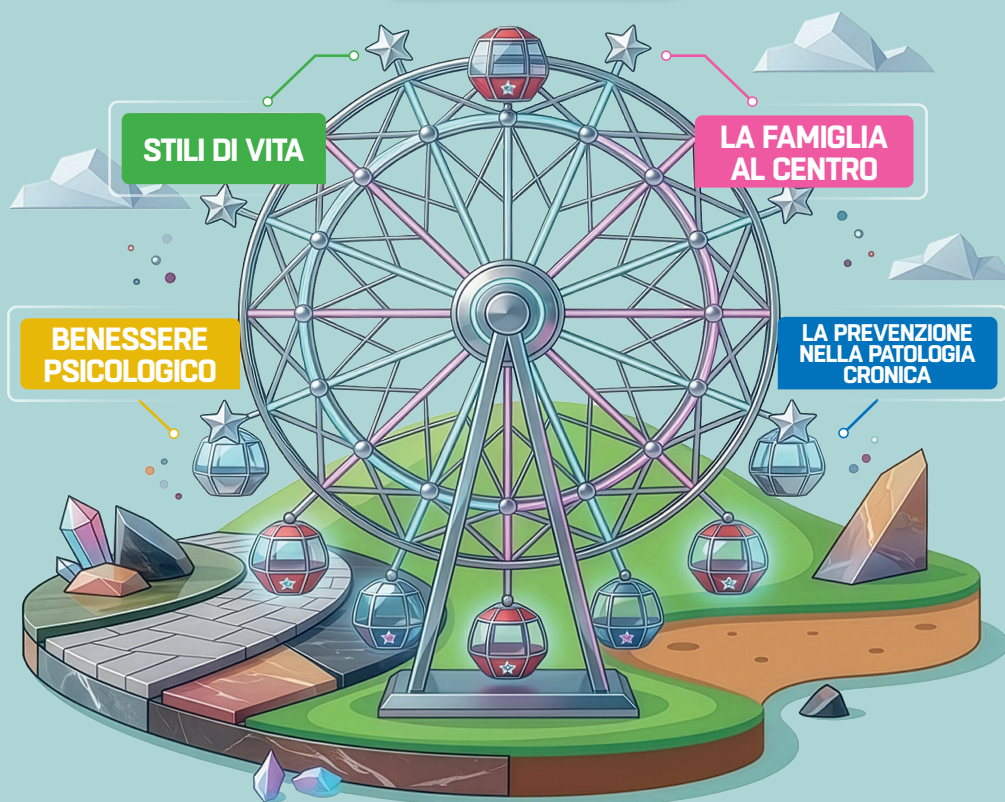


Settimana della prevenzione e promozione della salute 3.0: la salute comincia prima

Da venerdì 15 a sabato 23 maggio
2026



Ponte di Legno
Edoio
Cedegolo
Breno
Ossimo
Berzo Inferiore
Darfo Boario Terme
Pisogne

Sistema Socio Sanitario



ATS Montagna
ASST Valcamonica

Si ringraziano tutti i professionisti della ASST Valcamonica
e tutti coloro che hanno reso possibile questo evento.

Con il patrocinio di:



Università
di Brescia



Ordine degli
Assistenti
Sociali

Consiglio
Regionale
Lombardia



Hanno collaborato all'iniziativa:

A.P.S. Polisportiva Disabili Valcamonica
Alleanza per la salute mentale di Valle Camonica ODV
AMICI - Associazione Volontari del Soccorso OdV
Amministrazione Comunali della Valcamonica
ANA Sezione Vallecamonica
ATEA Associazione Territoriale Enti degli Anziani
ATSP di Valle Camonica
Associazione Alzheimer Camuno Sebino ODV
Associazione Diabetici Camuno Sebina
Associazione Leggo per te Valle Camonica
Associazione Polisportiva Ossimo ASD APS
Camunia Soccorso OdV
Comitato A.N.D.O.S. di Vallecamonica-Sebino
Cooperativa Assolo
Cooperativa di Bessimo Coop. Sociale a rl ONLUS
Coordinamento iniziative "Rifugi in Rosa"
Croce Rossa Italiana Comitato di Valle Camonica OdV
Donne & Diritti di Darfo B.T.
Federfarma Brescia
Gruppo Aragosta ODV
IIS Tassara Ghislandi Breno
IISS "Federico Meneghini" Edolo
Istituto Comprensivo di Esine
L'ARNICA OdV
La ValCamonica Là Ghè
Medici di Medicina Generale e Pediatri di Famiglia
Parrocchia Conversione di San Paolo, Esine
Polo liceale Camillo Golgi Breno
Pro loco Berzo Inferiore
SMA Pisogne OdV

Al via la Settimana della Prevenzione e Promozione della Salute 3.0: un'edizione speciale con un Testimonial di Valore

Con la terza edizione della Settimana della Prevenzione e Promozione della Salute, l'ASST Valcamonica, dal 15 al 23 Maggio 2026, rinnova il proprio impegno nel promuovere una cultura diffusa della prevenzione, condividendo con la comunità un messaggio forte e chiaro: **LA SALUTE COMINCIA PRIMA. Prima della malattia, prima del sintomo, prima del bisogno di cura**; le buone pratiche cominciano dalle scelte quotidiane, dall'informazione corretta, dalla consapevolezza, dalla responsabilità individuale e collettiva, come indicato anche dal nuovo decalogo della salute **"10 CONSIGLI PER UNO STILE DI VITA SALUTARE"**, proposto per questa edizione da ATS della Montagna.

