INSIEME SI PUÒ.
INSIEME FUNZIONA.
La salute promossa insieme
sul territorio bergamasco.

2024 - Insieme si può. Insieme funziona.

Presentazione del progetto

PREMESSA

Abbiamo deciso che nel 2024 il progetto “Insieme si può. Insieme funziona” debba rivolgersi a bambini e ragazzi. Siamo infatti convinti che abbia ragione il Prof. Silvio Garattini, Presidente dell’Istituto Farmacologico Mario Negri, quando dice che la cultura della salute dovrebbe essere insegnata nelle scuole. Anzi, a suo parere dovrebbe rientrare nei programmi di studio ministeriali.

Il motivo è chiaro. Sin da piccoli si deve essere educati a condurre una vita sana con comportamenti sani e orientati al benessere. Quei comportamenti che ci permettono di avere cura della nostra salute quando la salute c’è e non quando è già insorta la malattia. E con la cura si fa prevenzione. La stessa che molti adulti riservano alla propria automobile con cure, attenzioni e controlli. Si tratta, in fondo, di vivere nel modo migliore per restare in salute. Questo ci permetterebbe anche di invecchiare in salute e sappiamo bene quanto questo tema sia attuale nel nostro Paese.

Prevenzione e diagnosi precoce, peraltro, sono le armi più potenti di cui disponiamo per combattere le malattie e proteggere la salute. Il 50% delle malattie croniche potrebbe essere prevenuto. Parliamo di patologie molto diffuse come il diabete o il colesterolo alto. Si potrebbe prevenire addirittura il 70% delle malattie tumorali. A dirlo è ancora il Prof. Silvio Garattini.

Il problema è saperlo. Sapere che quelle armi esistono, come funzionano e come si possono usare. Siamo quindi ancora di fronte ad una questione di cultura, la cultura della salute. Quella cultura che è bene incontrare sin da piccoli e approfondire negli anni dell’adolescenza per trovarsi preparati ad applicarne gli insegnamenti nell’età adulta.

E proprio questo è l’obiettivo del progetto **Insieme si può. Insieme funziona – 2024**: promuovere la cultura della salute, rivolgendo l’attenzione a bambini e ragazzi. E poi certo, con loro, anche a genitori, insegnanti e mondo adulto.

INSIEME SI PUÒ.
INSIEME FUNZIONA.
La salute promossa insieme
sul territorio bergamasco.

PROSEGUIAMO

Abbiamo iniziato nel 2022, abbiamo continuato nel 2023 e proseguiamo col nostro progetto nel 2024. Lo facciamo col nostro modello che si fonda sulla convinzione che la salute non sia un tema solo sanitario ma anche sociale e che quindi debba essere portato in mezzo alla gente. E che lo si debba fare, coinvolgendo sanità e amministrazioni pubbliche, università, enti che operano sul territorio e sistema mediatico.

Nel corso dell'anno saranno diversi gli appuntamenti che terremo, ognuno dedicato ad un tema. E ognuno strutturato secondo una modalità ormai sperimentata:

Un incontro/convegno
- In presenza e in diretta on-line
- Impostato sul modello del talk show
- Con relatori di diversa estrazione
    - Medico
    - Insegnante
    - Studente cui sarà chiesto di intervenire sulla base di una tesina che la classe/le classi saranno state invitate a realizzare sul tema dell'incontro
    - Psicologo
    - Rappresentante della Pubblica Amministrazione
- Con l'obiettivo di proporre un'informazione ampia e chiara, multidisciplinare e immediatamente fruibile intorno all'argomento dell'appuntamento

Prestazioni sanitarie gratuite
- Visite di prevenzione e diagnosi precoce
- Incontri e percorsi di sostegno psicologico

Attività di sensibilizzazione sul territorio
- Incontri pubblici
- Postazioni informative
- Passeggiate della Salute
- Eventi

Attività di formazione
- Scuole
- Aziende
- Categorie professionali

Lo facciamo con i tanti che hanno voluto raccogliersi intorno a questo progetto e al suo nucleo: ATS, ASST, Amministrazioni pubbliche, Aziende sanitarie pubbliche, private e private convenzionate, Ufficio Scolastico Territoriale, Enti presenti sul territorio, CSV, per citarne alcuni. Proseguiamo, dunque. Col nostro entusiasmo e col nostro impegno, aperti come sempre al contributo di chiunque.

