

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 Nanniva Dellanoce per sensibilizzare sulla prevenzione oncologica

dal 27 al 29 settembre

PISOGNE

## Festa del Fungo e della Castagna

ore 14,30 Esperienza con tappeti che simulano gli effetti dell'alcol  
Promosso da Cooperativa sociale di Bessimo

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 Multi-etnica Terre Unite - Centro Antiviolenza Donne e Diritti

Per tutto il mese di ottobre

## Sensibilizzazione sull'affido

In linea con un'idea di salute che riguarda ognuno di noi, in ogni fase di vita, e quindi anche la sana e serena crescita dei nostri bambini e ragazzi promuoviamo, grazie a Ottobre in rosa, la cultura del dono. Anche il tempo si può donare ed è per questo che, nel corso delle iniziative che si terranno nel mese di ottobre sarà consegnato il materiale del servizio affidi dell'Azienda Territoriale per i Servizi alla Persona. Donare un poco del nostro tempo può significare molto.

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 laureata in scienze motorie 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 ai fumatori

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

## CIVIDATE CAMUNO

### Presentazione del Centro Antiviolenza

Centro civico, ore 17

Promosso da Auser, AIDO, Comune di Cividate C., Donne e diritti

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

## Muovi la salute: l'attività fisica per la salute e il benessere nella terza età

Incontro con laureata in scienze motorie per importanza attività fisica,

miglioramento dell'equilibrio, rafforzamento muscolare e prevenzione cadute

Promosso da Associazione Arte di Vivere centro anziani Esine/Ats Montagna

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

ESINE

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

Centro Anziani, ore 14

Incontro con laureata in Scienze Motorie sull'importanza dell'attività fisica, del miglioramento dell'equilibrio, il rafforzamento muscolare e la prevenzione delle cadute

Promosso da Centro Anziani Esine e ATS Montagna

## BIENNO

### I cantautori e le donne di Diego Chenti

Teatro Simoni Fe', ore 21

Concerto in rosa. Ingresso 5 euro a sostegno di Andos

Promosso da Leggo per te Val-Kinetic

## GRATACASOLO

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

Centro socio ricreativo e culturale APS Le Macine, ore 15

Incontro con laureata in scienze motorie sull'importanza dell'attività fisica, il miglioramento dell'equilibrio, il rafforzamento muscolare e la prevenzione delle cadute

Promosso da Centro Socio Ricreativo Culturale APS Le macine Gratacasolo/Ats Montagna

## 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**

## ESINE

### Assegnazione Premio Stella della Donazione

Sala Conferenze ospedale, ore 10,30

Promosso dalla Fondazione Trapianti Onlus in collaborazione con Regione Lombardia

## ESINE

### **VAX DAY Campagna antinfluenzale 2024-2025**

Centro vaccinale, piano terra zona commissione invalidi/patenti, dalle 9 alle 17

Aperto a tutta la popolazione

Promosso da ATS Montagna

## 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

Triangolare 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

## CORTENO GOLGI

### Camminata

Ore 14.30

Camminata e a seguire merenda

Promosso da Comitato ANDOS di Vallecamonica - Sebino e ProLoco Corteno

## PIAN CAMUNO

### Festa iniziale attività giovanile del CSI

Ore 14

Promosso da Comitato Territoriale CSI Vallecamonica

## ESINE

### Camminata metabolica

Parco delle Fontanelle, ore 10

Da Atri in Abruzzo in collaborazione con Forever, ultima tappa ad Esine con svolgimento di esercizi e merenda salutare. Saranno presenti a questa manifestazione gli operatori del Centro Screening di ATS Montagna per fornire informazioni a donne e uomini e per valutare la situazione screening: mammografico, colon retto e test HPV/Pap Test.

Promosso da Comitato Andos di Vallecamonica - Sebino e Centro Screening Oncologici ATS Montagna

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

### Un goloso pic-nic: storia merenda

Dalle 16 alle 17,30

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

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

## ESINE

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

Ospedale, Sala informatica o2° piano corridoio Ostetricia/Pediatria ore 14,30

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**

## ANGOLO TERME

### Muovi la salute: l'attività fisica per la salute e il benessere nella terza età

Centro Anziani via Regina Elena 52, ore 15

Incontro con laureata in scienze motorie per importanza attività fisica, miglioramento dell'equilibrio, rafforzamento muscolare e prevenzione cadute