Dopo il positivo riscontro delle precedenti edizioni, l'iniziativa si conferma come un appuntamento atteso e partecipato, segno di una comunità, quella della Valle Camonica, già sensibile e attenta ai temi della salute, **capace di riconoscere il valore della prevenzione come investimento sul proprio futuro**. L'edizione 3.0 conferma molte delle iniziative che negli anni hanno dimostrato efficacia e impatto, quali le attività di promozione, di prevenzione, di screening multidisciplinari diffusi sul territorio, l'attenzione al benessere psicologico, alla famiglia e alla gestione delle patologie croniche, attraverso il coinvolgimento attivo di università, scuole, farmacie, associazioni, parrocchie, enti locali e professionisti sanitari. Accanto alla continuità, in particolar modo con l'inaugurazione progressiva delle nuove Case di Comunità, questa nuova edizione introduce ulteriori implementazioni e nuove proposte, con **l'obiettivo di intercettare precocemente i bisogni di salute della popolazione, rafforzare la prossimità dei servizi sanitari nei luoghi di vita quotidiana e consolidare il lavoro di rete tra istituzioni, terzo settore e cittadinanza**.

Ma questa, come detto, sarà un'edizione speciale perché avrà un Testimonial di successo, l'atleta Camuno **GIUSEPPE ROMELE, che recentemente, nelle paralimpiadi invernali Milano-Cortina 2026, ha vinto un bronzo nello sci nordico individuale 20km, nonché in passato due ori ed un argento ai campionati mondiali di sci**: siamo molto onorati che questo campione si unisca a noi in questa settimana, con il suo motto **"mai molà"**, nel testimoniare quanto anche lo sport sia prevenzione ed un elemento di fondamentale importanza per vivere bene e per rimanere in salute.



"La Salute comincia prima" non è solo uno slogan, ma una visione condivisa, che invita ciascuno - cittadini, professionisti, istituzioni - a riconoscere il valore del tempo e della responsabilità reciproca. La terza edizione della Settimana della Prevenzione rappresenta così un ulteriore passo avanti in un percorso che guarda al futuro, partendo dalla consapevolezza del presente e dal patrimonio di attenzione e partecipazione che da sempre caratterizza la comunità della Valle Camonica.

Un grazie sincero a tutti quelli che hanno collaborato nella pianificazione di questa iniziativa e che renderanno possibile le numerose attività di prevenzione e promozione proposte nei diversi contesti territoriali della valle, a partire da **tutti gli Operatori di ASST Valcamonica**, per l'impegno e la convinzione con cui sostengono questa iniziativa contribuendo a dare un valore straordinario ai nostri servizi sociosanitari.

Corrado Scolari

Direttore Generale ASST Valcamonica

CONVEGNO di APERTURA

LA PREVENZIONE NON È UN FILM: È SANITÀ PUBBLICA

Centro Congressi Darfo Boario Terme - Via Romolo Galassi, 30
venerdì 15 Maggio 2026 dalle ore 08:00 alle ore 15:30

ECM E DESTINATARI DEL PROGRAMMA FORMATIVO

L'evento è stato accreditato nel programma nazionale di Educazione Continua in Medicina (ECM) con **4,2 crediti formativi** per tutte le specializzazioni della professione di **Medico Chirurgo**.

MODALITÀ D'ISCRIZIONE:

La partecipazione è gratuita e limitata alle prime 150 iscrizioni.

L'iscrizione comprende: la partecipazione alle sessioni scientifiche, il kit congressuale, il coffee break, il lunch, l'attestato di partecipazione e l'attestato ECM (per gli aventi diritto).

Per iscriversi all'evento: <https://www.centereventi.com/Home/NewCoursePage/boario-prevenzione>

SEGRETERIA ORGANIZZATIVA:

info@centercongressi.com

2



08:00 **Registrazione dei partecipanti**

SESSIONE I Governance e strategie di prevenzione

08:20 Apertura dei lavori e saluti istituzionali

Corrado Scolari, Direttore Generale ASST Valcamonica - Monica Anna Fumagalli, Direttrice Generale ATS Montagna - Dario Colossi, Sindaco di Darfo Boario Terme

08:40 Ritorno al futuro... della prevenzione

Politiche di prevenzione in Regione Lombardia: visione e governance
Daniilo Cereda

09:00 Febbre da copertura

Stagione influenzale 2025/2026 in regione Lombardia.

Il presente e uno sguardo a nuove sfide future
Catia Rosanna Borriello

09:20 Sotto lo sguardo della montagna

Situazione locale/Sorveglianza malattie infettive nel territorio di ATS Montagna
Enza Giompapa

09:40 C'era una volta il... respiro sibilante

Lotta contro il VRS come esempio di sinergia Ospedale/Territorio in Valle Camonica
L'esperienza con l'anticorpo monoclonale dedicato al neonato e uno sguardo verso l'adulto
Dario Magnini - Piercarlo Poli

10:10 Non è un paese per fragili, senza prevenzione

Strategie per l'anziano o paziente complesso (anti-pneumococco, anti-zoster e antinfluenzale dedicata)
Fabrizio Pregliasco

10:30 Vax buster

Strategie per il giovane (HPV, antimeningococco, MPRV, dTpa, antinfluenzale dedicata)
Antonio Piro

10:50 Coffe break

SESSIONE II Modelli, comunicazione e prossimità

11:10 Inside out

Dal territorio all'ospedale: il modello vaccinale intraospedaliero
Sudwaric Sharma

11:30 Le parole che vaccinano

Comunicare efficacemente la prevenzione: percezione del rischio, disinformazione e fiducia
Umberto Gelatti

11:50 Vacanze di prevenzione... in montagna?

Travel medicine e arbovirosi: proteggere chi viaggia in vista dell'estate
Luigi Vezzosi

12:10 Le case di comunità, una storia vera

La prevenzione e promozione della salute nelle case di comunità
Giuseppina Barcellini

12:30 Discussione

13:00 Light Lunch

SESSIONE III Fare rete, fare salute

14:00 Una settimana da... sani!

