



DONNE AL CENTRO

SPAZIO POLIFUNZIONALE PER LE ASSOCIAZIONI

PRENDI UN APPUNTAMENTO

Gli appuntamenti sono gratuiti e riservati alle donne che stanno affrontando o hanno affrontato un tumore del seno, familiari e caregivers

SETTEMBRE 2021

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
6	7	8 18.00 – 19.00 Conosci Donne al Centro? Comitato Regionale Emilia Romagna Komen Italia	9	10
13	14	15	16 17.00 – 18.30 Il corpo parla di noi Dr.ssa Francesca Roversi	17
20	21	22	23	24 16.00 – 18.00 Datti una mossa! Arriva la Race – Passeggiata ai Giardini Margherita Dr. G. Astorino
27	28	29 17.00-18.00 La sostenibilità del sistema alimentare Dr.ssa Luciana Prete	30	

- **Conosci Donne al Centro?:** Vieni a conoscere Donne al Centro! La nascita, le motivazioni, le donne che sono dietro il progetto e per conoscere obiettivi e finalità! Il Direttivo del Comitato Regionale Emilia Romagna spiegherà anche l'importanza di iscriversi alla Race for the Cure per sostenere Donne al centro e le attività collegate
- **Il corpo parla di noi- Dr.ssa Francesca Roversi:** Una pratica di consapevolezza per l'ascolto dei nostri blocchi psicosomatici
- **Datti una mossa! Arriva la Race! – Dr. Gerardo Astorino:** Rivolta a tutte/i. Non è richiesta pertanto alcuna preparazione specifica sull'argomento, in sede verranno fornite tutte le basi per poter affrontare al meglio la passeggiata. Obiettivo: stimolare la capacità di ascoltare e passeggiare in maniera diversa nel verde. Il tutto ai **Giardini Margherita!**
- **La sostenibilità del sistema alimentare - Dr.ssa Luciana Prete:** Come la nostra alimentazione può influire anche sull'ambiente
- **SPORTELLO DI ORIENTAMENTO PSICOLOGICO A CURA DELLA DOTT.SSA FRANCESCA ROVERSI, reso possibile grazie al contributo di FONDAZIONE CARISBO**
- **SPORTELLO INFORMATIVO KOMEN ITALIA:** Un team di volontarie appositamente formate supporta le donne nella comprensione delle informazioni ricevute, soprattutto per la gestione della loro quotidianità: via telefono oppure via mail.
- **SPORTELLO INFORMATIVO LINFEDEMA:** Educazione terapeutica per ridurre il rischio di sviluppare il linfedema; auto-cura. Diffusione della conoscenza in materia e maggiore consapevolezza nella auto-gestione della patologia a cura dell'associazione LILL.

Per la partecipazione e prenotazione: tel. 051/4966178 - 327.3060343 | mail: donnealcentro@komen.it