INSIEME SI PUÒ. INSIEME FUNZIONA - 2024

Insieme si può. Insieme funziona è un progetto ideato e condotto da otto associazioni di volontariato, impegnate nella salute e da una struttura sanitaria privata, impegnata nel sociale. Intorno a loro e con loro collaborano in tanti.

Noi siamo

- ACP – Associazione Cure Palliative
- AILAR – Associazione Italiana Laringectomizzati
- AOB – Associazione Oncologica Bergamasca
- Associazione Amici dal Cuore Viola – Cancro al pancreas
- Associazione Amici di Gabry – Cancro al seno
- Fondazione Artet – Ricerca su Trombosi, Emostasi e Tumori
- Insieme con il Sole dentro – Melanoma e cancro della pelle
- LILT Bergamo Onlus – Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori
- Politerapica – Terapie della Salute

E con noi ci aspettiamo che ci siano e continuino ad esserci

- ATS Bergamo
- ASST Bergamo Est
- ASST Bergamo Ovest
- ASST Papa Giovanni XXIII
- Humanitas Gavazzeni
- Diocesi di Bergamo – Ufficio Pastorale della Salute
- Fondazione Angelo Custode
- Fondazione per la Ricerca Ospedale di Bergamo - FROM
- Provincia di Bergamo
- Collegio dei Sindaci della provincia di Bergamo
- Ambito Territoriale di Seriate
- Comune di Bergamo
- Città di Seriate
- CSV Bergamo

che ci hanno concesso il loro patrocinio e il loro sostegno

E con la collaborazione di

- Ufficio Scolastico Territoriale di Bergamo
- Consiglio delle Donne del Comune di Bergamo

INSIEME SI PUÒ.
INSIEME FUNZIONA.
La salute promossa insieme
sul territorio bergamasco.

CALENDARIO DEGLI APPUNTAMENTI

1. 01.03.2024
   - **Medicina di genere**
   - Provincia – Sala Olmi
2. 22.03.2024 - SNPO Settimana Nazionale Prevenzione Oncologica
   - **Alimentazione**
   - Treviolo
3. 03.05.2024 - Giornata Mondiale del Melanoma
   - **Pelle**
   - HPG XXIII
4. 31.05.2024 - Giornata Mondiale senza Tabacco
   - **Fumo**
   - Auditorium BCC Caravaggio
5. 13.09.2024
   - **Fine vita. Quando la tragedia riguarda il bambino**
   - Combinato con Pigiama Run
   - Casa del Giovane - Sala degli Angeli
6. 20.09.2024 - Evento nazionale
   - **PIGIAMA RUN**
   - Bergamo
7. 11.10.2024 - Campagna Nastro Rosa
   - **Cancro del seno**
   - Mapello
8. 21.11.2024
   - **Cancro al pancreas**
   - Casnigo
9. 22.11.2024 - Campagna Percorso Blu
   - **Andrologia**
   - Seriate – Biblioteca Gambirasio
10. 06.12.2024
    - **Papillomavirus**
    - Auditorium BCC Treviglio

Marzo
Anticipazione 8° appuntamento su HPV a Clusone

Febbraio/Maggio
Anticipazione 4° appuntamento a Clusone

Luglio/Agosto
Anticipazione Nastro Rosa a Clusone

INSIEME SI PUÒ.
INSIEME FUNZIONA.
La salute promossa insieme
sul territorio bergamasco.