Le proposte di salute durante la Settimana della Prevenzione 3.0. L'offerta vaccinale durante la Settimana della Prevenzione 3.0
Giacomina Macri - Samantha Fabiani

14:30 La grande rete

Moderatore: Luca Maffei
Una rete virtuosa vicina al cittadino: l'esperienza con alcuni attori della Prevenzione in Valle Camonica per nuove proposte collaborative volte ad agevolare la popolazione
Intervengono i rappresentanti di:

- FEDERFARMA - Clara Mottinelli
- MMG - Sergio De Giacomi
- PLS - Giuseppe Marchese
- ASST - Marco Tresoldi
- RSA - Mauro Ravazzoli

15:30 Mission: vaccination

Discussione
Giuseppe Toninelli - Luca Maffei

STILI DI VITA

IL BENESSERE PSICOLOGICO

LA FAMIGLIA AL CENTRO

LA PREVENZIONE NELLA PATOLOGIA CRONICA



Venerdì 15 maggio 2026

CONVEGNO:

LA PREVENZIONE NON È UN FILM: È SANITÀ PUBBLICA

- **QUANDO?**
Dalle ore 08:00 alle 16:30 incontro
- **DOVE?**
Centro Congressi Darfo B.T.

- **A CHI È RIVOLTO?**

Incontro aperto a tutti gli operatori sanitari e alla popolazione

- **COSA SI FA?**

Convegno Vaccinazioni e Prevenzione

A cura del Dipartimento Funzionale di Prevenzione, Dr. Giuseppe Toninelli

4



Sabato 16 maggio 2026

UN MINUTO PUÒ CAMBIARE TUTTO

- **QUANDO?**
Dalle ore 9:00 alle 12:00
- **DOVE?**
 - Ponte di Legno – Piazzetta Belvedere
 - Cedegolo – Via Nazionale 103 (Casa di Comunità)
 - Breno – Piazza Ghislandi
 - Darfo B.T. – Piazzale Einaudi
 - Pisogne – Piazza Umberto I
- **A CHI È RIVOLTO?**
Tutta la popolazione
- **COSA SI FA?**
Dimostrazione manovre salvavita

A cura di AMICI - Associazione Volontari del Soccorso OdV - Camunia Soccorso OdV - Croce Rossa Italiana Comitato di Valle Camonica OdV - L'Arnica OdV - SMA Pisogne OdV

UN MINUTO PUÒ CAMBIARE TUTTO

- **QUANDO?**
Dalle ore 14:00 alle 17:00
- **DOVE?**
Edolo – Largo Mazzini (Comune)
- **A CHI È RIVOLTO?**
Tutta la popolazione
- **COSA SI FA?**
Dimostrazione manovre salvavita

A cura di AMICI - Associazione Volontari del Soccorso OdV - L'Arnica OdV

OFFLINE BENESSERE DIGITALE PER LE FAMIGLIE

- **QUANDO?**
Dalle ore 14:00 alle 18:00
- **DOVE?**
Esine c/o Oratorio San Giovanni Bosco
- **A CHI È RIVOLTO?**
Bambini, adulti ed anziani

• COSA SI FA?

Laboratori, giochi e simulazioni, formazione genitori e sportelli informativi

A cura di CENTRI PER LA FAMIGLIA - CONSULTORI e SERD di ASST Valcamonica - ATSP - ASSOLO - ASSOCIAZIONE LEGGO PER TE VALLECAMONICA

STILI DI VITA

IL BENESSERE PSICOLOGICO

LA FAMIGLIA AL CENTRO

LA PREVENZIONE NELLA PATOLOGIA CRONICA



Domenica
17 maggio 2026

PREVENZIONE IN FIERA CAPO DI PONTE

- **QUANDO?**
Dalle ore 10:00 alle 16:00
- **DOVE?**
c/o Fiera Capo di Ponte
- **A CHI È RIVOLTO?**
Tutta la popolazione
- **COSA SI FA?**
Rilevazione parametri vitali, glicemia, consulenza sugli stili di vita e prevenzione.

A cura delle Infermiere di Famiglia e Comunità della Casa di Comunità di Cedegolo, Assistenti Sanitarie di ASST Valcamonica e Studenti del Corso di Studi in Infermieristica

GIORNATA DELLA PREVENZIONE IN PEDIATRIA

- **QUANDO?**
Dalle ore 10:00 alle 12:00 incontro
- **DOVE?**
Auditorium Mazzoli Breno
- **A CHI È RIVOLTO?**
Incontro aperto a genitori e chiunque sia interessato
- **COSA SI FA?**
Incontro informativo sulla prevenzione pediatrica

A cura di Cure Primarie, Reparto Pediatria e Pediatri di Libera Scelta

STILI DI VITA

IL BENESSERE PSICOLOGICO

LA FAMIGLIA AL CENTRO

LA PREVENZIONE NELLA PATOLOGIA CRONICA



Lunedì
18 maggio 2026

LA PREVENZIONE IN AMBULATORIO DEI MEDICI E PEDIATRI DI FAMIGLIA

• QUANDO?

Negli orari di apertura dei singoli ambulatori

• DOVE?

Presso studi medici aderenti

• A CHI È RIVOLTO?

Tutta la popolazione

• COSA SI FA?

Vaccinazione destagionalizzata su prenotazione. Sensibilizzazione promozione delle iniziative della settimana della prevenzione e distribuzione materiale informativo dei Servizi Specialistici; Minimal Advice tabaccologico

A cura dei Medici di Medicina Generale e
Pediatri di Libera Scelta

6

“PRIMA MEGLIO CHE POI”

Sportello informativo per insegnanti e adolescenti relativamente a disagi psicologici (ritiro sociale, ansia/ depressione, attacchi di panico, problemi alimentari, ecc.)

