGNE

Ambulatorio di piazza Mercanti, 1 dalle 15 alle 17

Ambulatorio dedicato ad adolescenti/preadolescenti e ai loro familiari per consulenza in tema di nuove dipendenze, gioco d'azzardo e uso tecnologie. Su appuntamento chiamando lo 0364.793085

Promosso da Il Mago di Oz scs Onlus

# 25 Novembre

## ESINE

Ospedale, Sala riunioni

Incontro dedicato alle donne che subiscono violenze verbali, psicologiche e fisiche in famiglia. Serata a perta a tutti

Promosso da Comitato ANDOS di Vallecamonica