1 - 01.03.2024 – MEDICINA DI GENERE

Incontro/Convegno

- Sede: Provincia di Bergamo, Auditorium Ermanno Olmi
- Relatori
    1. Silvio Garattini, Presidente - Istituto Mario Negri
    2. Anna Falanga, Medico
    3. Fabio Conforti, Oncologo – Humanitas Bergamo
    4. Valeria Perego
    5. Marcella Messina, Presidente - Collegio dei Sindaci provincia di Bergamo

Attività sul territorio

- Interventi mediatici

Istituti scolastici coinvolti

INSIEME SI PUÒ.
INSIEME FUNZIONA.
La salute promossa insieme
sul territorio bergamasco.

---

2 – 22.03.2024 – ALIMENTAZIONE
IN OCCASIONE DELLA SETTIMANA NAZIONALE PREVENZIONE ONCOLOGICA

Incontro/Convegno
- Sede: Treviolo
- Relatori
    1. Giorgio Severgnini (o Vincenza Serra) – ASST BG Est
    2. Insegnante/Studente
    3. Giuliana Rocca, ATS Bergamo
    4. Psicologa
    5. Pasquale Gandolfi

Attività sul territorio
- Distribuzione olio
    - ATS Bergamo
    - Humanitas Gavazzeni
    - ASST PG23
        - Ospedale PG
        - CdC Borgo Palazzo
    - ASST BG Est
        - Ospedale Bolognini
        - Calcinate
        - Gazzaniga
    - Clusone
        - Gazebo in piazza
    - Trescore
        - Postazione a
          Trescore
          Cenate Sotto
          Bianzano (?)
    - Verdello
- Altre attività
    - Clusone
      Passeggiata della Salute
        - Istituto Fantoni e Istituto Alberghiero ABF
            - 190 studenti
            - Tutte le classi 2° del Fantoni – 8 classi – 171 studenti
            - Una classe 2° dell'ABF – 19 studenti
        - Impostazione
            - Precedente incontro con la nutrizionista
            - On-line
            - Un'ora e mezza
            - Passeggiata
                - Martedì 19 marzo
                - Mercoledì 27 marzo

    - Trescore Balneario
      Istituto Federici
        - Alimentazione biennio
          - Lezione
          - Ricerca
- Visite chirurgiche
  - Politerapica
  - ASST BG Est
  - Humanitas Gavazzeni
- Consulenze psicologiche
  - Politerapica
  - ASST PG23
  - Fondazione Angelo Custode
  - Associazione Amici di Gabry

Istituti scolastici coinvolti
- Federici, Trescore
- Fantoni, Clusone
- ABF, Clusone

INSIEME SI PUÒ.
INSIEME FUNZIONA.
La salute promossa insieme
sul territorio bergamasco.

---

3 – 03.05.2024 – PELLE
IN OCCASIONE DEL MELANOMA DAY

Incontro/Convegno
- Sede: ASST PG23
- Relatori
    1. Paolo Sena, Direttore - UOC Dermatologia, ASST PG23
    2. Pediatra
    3. Psicologa
    4. Insegnante/Studente
    5. Gabriele Cortesi

Attività sul territorio
- Melanoma day LILT – Clusone
- Visite
    - Ambulatori LILT
        - Verdello
        - Trescore Balneario
        - Clusone
            - 25 visite con Dott. Giuseppe Falgheri
    - Politerapica
    - Bergamo Sanità
        - Nembro
    - ASST PG23 (in attesa di conferma)
    - Humanitas Gavazzeni (in attesa di conferma)
- Consulenze psicologiche
    - Politerapica
    - ASST PG23
    - Fondazione Angelo Custode
    - Amici di Gabry
- Camminate con consegna creme
    - Città di Bergamo
    - Rifugio CAI
- Mostra Ferite di luce (?)
- Illuminazione in giallo
    - Porta S. Giacomo
- Altre attività
    - Clusone
        - Gazebo piazza del mercato (lunedì)
        - Prendersi cura della propria pelle: conosciamo il melanoma
            - Intervento del dermatologo all'Istituto Fantoni
                - Tutte le classi 4° - 8 classi – 136 studenti
                - Anna Di Landro
                - Da definire se on-line o in classe
    - Trescore Balneario

INSIEME SI PUÒ.
INSIEME FUNZIONA.
La salute promossa insieme
sul territorio bergamasco.

