



OTTOBRE ROSA 2021



Il filo di Arianna

edizione
2021

ITINERARI ROSA ATTRAVERSO I TERRITORI DEL DISTRETTO DI VIGNOLA

Partecipa ai nostri eventi e condividi sui social con

#ottobrerosa2021 distrettodivignola



UNA COCCOLA PER TE

buono omaggio piega/taglio capelli offerto da:

- Karisma (Vignola) tel. 059.765719
- Tocco di Forbici (Vignola) tel. 389.2353876
- Anto di Giovanelli Antonella (Vignola) tel. 059.762795
- Silvia parrucchiera (Vignola) tel. 059.762208
- Angela New Hair (Savignano) tel. 059.761107
- L'Angolo Parrucchieria (Marano) tel. 059.793382
- Ines Vicini Vignola tel. 338.6370621

SI RINGRAZIANO I PARRUCCHIERI
del territorio che hanno aderito all'iniziativa

In collaborazione con:

Associazione #iostoconvoi	Centro per le Famiglie UTdC
Avis Spilamberto	Sistema Bibliotecario UTdC
MuoviSPILLA	Agro Filo e Dintorni,
MuoviCASTELNUOVO	Cercasi Nonne,
MuoviVI	Ortofrutta Bortolotti
Movimento è Salute	Giuseppina Castelvetro,
"Camminate tra i Ciliegi"	Museo del Castagno di Zocca,
"Camminate tra i Castagni"	Aletica Zocca
"Amici di Montalto"	RITMO

PROGRAMMI DI SCREENING ONCOLOGICI OFFERTI DALL'AZIENDA USL DI MODENA

Molti tumori, se identificati precocemente hanno maggiori probabilità di guarigione.

Per questo è importante aderire ai programmi di screening, offerti gratuitamente alle persone che rientrano nelle fasce di età in cui è più alto il rischio di ammalarsi. L'obiettivo è prevenire o diagnosticare precocemente alcuni tumori in fase iniziale, garantendo un percorso completo di assistenza: eventuali approfondimenti, trattamenti di cura e follow-up.

L'Azienda USL di Modena invita le persone che rientrano nella fascia di età prevista per ciascuno screening, residenti o domiciliate sul territorio provinciale, con una lettera a domicilio.

SCREENING MAMMOGRAFICO; prevede l'esecuzione della mammografia annuale per le donne di età compresa tra i 45 ed i 49 anni e ogni due anni per le donne di età compresa tra i 50 e i 74 anni, con valutazione del rischio eredo-familiare dei tumori della mammella e dell'ovaio

Aderisco perché:

- mi voglio bene.

- il tumore al seno è il primo tumore femminile per frequenza e causa di morte nelle donne e partecipare allo screening riduce del 35% la probabilità di morire per cancro, aumenta la possibilità di guarigione e gli interventi chirurgici sono meno demolitivi.

Numero unico aziendale 059 438001

da lunedì a venerdì 8.30 - 17.00

sabato 8.30 - 12.00

screeningmammo@ausl.mo.it

SCREENING AL COLLO DELL'UTERO; prevede l'esecuzione del Pap test, ogni tre anni, per le donne di età compresa tra i 25 ed i 29 anni e del test HPV, ogni 5 anni, per le donne di età compresa tra 30 e i 64 anni.

SCREENING DEL COLON RETTO; offerto a donne e uomini di età compresa tra i 50 e i 69 anni, prevede l'esecuzione del test per la ricerca di sangue occulto nelle feci ogni due anni.

OTTOBRE ROSA 2021 - ITINERARI ROSA ATTRAVERSO I TERRITORI DEL DISTRETTO DI VIGNOLA

PROGRAMMA INIZIATIVE

L'Azienda USL, tutti i Comuni del Distretto di Vignola in collaborazione con le associazioni del territorio, organizzano la 3° edizione della rassegna di eventi rivolti alla cittadinanza dal titolo: Il filo "ROSA" di Arianna 2021. Partecipa anche tu agli eventi "Comuni" del Distretto di Vignola e condividili sui social col tag #OttobreRosa2021distrettodivignola per sensibilizzare alla prevenzione del tumore al seno, sottolineando l'importanza dell'adesione a tutti gli screening per la diagnosi precoce e all'adozione di sani stili di vita, per ridurre il rischio di sviluppo delle malattie e per promuovere salute.