• QUANDO?

Dalle ore 8:00 alle 13:00

• DOVE?

Breno Istituto Scolastico Tassara

• A CHI È RIVOLTO?

Studenti ed insegnanti

• COSA SI FA?

Sportello informativo per insegnanti e adolescenti relativamente a disagi psicologici (ritiro sociale, ansia/ depressione, attacchi di panico, problemi alimentari, ecc.)

A cura degli Operatori di Neuropsichiatria dell'Infanzia e dell'Adolescenza in collaborazione con SERD di ASST Valcamonica

INDIPENDENTI

• QUANDO?

Dalle ore 8:00 alle 14:00

• DOVE?

Breno Istituto Scolastico Tassara

• A CHI È RIVOLTO?

Studenti di 3^a e 4^a superiore (le classi interessate verranno individuate dai singoli istituti scolastici)

• COSA SI FA?

Attività di sensibilizzazione e informazione sui comportamenti a rischio di addiction (attività di prevenzione e sensibilizzazione contro l'uso di sostanze stupefacenti, alcol e tabacco e attività esperienziale per la consapevolezza di una guida sicura)

A cura degli Operatori del SERD di ASST Valcamonica in collaborazione con scuole e Cooperativa di Bessimo

OLTRE LO SPECCHIO: moda, nutrizione e psicologia si incontrano per educare al benessere

• **QUANDO?**

Dalle ore 20:15-22:30

• **DOVE?**

Berzo Inferiore presso la palestra comunale

• **A CHI È RIVOLTO?**

Genitori, pre/adolescenti e operatori del mondo dell'educazione

• **COSA SI FA?**

Confronto tra professionisti sul tema dell'essere e dell'apparire

A cura di **ASSOLO società cooperativa ONLUS, SS Psicologia, SSD Chirurgia ricostruttiva e microchirurgia in collaborazione con Pro Loco e patrocinio del Comune di Berzo Inferiore**

ONE TO ONE counseling individuale in MENOPAUSA

• **QUANDO?**

Dalle ore 9:00 alle 12:30

• **DOVE?**

Ambulatorio Ostetrico ginecologico presso Consultorio di Breno, via Nissolina 2

• **A CHI È RIVOLTO?**

Donne in peri-menopausa

• **COSA SI FA?**

Consulenza individuale e personalizzata con l'ostetrica circa i cambiamenti fisici e psicologici e trovare strategie per vivere questo periodo del ciclo di vita in modo sereno e sano.

A cura di **SD CONSULTORI**

Per informazioni e prenotazioni chiamare il n. 0364-329225 (Ambulatorio Ostetrico Breno)

7

PREVENZIONE NELLE FARMACIE

• **QUANDO?**

Dalle ore 9:00 alle 19:00

• **DOVE?**

Farmacie aderenti del territorio



• **A CHI È RIVOLTO?**

Nati dal 1969 al 1989

• **COSA SI FA?**

Somministrazione test rapidi per lo screening HCV e **VACCINAZIONI** destagionalizzate (Anti Pneumococco)

A cura di **Farmacie aderenti**

VALLEVACCINA

• **QUANDO?**

Dalle ore 9:00 alle 12:00 e dalle 13:00 alle 15:30

• **DOVE?**

- Centro vaccinale di Edolo
c/o Casa di Comunità

- Centro vaccinale di Breno

c/o Casa di Comunità

- Centro vaccinale di Darfo

c/o Casa di Comunità

• **A CHI È RIVOLTO?**

Tutta la popolazione oltre a viaggiatori internazionali e particolari categorie a rischio

• **COSA SI FA?**

- Counseling vaccinologico

- Richiesta certificati vaccinali

- Offerta vaccinale ad accesso libero:

Anti Pneumococco

Anti Erpes Zoster

Anti HPV (per maschi e femmine fino ai 27 anni)

- Prenotazioni per viaggiatori internazionali

A cura degli operatori della **Vaccinazioni e Malattie Infettive di ASST Valcamonica**

STILI DI VITA

IL BENESSERE PSICOLOGICO

LA FAMIGLIA AL CENTRO

LA PREVENZIONE NELLA PATOLOGIA CRONICA



Martedì
19 maggio 2026

LA PREVENZIONE IN AMBULATORIO DEI MEDICI E PEDIATRI DI FAMIGLIA

- **QUANDO?**

Negli orari di apertura dei singoli ambulatori

- **DOVE?**

Presso studi medici aderenti

- **A CHI È RIVOLTO?**

Tutta la popolazione

- **COSA SI FA?**

Vaccinazione destagionalizzata su prenotazione. Sensibilizzazione promozione delle iniziative della settimana della prevenzione e distribuzione materiale informativo dei

Servizi Specialistici; Minimal Advice tabaccologico

A cura di Medici di Medicina Generale e Pediatri di Libera Scelta

BENESSERE E MOVIMENTO

- **QUANDO?**

Dalle ore 10:00 alle ore 12:00

- **DOVE?**

Casa di Comunità di Ossimo

- **A CHI È RIVOLTO?**

Over 65 anni

Ginnastica dolce per gli anziani

A cura di Associazione Polisportiva Ossimo ASD APS

8

ONE TO ONE counseling individuale in MENOPAUSA

- **QUANDO?**

Dalle ore 9:00 alle 12:30

- **DOVE?**

Ambulatorio Ostetrico ginecologico presso Consultorio di Edolo c/o Casa di Comunità

- **A CHI È RIVOLTO?**

Donne in peri-menopausa

- **COSA SI FA?**

Consulenza individuale e personalizzata con l'ostetrica circa i cambiamenti fisici e psicologici e trovare strategie per vivere questo periodo del ciclo di vita in modo sereno e sano.