Istituto Federici

- Prevenzione
  - Lezione
  - Ricerca
  - Distribuzione creme di protezione

Istituti scolastici coinvolti

- Federici, Trescore
- Fantoni, Clusone

INSIEME SI PUÒ.
INSIEME FUNZIONA.
La salute promossa insieme
sul territorio bergamasco.

---

4 – 31.05.2024 – FUMO
IN OCCASIONE DELLA GIORNATA MONDIALE SENZA TABACCO

Incontro/Convegno
- Sede: Auditorium BCC Caravaggio
- Relatori
    1. Roberto Boffi, Responsabile Pneumologia - Istituto Nazionale Tumori
    2. Giuliana Rocca, Direttore - UOC Dipartimento Igiene e Prevenzione Sanitaria ATS
    3. Insegnante/Preside
    4. Studente
    5. Sindaco di Caravaggio
    6. Psicologa

Attività sul territorio
- 1 frutto contro 1 sigaretta
    - ASST PG23
        - Ospedale PGXXIII
        - CdC Borgo Palazzo
    - ASST BG Est
        - Ospedale Bolognini
        - CdC Gazzaniga
    - Istituto Federici, Trescore
    - Scuole Romano/Treviglio
- Ostetricie
    - ASST PG23
    - ASST BG Est
- Visite
    - ASST BG Est
        - Ospedale Bolognini - Otorinolaringoiatriche
- Consulenze psicologiche
    - Politerapica
    - ASST BG Est
        - Gazzaniga – Sostegno adolescenti
    - Associazione Amici di Gabry
    - ASST PG23 (in attesa di conferma)
    - Humanitas Gavazzeni (in attesa di conferma)
    - ACP

- Altre attività
    - Clusone
        - Intervento di sensibilizzazione su televisione locale
        - Agente 00 Sigarette
            - Obiettivo: Potenziamento lifeskills
            - Destinatari: Scuola Primaria
                - Plessi di Piario e di Villa d'Ogna

            - 2 classi – 30 bambini
        - Fine febbraio/Inizi marzo
            - Visione video – 2 video (1 video ogni 15 giorni)
        - Aprile - Dopo Pasqua
            - Intervento dell'Agente in classe
                - Un'ora/un'ora e mezza per singola classe
            - Intervento aggiuntivo con esperta – yoga
                - Input per successiva realizzazione elaborato
        - Elaborato da realizzare
            - Da singoli alunni e/o gruppi
            - In modalità di libera scelta
        - Maggio (a ridosso del 31 maggio)
            - Premiazione
            - Con coinvolgimento amministrazioni pubbliche
            - Premi: quaderni/segnalibro della LILT
- Trescore Balneario
  Istituto Federici
    - Prevenzione
        - Lezione
        - Ricerca
        - Fruttino contro sigaretta

  Postazione Casa di Comunità/Ospedale (?)

Istituti scolastici coinvolti
- Federici, Trescore
- Scuole primarie, Piario e Villa d'Ogna
- Liceo Scientifico e Liceo Linguistico Galileo Galilei, Caravaggio

INSIEME SI PUÒ.
INSIEME FUNZIONA.
La salute promossa insieme
sul territorio bergamasco.

5 – 13.09.2024 – FINE VITA – QUANDO LA TRAGEDIA COLPISCE IL BAMBINO

Incontro/Convegno
- Sede: Casa del Giovane
- Relatori
    1. Sara Previtali, Palliativista (Hospice di B.go Palazzo)
    2. Maria Luisa Galli - Fondazione Angelo Custode
    3. Sergio Clarizia, Pediatra e palliativista pediatrico
    4. Psicologa
    5. Istituzione
    6. Insegnante /Studente

Attività sul territorio
- Consulenze psicologiche
    - Politerapica
    - Associazione Amici di Gabry
    - Fondazione Angelo Custode
    - ASST Papa Giovanni XXIII/ACP Bergamo

Altre attività
- Trescore Balneario
  Istituto Federici (?)