Si ricorda che, in ossequio all'attuale normativa in tema di diffusione del virus Covid, pur trattandosi di manifestazione all'aperto, sarà necessario mantenere il distanziamento previsto durante le attività motorie e indossare la mascherina nell'ipotesi in cui si verificano situazioni che non consentano tale distanziamento. Per ciascuna attività proposta nella rassegna è indicato un recapito per informazioni e individuato un referente che si occuperà di sorvegliare affinché le disposizioni di sicurezza emanate nell'ambito dell'emergenza sanitaria vengano rispettate.

Prendiamoci cura di noi stesse, ogni giorno.

DOMENICA 3 OTTOBRE

@Montese Camminata "NEI BOSCHI MAGICI DI MONTE BALGARO" località Montalto di Montese
Associazione Amici di Montalto (escursione della durata di 3 ore circa, con soste) percorso di 7,5 km dislivello 441 mt Sentieri CAI 400/3-168-168°-168c-168C-400/3 Ritrovo ore 8.00 registrazione, presso sede Associazione Piazza XXV Aprile a Montalto partenza 8.30 e rientro all'associazione dove è possibile pranzare all'aperto su prenotazione. Prenotazione obbligatoria camminata (max 30 partecipanti) necessarie calzature tecniche.
Per info e prenotazione: amcidimontalto@gmail.com e/o Carla dall'Olio 3395229035;

SABATO 9 OTTOBRE

"PERCORSI...COMUNI"

in collaborazione con Camminate tra i Ciliegi, MuoviVi e MuoviSpilla Camminatori del comune di Guiglia, Camminando in Compagnia e associazione #iostoconvoi.

Punti ritrovo e partenze:

@Marano s.P Ore 15.00 c/o P.zza Matteotti percorso di 8Km a staffetta attraverso il percorso sole, proseguendo verso il punto di ritrovo di Vignola e arrivo alla sede dell'associazione #iostoconvoi. info: biblioteca@comune.marano.mo.it , tel 059-705771
@Vignola Ore 16.00 c/o Aree Verdi Adiacenti Centro Nuoto Via Portello percorso 6 Km attraverso le vie del paese e arrivo alla sede associazione #iostoconvoi Formica di Savignano. (info:centroatt.motorie@libero.it tel 3488581370)

Per tutto il mese ottobre la facciata del Municipio di Vignola sarà illuminata di rosa!

@Savignano Ore 15.30 c/o Municipio Via doccia 64. Percorso di 5 Km arrivo località Formica sede associazione #iostoconvoi. **Per info:** 3346050717 e Camminando in Compagnia Katia 3484312040
Per tutto il mese di ottobre, la fontana "Libera" in piazza Falcone a Savignano sarà illuminata di rosa!

L'associazione predisporrà presso tutti i punti di partenza della giornata, un punto informativo dove sarà possibile trovare un gadget a tema, da indossare come segno distintivo dell'ottobre rosa 2021, nelle iniziative del mese.

Ore 17.00 Arrivo presso la sede dell'associazione #iostoconvoi, Via della Resistenza Savignano s.P. Loc. Formica,. Per info:3387088992
Ringraziamenti e Saluti con la partecipazione delle Amministrazioni Comunali e la Direzione del Distretto Vignola. L'associazione offrirà a ciascun partecipante "la merenda salutare" e proporrà una lezione di attività motoria a tempo di musica, sempre a cura dell'associazione.

DOMENICA 10 OTTOBRE MUOVI IN ROSA

Camminata amatoriale per bambini, famiglie, camminatori esperti lungo pista ciclopedonale Spilamberto-Castelnuovo.

Partenze dai Comuni di Spilamberto e Castelnuovo. In collaborazione con Movimento è salute - Muovispilla - MuoviCastelnuovo

@Spilamberto Partenza ore 9:00 presso Casa della Salute o

@Castelnuovo Partenza ore 9:00 presso Piazza Giovanni XXIII

3 percorsi di km 4,5/10/16 (totale andata e ritorno) con possibilità di rientro a Spilamberto con autobus di linea per chi fa il percorso lungo (in autonomia).
Sui percorsi brevi intervento dei volontari della biblioteca di Spilamberto e di Nati per leggere biblioteca Castelnuovo.