Promosso da **Centro Anziani di Angolo e ATS Montagna**



martedì 8

## DARFO BOARIO TERME

### Disassuefazione da fumo di sigaretta

Casa di Comunità, dalle 9,30 alle 12 e dalle 13 alle 15

Visite mediche tabaccologiche con valutazione della dipendenza da nicotina e rilevazione del monossido. Rivolto ai fumatori . Info allo 0364.540236

Promosso da ASST Valcamonica

### Consulenza psicologica

Casa di comunità, dalle 9,30 alle 12 e dalle 13 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

### Un goloso pic-nic: storia merenda

Ritrovo dalle 16 alle 17,30 in uno spazio aperto per letture e a seguire una passeggiata e la merenda tutti insieme.

Promosso da Abio Esine e Biblioteca di Gianico

mercoledì 9

## PISOGNE

### L'alimentazione, un'amica per la prevenzione

Romanix, ore 20,30

Relatrice: Stefania Berlinghieri

Promosso da Comune di Pisogne

giovedì 10

## PISOGNE

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

Centro Anziani, ore 14

Incontro con laureata in Scienze motorie sull'importanza dell'attività fisica, il miglioramento dell'equilibrio, il rafforzamento muscolare e la prevenzione delle cadute

Promosso da Centro Anziani Pisogne e ATS Montagna

### **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

### **Open day sulla salutementale**

Ospedale, piano 1 zona accettazione/casse

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

Disassuefazione da fumo di sigaretta e consulenza psicologica per intercettare precocemente situazioni di disagio e dipendenza da sostanze o comportamenti a rischio. Rivolto ai fumatori

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 Cooperativa di Bessimo e Associazione Arnica OdV in occasione dell'orotrentennale

## BRENO

### Giornata della salute mentale

Cinema Giardino, ore 18,30

Incontro di presentazione delle realtà che si occupano di salute mentale.

A seguire apericena e concerto di Piergiorgio Cinelli per la salute mentale

Promosso da Alleanza per la Salute mentale di Vallecamonica OdV di

Bienno e Cooperativa sociale Si può di Darfo Boario Terme, ASST

Valcamonica e Rete territoriale Salute Mentale

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

## CEVO

### Passeggiata in Val Savio

ore 14,30

Passeggiata con momenti di riflessione e pause musicali. merenda sana con frutta a metà percorso

Promossa da Casa Panzerini

# 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

## NIARDO

### Muovi la salute: l'attività fisica per la salute e il benessere nella terza età

Palestra della scuola elementare in via Valle ore, 14,30

Incontro con laureata in scienze motorie per importanza attività fisica, miglioramento dell'equilibrio, rafforzamento muscolare e prevenzione delle cadute

Promosso da Centro Anziani e ATS Montagna

# 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 9,30 alle 12 e dalle 13 alle 15

Visite mediche tabaccologiche con valutazione della dipendenza da nicotina e rilevazione del monossido di carbonio. Rivolto a fumatori

**Promosso da ASST Valcamonica**

### **Consulenza psicologica**

Casa di comunità, dalle 9,30 alle 12 e dalle 13 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**

## PISOEGNE

### Consulenza psicologica per adolescenti, preadolescenti e famigliari

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 18,15

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

Ospedale , dalle 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

## EDOLO

### Infopoint

Ospedale, dalle 8 alle 12 e dalle 13 alle 15

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

Promosso da ASST Valcamonica

## BIENNO

### Incontro informativo sul tumore al seno: prevenzione, diagnosi e cura

Biblioteca Comunale, ore 20

Con la dott.ssa Nadia Pasinetti

Promosso da Leggo per te Val - Kinetic

# venerdì 18

## 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

Ospedale, Sala Conferenze piano terra, 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) dalle 14,30 alle 16,30

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

sabato 19

GIANICO, PIAN CAMUNO e ARTOGNE

**Camminata in rosa con letture per bambini**

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

Arrivo alla 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**

Biblioteca, ore 15,30

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

Promosso da Leggo per te Valcamonica

PONTE DI LEGNO e VEZZA D'OGGIO

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

Ritrovo ore 9

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

BERZO DEMO

**Concerto dell'orchestra Il Plettro**

Centro Polifunzionale, ore 20,30

Promosso da Associazione Casa Panzerini



# domenica 20

## LOVERE, PISOGNE e DARFO

### Camminata in rosa

Partenza contemporanea da Lovere, Pisogne e Darfo alle 8 e alle 9,30 da Rogno con arrivo a Costa Volpino. Partecipazione dei Comuni di Castro, Pian Camuno, Artogne, Gianico e Sovere. **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.