Istituti scolastici coinvolti
- Liceo Scientifico Mascheroni, Bergamo (? – Irene Kalb)

6 – 20.09.2024 – PIGIAMA RUN

Pigiama Run

- Evento nazionale
- Bergamo, a sostegno di Casa Amoris Laetitia

INSIEME SI PUÒ.
INSIEME FUNZIONA.
La salute promossa insieme
sul territorio bergamasco.

7 – 11.10.2024 – CANCRO AL SENO
IN OCCASIONE DELLA CAMPAGNA NASTRO ROSA

Incontro/Convegno
- Sede: Mapello
- Relatori
    1. Senologa ASST Bergamo Est
    2. ATS Bergamo
    3. Psicologa
    4. Insegnante/Studente
    5. Sindaco Mapello

Attività sul territorio
- Visite specialistiche gratuite LILT
  con il coinvolgimento delle diverse realtà sanitarie provinciali
- Consulenze psicologiche
    - Politerapica
    - Associazione Amici di Gabry
    - ASST BG Est
    - Fondazione Humanitas Gavazzeni
- Illuminazione siti
    - Bergamo
    - Clusone
    - Trescore
    - ASST PG23
- Passeggiata CAI
- Banchetti informativi nelle Case della Comunità in collaborazione senologi ASST
    - ASST BG Est
        - CdC Gazzaniga
        - CdC Calcinate
        - Ospedale Seriate
    - ASST PG23
- Iniziative di sensibilizzazione con la popolazione
    - Da definire
- Altre attività
    - Clusone
        - Camminare per star bene
            - Luglio/Agosto
            - Altipiano di Clusone
            - Con Turismo Pro Clusone
        - Gazebo per distribuzione materiale informativo
        - Passeggiata “Tutte in rosa” per le vie del centro di Clusone
        - Passeggiata in rifugio
            - Magnolini

- Trescore Balneario
  Istituto Federici – Classi 4°
    - Prevenzione
      - Lezione
      - Ricerca

  Postazione Casa di Comunità/Ospedale (?)
  Postazione azienda (?)

Istituti scolastici coinvolti

- Liceo Artistico Fantoni, Bergamo (? – Lucie De Ponti)
- Istituto Grafico Fantoni, Bergamo (? – Lucia De Ponti)
- Liceo Scientifico Mascheroni, Bergamo (? – Irene Kalb)

INSIEME SI PUÒ.
INSIEME FUNZIONA.
La salute promossa insieme
sul territorio bergamasco.

---

8 – 21.11. 2024 – CANCRO AL PANCREAS

Incontro/Convegno

- Sede: Casnigo, Teatro del Circolo Fratellanza
- Relatori
    1. Roberto Labianca – Humanitas Bergamo
    2. Domenico Pinelli - ASST Papa Giovanni XXIII
    3. Psicologa
    4. Insegnante/Studente
    5. Istituzione

Attività sul territorio

- Visite
    - Politerapica
    - ASST BG Est
    - Humanitas Gavazzeni
- Consulenze psicologiche
    - Politerapica
    - Associazione Amici di Gabry
    - ASST PG23
    - Fondazione Angelo Custode
- Illuminazione siti
- Altre attività
    - Casnigo
        - Illuminazione pubblica in viola
        - Altre attività da definire

Istituti scolastici coinvolti

- Da definire

INSIEME SI PUÒ.
INSIEME FUNZIONA.
La salute promossa insieme
sul territorio bergamasco.