A cura di SD CONSULTORI

Per informazioni e prenotazioni chiamare il n. 0364-329225 (Ambulatorio Ostetrico Breno)

ALLATTAMENTO

- **QUANDO?**

Dalle ore 20:00 alle 22:00

- **DOVE?**

Polo Ospedaliero di Esine - Sala Conferenze

- **A CHI È RIVOLTO?**

Mamme e papà presenti e futuri

- **COSA SI FA?**

Corso allattamento

A cura di SC Pediatria – Dr. Magnini – Infermiere di reparto

VALUTIAMO IL TUO RESPIRO

- **QUANDO?**
Dalle ore 14:00 alle 18:00
- **DOVE?**
Casa di Comunità di Cedegolo
- **A CHI È RIVOLTO?**
Tutta la popolazione con problemi respiratori
- **COSA SI FA?**
Prove di funzionalità respiratoria (spirometrie, test del cammino) e indicazioni riabilitative

A cura di Operatori della Riabilitazione specialistica di ASST Valcamonica
Per informazioni e prenotazioni rivolgersi al PUA della Casa di Comunità oppure telefonare allo 0364.772701

PREVENZIONE NELLE FARMACIE

- **QUANDO?**
Dalle ore 9:00 alle 19:00
- **DOVE?**
Farmacie aderenti del territorio
- **A CHI È RIVOLTO?**
Nati dal 1969 al 1989
- **COSA SI FA?**
Somministrazione test rapidi per lo screening HCV e VACCINAZIONI destagionalizzate (Anti Pneumococco)



A cura di Farmacie aderenti

VALLEVACCINA

- **QUANDO?**
Dalle ore 9:00 alle 12:00 e dalle 13:00 alle 15:30
- **DOVE?**
 - Centro vaccinale di Edolo c/o Casa di Comunità
 - Centro vaccinale di Breno c/o Casa di Comunità
 - Centro vaccinale di Darfo c/o Casa di Comunità
- **A CHI È RIVOLTO?**
Tutta la popolazione oltre a viaggiatori internazionali e particolari categorie a rischio
- **COSA SI FA?**
 - Counseling vaccinologico
 - Richiesta certificati vaccinali
 - Offerta vaccinale ad accesso libero:
 - Anti Pneumococco
 - Anti Erpes Zoster
 - Anti HPV (per maschi e femmine fino ai 27 anni)
 - Prenotazioni per viaggiatori internazionali

A cura degli operatori della Vaccinazioni e Malattie Infettive di ASST Valcamonica

STILI DI VITA

IL BENESSERE PSICOLOGICO

LA FAMIGLIA AL CENTRO

LA PREVENZIONE NELLA PATOLOGIA CRONICA



Mercoledì
20 maggio 2026

LA PREVENZIONE IN AMBULATORIO DEI MEDICI E PEDIATRI DI FAMIGLIA

• **QUANDO?**

Negli orari di apertura dei singoli ambulatori

• **DOVE?**

Presso studi medici aderenti

• **A CHI È RIVOLTO?**

Tutta la popolazione

• **COSA SI FA?**

Vaccinazione destagionalizzata su prenotazione. Sensibilizzazione promozione delle iniziative della settimana della prevenzione e distribuzione materiale informativo dei Servizi Specialistici; Minimal Advice tabaccologico

A cura di Medici di Medicina Generale e Pediatri di Libera Scelta

10

“PRIMA MEGLIO CHE POI”

Sportello informativo per insegnanti e adolescenti relativamente a disagi psicologici (ritiro sociale, ansia/ depressione, attacchi di panico, problemi alimentari, ecc.)

• **QUANDO?**

Dalle ore 8:00 alle 13:00

• **DOVE?**

Edolo Istituto Meneghini

• **A CHI È RIVOLTO?**

Studenti ed insegnanti

• **COSA SI FA?**

Sportello informativo per insegnanti e adolescenti relativamente a disagi psicologici (ritiro sociale, ansia/ depressione, attacchi di panico, problemi alimentari, ecc.)

A cura degli Operatori di Neuropsichiatria dell'Infanzia e dell'Adolescenza in collaborazione con SERD di ASST Valcamonica

INDIPENDENTI

• **QUANDO?**

Dalle ore 8:00 alle 14:00

• **DOVE?**

Edolo Istituto Meneghini

• **A CHI È RIVOLTO?**

Studenti di 3^a e 4^a superiore (le classi interessate verranno individuate dai singoli istituti scolastici)

• **COSA SI FA?**

Attività di sensibilizzazione e informazione sui comportamenti a rischio di addiction (attività di prevenzione e sensibilizzazione contro l'uso di sostanze stupefacenti, alcol e tabacco e attività esperienziale per la consapevolezza di una guida sicura)

A cura degli Operatori del SERD di ASST Valcamonica in collaborazione con scuole e Cooperativa di Bessimo

LA CURA VERSO CHI SE NE PRENDE CURA

- **QUANDO?**
dalle ore 20:30 alle ore 22:30
- **DOVE?**
Casa di Comunità di Cedegolo
- **A CHI È RIVOLTO?**
Familiari e caregiver che assistono persone affette da demenza
- **COSA SI FA?**
Promuovere occasioni di incontro, confronto ed esperienza per affrontare le sfide e i cambiamenti che si verificano nella quotidianità dei familiari e caregiver che assistono persone affette da demenza.

A cura di Associazione Alzheimer Camuno Sebino O.D.V. È richiesta l'iscrizione al laboratorio che si svolgerà in piccolo gruppo telefonando al numero 3408294906.

