DOVE: PARCO DELLA TRUCCA, BERGAMO
QUANDO: 6 E 7 GIUGNO

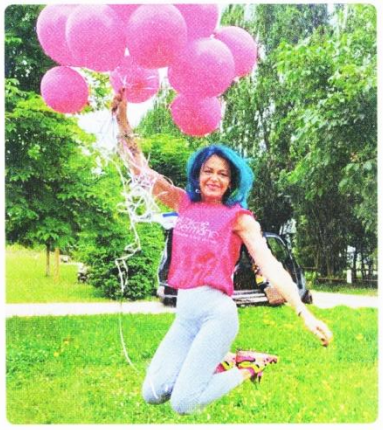
segretario@amichepermano.it
www.amichepermano.it

La prevenzione diventa momento di incontro e di benessere fisico

Per celebrare il suo decimo anniversario, l'associazione Amiche per mano tornerà domenica 7 giugno al Parco della Trucca di Bergamo con la «Fit & Fun Walk», l'evento che unirà consapevolezza e benessere. Quest'anno l'iniziativa si presenterà con una veste e forma nuova rispetto alle precedenti edizioni ma sempre con un solo obiettivo: sensibilizzare la cittadinanza sull'importanza della prevenzione del tumore al seno. Da tempo, l'ente si fa portavoce di un messaggio chiaro: sottoporsi a visite senologiche accurate è necessario sin da giovani, già dai vent'anni. Questi check devono precedere gli esami strumentali – tra i più noti la mammografia e l'ecografia al seno – e sono il primo passo fondamentale per individuare eventuali anomalie. Come in molti aspetti della vita, anche in questo caso la costanza è importante: prenotare un consulto medico con regolarità è un appuntamento annuale che ogni donna non dovrebbe mancare.

Due giornate per la prevenzione

Domenica 7 giugno, la mattinata prenderà il via alle 8.30 con il ritiro del kit omaggio, costituito da t-shirt o cappellino e tanti altri prodotti, mentre il ritrovo sarà alle 9.30. «Fit & Fun Walk» avrà il suo culmine nella camminata collettiva in calendario alle 10.30. Seguirà una sessione fitness con musica di circa 45 minuti e, alle 12.15, i saluti e i ringraziamenti istituzionali che anticiperanno il momento dedicato al pranzo. Le possibilità saranno due: consumare un pic-nic libero oppure recuperare le forze gustando un pasto Al Bistrot Forno con Cucina a Curno (previa prenotazione). Sarà un evento aperto a tutti con il fine, oltre a sensibilizzare, di raccogliere fondi, con un'offerta libera a partire da 10 euro, per sostenere la ricerca, le attività per le pazienti oncologiche, il progetto parrucche e alcuni servizi ospedalieri come l'estetica oncologica, incontri con nutrizionisti oncologici e fisioterapia post intervento.
In occasione della manifestazione, sarà possibile accedere a visite senologiche gratuite su prenotazione, dedicate alle giovani tra i 20 e i 44 anni e alle donne dai 74 anni. L'iniziativa, in collaborazione con la Croce Rossa Italiana che aprirà le porte dei suoi ambulatori di Bergamo e di Villa d'Almè, si terrà sabato 6 giugno, il giorno prima della «Fit & Fun Walk», dalle 9 alle 12 e dalle 13 alle 16.



INFO

PRENOTAZIONE: le visite senologiche sono gratuite, con prenotazione al 3384336505

Con il patrocinio di

Città dei Mille – Comune di Bergamo
Sistema Socio Sanitario Regione Lombardia ATS Bergamo

Amiche per mano – insieme si può vincere

Con il patrocinio di

Humanitas Gavazzeni



con Eleonora

Bergamo, Parco della Trucca - 7 giugno 2026

9:30 ritrovo, 10:30 camminata, 11:30 fitness, ore 12:15 saluti e ringraziamenti

Offerta libera a partire da 10€ per sostenere ricerca e attività per le pazienti con tumore al seno.
Al termine dell'attività, per chi vuole, pic-nic libero o pranzo Al Bistrot Forno con Cucina - Curno (previa prenotazione)

KIT in omaggio: t-shirt o cappellino e altri prodotti

Dove trovarci per ritirare i KIT:

- **Cena - Trex**
  26 maggio dalle ore 19
- **Oriocenter - Stand Amiche per Mano**
  30 e 31 maggio
- **Humanitas Gavazzeni**
  3 e 4 giugno dalle 9 alle 15
- **Fit & Fun Walk, Parco della Trucca**
  7 giugno dalle ore 8:30



VISITE SENOLOGICHE GRATUITE
prima visita per le giovani dai 20 ai 44 anni
6 GIUGNO 2026
Dalle 9 alle 12 e dalle 13 alle 16

Con la collaborazione di Croce Rossa Italiana
Comitato di Bergamo

Ambulatorio Croce Rossa
Via della Croce Rossa 2, Bergamo

Unità territoriale Croce Rossa
Via M.llo di Bernardo, 14 - Villa D'Almè

Per informazioni e prenotazione visite scrivi un messaggio a Gianna: 338 4336505

Iscrivendoti accetti che le tue fotografie e video possano essere pubblicati per scopi inerenti alla causa dell'associazione