---

9 – 22.11. 2024 – ANDROLOGIA
IN OCCASIONE DI PERCORSO BLU

Incontro/Convegno
- Sede: Seriate, Biblioteca Gambirasio
- Relatori
    6. Oreste Risi – Humanitas Bergamo
    7. Pediatra - ASST BG Est (Pierangela o Valeria)
    8. Psicologa
    9. Insegnante/Studente
    10. Istituzione

Attività sul territorio
- Visite
    - Politerapica
    - ASST BG Est
    - Humanitas Gavazzeni
- Consulenze psicologiche
    - Politerapica
    - Associazione Amici di Gabry
    - ASST PG23
    - Fondazione Angelo Custode
- Illuminazione siti
    - ASST PG23

- Altre attività
    - Clusone
        - Gazebo per distribuzione materiale informativo
        - Convegno “Il seno che cambia”
            - Novembre

    - Trescore Balneario
      Istituto Federici (?)

Istituti scolastici coinvolti
- Liceo Artistico Fantoni, Bergamo (? – Lucia De Ponti)
- Istituto Grafico Fantoni, Bergamo (? – Lucia De Ponti)
- Liceo Scientifico Mascheroni, Bergamo (? – Irene Kalb)

INSIEME SI PUÒ.
INSIEME FUNZIONA.
La salute promossa insieme
sul territorio bergamasco.

10 – 06.12.2024 – PAPILLOMAVIRUS

Incontro/Convegno
- Sede: Treviglio, Auditorium Cassa Rurale
- Relatori
    1. Daniela Corti, Anatomopatologa Treviglio
    2. Giuliana Rocca, ATS BG papilloma virus
    3. Psicologa
    4. Insegnante/Studente
    5. Amministrazione pubblica

Attività sul territorio
- Visite
    - Politerapica
    - ASST BG Est
    - Humanitas Gavazzeni
    - AILAR
      visite e primo incontro logopedico
- Consulenze psicologiche
    - Politerapica
    - Associazione Amici di Gabry
    - ASST PG23
    - Fondazione Angelo Custode

Attività sul territorio Alta Val Seriana – Marzo 2024
- Interventi di informazione nelle scuole
    - Istituto Fantoni
        - Tutte le classi 3°
        - 7 classi
        - 135 studenti
    - Date
        - Sabato 9 marzo
        - Sabato 23 marzo
    - Impostazione
        - Due ostetriche
        - 1 ora per classe
        - In presenza

- Altre attività
        - Trescore Balneario
          Istituto Federici

Istituti scolastici coinvolti
- Liceo Artistico e Liceo Classico Simone Weil, Treviglio (? – Marco Cremonesi)
- Istituto Tecnico Treviglio (? – Marco Cremonesi)

INSIEME SI PUÒ.
INSIEME FUNZIONA.
La salute promossa insieme
sul territorio bergamasco.

ASPETTI OPERATIVI

Nel documento fin qui preparato, sono rimasti volutamente vaghi alcuni punti
- Nomi dei relatori
- Attività sul territorio
  Per queste ultime, laddove disponibili, sono state indicate le attività in programma quest'anno. Queste devono essere intese solo come riferimento su cui lavorare

Sedi degli incontri/convegni
- Le sedi indicate per ogni incontro/convegno devono essere prenotate presso i diversi enti

Comunicazione
La comunicazione è parte integrante del progetto. Quest'anno ne è stata parte determinante. Questo significa che possiamo lavorarci e che lo strumento è efficace.

<u>Canali su cui lavorare</u>
- Media
  - Gruppo l'Eco di Bergamo: Pasquale
  - Corriere della Sera: Pasquale
  - Il Giornale di Treviglio: Marco Cremonesi
  - Valseriana News: LILT
  - Bergamo News: Pasquale
  - Antenna 2: delegazione Alta Val Seriana
  - MyValley: delegazione Alta Val Seriana
- Social
  - Pagina Facebook
    - Quella dedicata al progetto – Pasquale/Valeria
    - Quelle delle singole associazioni/strutture
  - Utenza Instagram
    - Quella dedicata al progetto – Pasquale/Valeria
    - Quelle delle singole associazioni/strutture
  - Canale YouTube
    - Quello dedicato al progetto – Pasquale/Valeria
    - Quelli delle singole associazioni/strutture
- Altri canali delle singole associazioni/strutture
  - Siti
  - Newsletter
  - …