“MUOVI-MENTE”

Una giornata dedicata alla scoperta di come lo sport previene e allevia il disagio psichico

- **QUANDO?**
Dalle ore 14:00 alle 18:00
- **DOVE?**
Area verde “Centro diurno Meteora” Esine
- **A CHI È RIVOLTO?**
Adolescenti e giovani adulti del territorio
- **COSA SI FA?**
 - verranno proposte attività sportive (circuiti, percorsi vita, punching ball, ping pong) momenti di psicoeducazione sull'impatto dell'attività fisica e dell'alimentazione sulla salute mentale, condotti dagli operatori del DSMD.
 - sarà offerta una “merenda sana” per sperimentare l'importanza di una sana alimentazione.

A cura degli Operatori di Neuropsichiatria dell'Infanzia e dell'Adolescenza in collaborazione con ATSP, Scuole secondarie di primo e secondo grado del territorio e Palestra Kinetik

NUTRIZIONE IN PEDIATRIA: APPROFONDIAMO IL TEMA

- **QUANDO?**
Dalle ore 20:30 alle 22:00
- **DOVE?**
Sala consiliare comune Berzo Inf.
- **A CHI È RIVOLTO?**
Mamme e papà presenti e futuri
- **COSA SI FA?**
Incontro sulla nutrizione nell'infanzia

A cura della Pediatria dell'Ospedale di Esine

ONE TO ONE counseling individuale in MENOPAUSA

- **QUANDO?**
Dalle ore 9:00 alle 12:30

- **DOVE?**
Ambulatorio Ostetrico ginecologico presso Consultorio di Darfo, via Cercovi, 2
- **A CHI È RIVOLTO?**
Donne in peri-menopausa
- **COSA SI FA?**
Consulenza individuale e personalizzata con l'ostetrica circa i cambiamenti fisici e psicologici e trovare strategie per vivere questo periodo del ciclo di vita in modo sereno e sano.

A cura di SD CONSULTORI
Per informazioni e prenotazioni chiamare il n. 0364-329225
(Ambulatorio Ostetrico Breno)

PREVENZIONE NELLE FARMACIE

- **QUANDO?**
Dalle ore 9:00 alle 19:00
- **DOVE?**
Farmacie aderenti del territorio
- **A CHI È RIVOLTO?**
Nati dal 1969 al 1989
- **COSA SI FA?**
Somministrazione test rapidi per lo screening HCV e VACCINAZIONI destagionalizzate (Anti Pneumococco)



A cura di Farmacie aderenti

VALLEVACCINA

- **QUANDO?**
Dalle ore 9:00 alle 12:00
e dalle 13:00 alle 15:30
- **DOVE?**
- Centro vaccinale di Edolo
c/o Casa di Comunità

- Centro vaccinale di Breno
c/o Casa di Comunità
- Centro vaccinale di Darfo
c/o Casa di Comunità
- **A CHI È RIVOLTO?**
Tutta la popolazione oltre a viaggiatori internazionali e particolari categorie a rischio
- **COSA SI FA?**
 - Counseling vaccinologico
 - Richiesta certificati vaccinali
 - Offerta vaccinale ad accesso libero:
Anti Pneumococco
Anti Erpes Zoster
Anti HPV (per maschi e femmine fino ai 27 anni)
 - Prenotazioni per viaggiatori internazionali

A cura degli operatori della Vaccinazioni e Malattie Infettive di ASST Valcamonica

12

STILI DI VITA

IL BENESSERE PSICOLOGICO

LA FAMIGLIA AL CENTRO

LA PREVENZIONE NELLA PATOLOGIA CRONICA



Giovedì
21 maggio 2026

PREVENZIONE AL MERCATO DI BRENO

- **QUANDO?**
Dalle ore 9:00 alle 13:00
- **DOVE?**
c/o il mercato di Breno
- **A CHI È RIVOLTO?**
Tutta la popolazione
- **COSA SI FA?**
Rilevazione parametri vitali, glicemia, consulenza sugli stili di vita e prevenzione.

A cura delle Infermiere di Famiglia e Comunità della CdC di Breno, Assistenti Sanitarie di ASST Valcamonica, studenti del Corso di Studi in Infermieristica e operatori di ATS Montagna

PREVENZIONE AL MERCATO DI DARFO

- **QUANDO?**
Dalle ore 9:00 alle 13:00
- **DOVE?**
c/o il mercato di Darfo

- **A CHI È RIVOLTO?**

Tutta la popolazione

- **COSA SI FA?**

Rilevazione parametri vitali, glicemia, consulenza sugli stili di vita e prevenzione. Somministrazione di questionario per la valutazione del rischio cadute, esposizione dei fattori di rischio, indicazione degli esercizi da eseguire per prevenire le cadute a domicilio.

A cura delle Infermiere di Famiglia e Comunità della CdC di Darfo, Assistenti Sanitarie, Fisioterapisti di ASST Valcamonica e studenti del Corso di Studi in Infermieristica

LA PREVENZIONE IN AMBULATORIO DEI MEDICI E PEDIATRI DI FAMIGLIA

- **QUANDO?**

Negli orari di apertura dei singoli ambulatori

- **DOVE?**

Presso studi medici aderenti

- **A CHI È RIVOLTO?**

Tutta la popolazione

- **COSA SI FA?**

Vaccinazione destagionalizzata su

prenotazione. Sensibilizzazione promozione delle iniziative della settimana della prevenzione e distribuzione materiale informativo dei Servizi Specialistici; Minimal Advice tabaccologico

A cura di Medici di Medicina Generale e Pediatri di Libera Scelta

CAMMINATA INSIEME CONTRO LO STIGMA

- **QUANDO?**

Dalle 9:30 alle 13:00

- **DOVE?**

Rifugio Bazzena

- **A CHI È RIVOLTO?**

Per ospiti centro diurno e comunità RSP1

- **COSA SI FA?**

Camminata in natura

Con pranzo conviviale di conclusione al rifugio

A cura di DSM ASST Vallecamonica – Alleanza per la salute mentale di Valle Camonica OdV

13

IL MIO CORPO CAMBIA, IO NO

- **QUANDO?**

Dalle ore 9:00 alle 13:00

- **DOVE?**

ISTITUTI ESINE PIANBORNO
SCUOLA SECONDARIA PRIMO GRADO

- **A CHI È RIVOLTO?**

N. 4 Classi 2^a della Scuola secondaria di primo grado - Istituto Comprensivo di Esine

- **COSA SI FA?**

Laboratorio di approfondimento in tema di sviluppo di un pensiero critico rispetto ai modelli estetici, valorizzando la diversità dei corpi e contrastando stereotipi e body shaming.