Momento comune tra i 2 gruppi in loc. Belvedere c/o Inalca ore 10.15/10.30 circa con testimonianza volontari dell'associazione #iostoconvoi.

Per info: Movimento è salute Susi 3383045172
Muovispilla Silvana 3385877934 e Alessia 3393550633
MuoviCastelnuovo Susanna 3383139217

Per tutto il mese di Ottobre i Torrioni del dei Comune di Castelnuovo Rangone e di Spilamberto saranno illuminati di rosa.

VENERDÌ 15 OTTOBRE

@Vignola: Ritrovo ore 9 in piazza dei Contrari

Passeggiamo Insieme!

Nell'ambito del progetto Parliamo l'Italiano insieme!, a cura del Centro Stranieri e del Centro per le Famiglie dell'Unione Terre di Castelli

Per info: Centro per le Famiglie 059/777612 - centrofamiglie@terredicastelli.mo.it

Durante il mese di Ottobre: PILLOLE DI PREVENZIONE all'interno delle conversazioni in italiano per donne migranti, a cura del Consultorio familiare di Modena Distretto di Vignola.

SABATO 16 OTTOBRE ATTIVITA' NEL PARCO

(è consigliato munirsi di materassino)

@Vignola ore 10.00-11.00 presso il Parco Europa, Lezione (metodo) Pilates. Nell'ambito del progetto di Comunità "Camminate tra i Ciliegi ed altro movimento" Per info: Anna Vitiello 3488581370

A seguire sorteggio e premiazione, tra le partecipanti, di buoni taglio/piega capelli "una coccola per te" offerti dai parrucchieri del territorio.

@Guiglia - ore 16.00 Comune di Guiglia - Cortile del Castello "Movimento in rosa" - ginnastica dolce per tutti (in caso di maltempo Sala degli Specchi)

Per informazioni Ufficio Cultura

Loretta 059 709951

Per tutto il mese di ottobre l'atrio del Municipio sarà illuminato di rosa

DOMENICA 17 OTTOBRE "CAMMINATA IN ROSA"

In collaborazione con MuoviVi e Camminando in Compagnia:

@Vignola ore 8.30 Partenza dal parcheggio Bricofers verso Centro Sportivo Tazio Nuvolari

@Savignano ore 9.00 Partenza dal centro sportivo Tazio Nuvolari: percorso via Castello - via Basilicata - via Monticelli. Rientro Tazio Nuvolari ore 11 e rientro Bricofers ore 11.30 Percorso 13 km.

Per info: Fiorella 3270738116 • Katia Pini 3484312040

@Zocca ore 9.00 "CAMMINATA TRA I CASTAGNI...in ROSA" ritrovo in Piazza dei Martiri a Zocca vicino al monumento dei Caduti. Percorso da Zocca al Museo del Castagno (degustazione di prodotti tipici in loco) e rientro a Zocca ore 12 circa.

Per info e iscrizioni:

Biblioteca Comune di Zocca 059985736

MERCOLEDÌ 20 OTTOBRE

@Marano s.P. Ritrovo ore 9 in piazza Matteotti

Passeggiamo Insieme!

Nell'ambito del progetto Parliamo l'Italiano insieme!, a cura del Centro Stranieri e del Centro per le Famiglie dell'Unione Terre di Castelli

Per info: Centro per le Famiglie 059/777612 - centrofamiglie@terredicastelli.mo.it

DOMENICA 24 OTTOBRE

@Castelvetro Camminata "Castelvetro Cammina" ore 9.00: Percorso di circa 12 Km con partenza da Piazza Roma.

Iniziativa in collaborazione con l'associazione #iostoconvoi, "Ago filo e dintorni" e Ortofrutta Bortolotti Giuseppina che confezionerà per tutti una merenda salutare in omaggio al rientro dalla camminata.

Per info e prenotazioni: Comune Castelvetro tel. 059/758860 - 059758818 dal lunedì al venerdì dalle ore 8.30 alle 13.00.