**Promosso da Azzurra scs Onlus**

martedì 22

## CEDEGOLO

### Disassuefazione da fumo di sigaretta

Casa di Comunità dalle 9,30 alle 12 e dalle 13 alle 15

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

Rivolta ai fumatori. Per info 0364.540236

Promosso da ASST Valcamonica

## Consulenza psicologica

Casa di Comunità a Cedegolo, in via Nazionale dalle 9 alle 12 e dalle 13 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

Promosso da ASST Valcamonica

## ESINE

### Infopoint dalle 8,30 alle 12,30

Ospedale di Esine zona accettazione al piano 1

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

Promosso da ASST Valcamonica

giovedì 24

EDOLO

**Arte di vivere: incontro sulla prevenzione oncologica**

Centro Anziani, ore 14,30

Promosso da Centro Anziani Arte di vivere e ATS Montagna

PISOEGNE

**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 Magodi Ozscs Onlus

venerdì 25

ESINE

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

Ospedale, sala informatica al 2° piano (corridoio Ostetricia Pediatria), dalle 14,30 alle 16,30

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 per Andos

Palazzetto alle 20,30

Concerto bandistico con 4 cantanti liriche e una cantante solista. Saranno presenti a questa manifestazione gli operatori del Centro Screening di ATS Montagna per fornire informazioni a donne e uomini e per valutare la situazione screening: mammografico, colon retto e test HPV/Pap Test

Promosso da Comitato Andos di Valcamonica-Sebino e Centro Screening oncologico di ATS Montagna

## BIENNO

### Camminata per la cura nel borgo, arte e benessere

Ore 15

Testimonial Nadia Fanchini, partecipazione 10 euro che sarà devoluto ad AICR e ABE

Promosso da Comune di Bienno

## CEDEGOLO

### Presentazione del libro di Dolores

Casa Panzerini, ore 16

Promosso da Casa Panzerini

lunedì 28

## ESINE

### La bella età incontri mamme e figlie

Incontri mamme-figlie su affettività .

Ospedale, sala informatica al 2° piano (corridoio Ostetricia Pediatria dalle 14,30

Ciclo di 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. Info Segreteria Consultori 0364.329408 Promosso da ASST Valcamonica

## ScuolAbio: le buone connessioni con e nell'ospedale

Ospedale, reparto di Pediatria dalle 8,30 alle 12

Evento sulla lettura e in collaborazione con la maestra della Pediatria e l'istituto comprensivo di Esine

Promosso da Abio Esine e Biblioteca di Gianico

## Darfo Boario Terme

### Camminiamo insieme

Ritrovo al parcheggio della ciclabile in via Arca dei salici (vicino al river oglio bike park), alle 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 Società Cooperativa Sociale Onlus

## DARFO BOARIO TERME

### Il Gioco d'azzardo patologico: conoscerlo per riconoscerlo

Castelletto, ore 10

Incontro rivolto agli ospiti della Cooperativa Si può Onlus sul tema della ludopatia.

Promosso da Cooperativa Si può Onlus, Anteas Valcamonica. Adiconsum e Asst Valcamonica

martedì 29

## EDOLO

### Disassuefazione da fumo di sigaretta

Ospedale, dalle 9,30 alle 12 e dalle 13 alle 15

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

Rivolta ai fumatori. 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

## giovedì 31

### PISOGNE

#### Da vecchie a nuove dipendenze: sfide del presente e trading patologico

Giornata formativa via web dalle 9 alle 13 a questo link [https://us06web.zoom.us/j/87614627775?](https://us06web.zoom.us/j/87614627775?password=pwd=xsg9PxdwmGQHURICzboCKZie9mQ77U.1)

password pwd=xsg9PxdwmGQHURICzboCKZie9mQ77U.1

Promossa da Il Mago di Oz scs

#### Consulenza per adolescenti/preadolescenti e familiari

Ambulatorio di piazza Mercanti, 1 dalle 15 alle 17

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

## Ottobre e Novembre

### Capillaroscopia gratuita ai malati reumatici

Per info e prenotazioni chiamare Silvia Tognella di Alomar al 3456440093

Promosso da Alomar OdV

## 25 novembre

### ESINE

Ospedale, Sala riunioni ore 20

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

Promosso da Comitato ANDOS di Vallecamonica e ASST Valcamonica