**A cura di Psicologhe e Biologo Nutrizionista di ASST Valcamonica
In continuità con il programma di Life Skills Training Lombardia**

“PRIMA MEGLIO CHE POI”

Sportello informativo per insegnanti e adolescenti relativamente a disagi psicologici (ritiro sociale, ansia/ depressione, attacchi di panico, problemi alimentari, ecc.)

- **QUANDO?**

Dalle ore 8:00 alle 13:00

- **DOVE?**

Breno Istituto Golgi

- **A CHI È RIVOLTO?**

Studenti ed insegnanti

• COSA SI FA?

Sportello informativo per insegnanti e adolescenti relativamente a disagi psicologici (ritiro sociale, ansia/ depressione, attacchi di panico, problemi alimentari, ecc.)

A cura degli Operatori di Neuropsichiatria dell'Infanzia e dell'Adolescenza in collaborazione con SERD di ASST Valcamonica

INDIPENDENTI

• QUANDO?

Dalle ore 8:00 alle 14:00

• DOVE?

Breno Istituto Golgi

• A CHI È RIVOLTO?

Studenti di 3^a e 4^a superiore (le classi interessate verranno individuate dai singoli istituti scolastici)

• COSA SI FA?

Attività di sensibilizzazione e informazione sui comportamenti a rischio di addiction (attività di prevenzione e sensibilizzazione contro l'uso di sostanze stupefacenti, alcol e tabacco e attività esperienziale per la consapevolezza di una guida sicura)

A cura degli Operatori del SERD di ASST Valcamonica in collaborazione con scuole e Cooperativa di Bessimo

CON-TATTO

Pre-adolescenti da maneggiare con cura

• QUANDO?

Ore 17:30-19:00

• DOVE?

Consultorio di Breno,
Via Nissolina 2

• A CHI È RIVOLTO?

Padri e figli maschi con età tra gli 11 e i 14 anni

• COSA SI FA?

Percorso di incontri dedicato ai papà e ai loro figli maschi, per parlare dei cambiamenti fisici, psicologici ed emotivi che caratterizzano questa nuova fase di vita familiare.

A cura degli operatori dei Consultori di ASST
Per iscrizioni e informazioni telefonare al n. 0364 329408 o scrivere una mail a segreteria.famiglia@asst-valcamonica.it

PREVENZIONE NELLE FARMACIE

• QUANDO?

Dalle ore 9:00 alle 19:00

• DOVE?

Farmacie aderenti del territorio



• A CHI È RIVOLTO?

Nati dal 1969 al 1989

• COSA SI FA?

Somministrazione test rapidi per lo screening HCV e VACCINAZIONI stagionalizzate (Anti Pneumococco)

A cura di Farmacie aderenti

VALLEVACCINA

• QUANDO?

Dalle ore 9:00 alle 12:00
e dalle 13:00 alle 15:30

• DOVE?

- Centro vaccinale di Edolo
c/o Casa di Comunità
- Centro vaccinale di Breno
c/o Casa di Comunità
- Centro vaccinale di Darfo
c/o Casa di Comunità

- **A CHI È RIVOLTO?**

Tutta la popolazione oltre a viaggiatori internazionali e particolari categorie a rischio

- **COSA SI FA?**

- Counseling vaccinologico
- Richiesta certificati vaccinali
- Offerta vaccinale ad accesso libero:

Anti Pneumococco
Anti Erpes Zoster
Anti HPV (per maschi e femmine fino ai 27 anni)
- Prenotazioni per viaggiatori internazionali

A cura degli operatori della Vaccinazioni e Malattie Infettive di ASST Valcamonica

STILI DI VITA

IL BENESSERE PSICOLOGICO

LA FAMIGLIA AL CENTRO

LA PREVENZIONE NELLA PATOLOGIA CRONICA



Venerdì
22 maggio 2026

PREVENZIONE AL MERCATO DI PISOGNE

- **QUANDO?**

Dalle ore 9:00 alle 13:00

- **DOVE?**

c/o il mercato di Pisogne

- **A CHI È RIVOLTO?**

Tutta la popolazione

- **COSA SI FA?**

Rilevazione parametri vitali, glicemia, consulenza sugli stili di vita e prevenzione. Somministrazione di questionario per la valutazione del rischio cadute, esposizione dei fattori di rischio, indicazione degli esercizi da eseguire per prevenire le cadute a domicilio.

A cura delle Infermiere di Famiglia e Comunità della CdC di Pisogne, Assistenti Sanitarie, Fisioterapisti di ASST Valcamonica e studenti del Corso di Studi in Infermieristica

LA PREVENZIONE IN AMBULATORIO DEI MEDICI E PEDIATRI DI FAMIGLIA

- **QUANDO?**

Negli orari di apertura dei singoli ambulatori

- **DOVE?**

Presso studi medici aderenti

- **A CHI È RIVOLTO?**

Tutta la popolazione

- **COSA SI FA?**

Vaccinazione destagionalizzata su prenotazione. Sensibilizzazione promozione delle iniziative della settimana della prevenzione e distribuzione materiale informativo dei Servizi Specialistici; Minimal Advice tabaccologico

A cura di Medici di Medicina Generale e Pediatri di Libera Scelta

BENESSERE E MOVIMENTO

- **QUANDO?**
Dalle ore 10:00 alle ore 12:00
- **DOVE?**
Casa di Comunità di Ossimo

• A CHI È RIVOLTO?

Over 65 anni
Ginnastica dolce per gli anziani

A cura di Associazione Polisportiva Ossimo
ASD APS

PREVENZIONE NELLE FARMACIE

- **QUANDO?**
Dalle ore 9:00 alle 19:00
- **DOVE?**
Farmacie aderenti del territorio
- **A CHI È RIVOLTO?**
Nati dal 1969 al 1989
- **COSA SI FA?**
Somministrazione test rapidi per lo screening HCV e VACCINAZIONI destagionalizzate (Anti Pneumococco)



A cura di Farmacie aderenti

Anti Pneumococco
Anti Erpes Zoster
Anti HPV (per maschi e femmine fino ai 27 anni)
- Prenotazioni per viaggiatori internazionali

A cura degli operatori della Vaccinazioni e Malattie Infettive di ASST Valcamonica

VACCINIAMOCI IN AMBULATORIO

VALLEVACCINA

- **QUANDO?**
Dalle ore 9:00 alle 12:00
e dalle 13:00 alle 15:30
- **DOVE?**
 - Centro vaccinale di Edolo
c/o Casa di Comunità
 - Centro vaccinale di Breno
c/o Casa di Comunità
 - Centro vaccinale di Darfo
c/o Casa di Comunità
- **A CHI È RIVOLTO?**
Tutta la popolazione oltre a viaggiatori internazionali e particolari categorie a rischio
- **COSA SI FA?**
 - Counseling vaccinologico
 - Richiesta certificati vaccinali
 - Offerta vaccinale ad accesso libero;

- **QUANDO?**
Dalle ore 9:00 alle 17:00
- **DOVE?**
c/o Ambulatori dei Medici di Medicina Generale di Pisogne, via Rimembranze 7/h
- **A CHI È RIVOLTO?**
tutta la popolazione generale over 65
- **COSA SI FA?**
 - Vaccinazioni destagionalizzate
Anti Pneumococco
Anti Erpes Zoster

A cura dei Medici di Medicina Generale della Forma Associativa Avanzata - Pisogne

STILI DI VITA

IL BENESSERE PSICOLOGICO

LA FAMIGLIA AL CENTRO

LA PREVENZIONE NELLA PATOLOGIA CRONICA



Sabato
23 maggio 2026

PREVENZIONE AL MERCATO DI MALONNO

• **QUANDO?**

Dalle ore 9:00 alle 13:00

• **DOVE?**

c/o il mercato di Malonno

• **A CHI È RIVOLTO?**

Tutta la popolazione

• **COSA SI FA?**

Rilevazione parametri vitali, glicemia, consulenza sugli stili di vita e prevenzione.

A cura delle Infermiere di Famiglia e Comunità della CdC di Edolo e studenti del Corso di Studi in Infermieristica con la collaborazione dell'Associazione Diabetici Camuno Sebina

PREVENZIONE NELLE FARMACIE

• **QUANDO?**

Dalle ore 9:00 alle 19:00

• **DOVE?**

Farmacie aderenti del territorio

• **A CHI È RIVOLTO?**

Nati dal 1969 al 1989



• **COSA SI FA?**

Somministrazione test rapidi per lo screening HCV e VACCINAZIONI destagionalizzate (Anti Pneumococco)

A cura di Farmacie aderenti

17

Iniziativa di chiusura della settimana della prevenzione
e promozione della salute 3.0

CHIUDIAMO CAMMINANDO

• **QUANDO?**

Dalle ore 9:00 alle 16:00

• **DOVE?**

Da Edolo a Vezza d'Oglio
Ritrovo piazzale Stazione di Edolo

• **A CHI È RIVOLTO?**

Dipendenti di ASST e tutta la popolazione

• **COSA SI FA?**

Camminata e visita alla chiesetta di San Clemente

A cura di WHP Aziendale e Gruppo Alpini Vezza d'Oglio

10

CONSIGLI PER
UNO STILE
DI VITA
SALUTARE



1

MANGIA
PIÙ FRUTTA
E VERDURA
NELLA DIETA

BEVI ALMENO
1,5 - 2 LITRI
DI ACQUA
OGNI GIORNO

2



FAI ATTIVITÀ
FISICA
REGOLARE



3

CONTROLLA
IL TUO PESO

4



CURA LE
RELAZIONI
SOCIALI

5



DORMI
A SUFFICIENZA
OGNI NOTTE

6



EVITA L'ALCOOL
E IL FUMO

7



PARTECIPA
AGLI SCREENING
GRATUITI E AI
PROGRAMMI DI
VACCINAZIONE

8

SI

PROTEGGITI
DAL SOLE:
È UN AMICO,
MA NON
ESAGERARE

9



LIBERATI DALLA
DIPENDENZA DA
SMARTPHONE

10



Fonti:
CREA Centro di Ricerca Alimenti e Nutrizione - Linee Guida per una sana alimentazione, 2018
OMS Organizzazione Mondiale della Sanità - Physical Activity and Sedentary Behaviour, 2020
IARC Agenzia Internazionale per la Ricerca sul Cancro - Codice Europeo contro il cancro

Sistema Socio Sanitario
Regione Lombardia
ATS Montagna



Visita il nostro sito: www.asst-valcamonica.it
o vai direttamente alla pagina dedicata

Per maggiori informazioni
contattare la Segreteria di Distretto al numero **0364.329274**
oppure inviare una e-mail a distretto@asst-valcamonica.it