

appUNTAMENTI DAL 14 AL 20 OTTOBRE

della settimana

a cura di Lorenza Resuli



lunedì 14 TUTTA ITALIA
ottobre

Sette giorni per "raddrizzare" la schiena

Per prenotare la visita gratuita dal chiropratico più vicino: **800.017.806**

Non è un caso che la "Settimana della chiropratica" parta proprio oggi e prosegua fino al 19: il 16 ottobre, infatti, si celebra in tutto il mondo il World spine day, la giornata dedicata alla salute della colonna vertebrale, dalla quale dipende il benessere di tutto

l'organismo. Per sette giorni, 200 chiropratici di tutta Italia aprono le porte dei loro studi, offrendo un check up gratuito della schiena. Per conoscere lo studio più comodo, contattare il numero verde nelle fasce orarie 9-12.30 e 14-17,30 **www.chiropratica.it**

DOVE

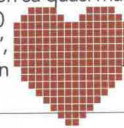
EVENTO

Info e Costi

martedì 15 TUTTA ITALIA
ottobre

Come liberare il cuore da un... arresto

Ogni giorno, in Europa, 400mila persone subiscono un arresto cardiaco, 60mila solo Italia. Chi è presente al drammatico evento non sa quasi mai come comportarsi. Per colmare questo vuoto, dal 14 al 20 ottobre tutti i cittadini sono invitati a partecipare a "Viva!", la Settimana per rianimazione cardiopolmonare, che ha un fitto calendario di eventi. **www.viva2013.it**



Il calendario delle iniziative in tutta Italia si trova sul sito

mercoledì 16 MILANO Istituto nazionale dei tumori
ottobre

Ricostruire il seno per costruirsi una nuova vita

Anche molte città italiane partecipano al Bra day, la giornata mondiale di sensibilizzazione per la ricostruzione del seno, con una serie di iniziative mirate a informare le donne sulle tecniche di chirurgia ricostruttiva (il calendario completo si può consultare sul sito). A Milano, in particolare, un'équipe dell'Istituto dei tumori sarà a disposizione per visite e consulenze gratuite. **www.bradayitaly.it**

Le visite e le consulenze sono dalle 14 alle 17.30. Alle 18: incontro aperto al pubblico e concerto a seguire

giovedì 17 LATINA piazza del Popolo
ottobre

L'educazione alimentare sbarca a Latina

Un esperto mugnaio che rivela come nasce la genuinità dei prodotti, un percorso sensoriale dove sperimentare la bontà a occhi chiusi, laboratori didattici interattivi... Sono solo alcune delle novità del Tour Mulino Bianco, che si ferma a Latina per promuovere un'alimentazione corretta e sostenibile. **www.mulinobianco.it/il-tour-del-mulino**



La prenotazione ai laboratori può essere fatta in loco

venerdì 18 CREMA
ottobre

Il cibo? Si mangia, si legge, si suona...

Artisti e nutrizionisti, medici e pittori, ricercatori e musicisti. Figure così diverse, unite per tre giorni dal cibo, nella colorata e saporita rassegna cultural-gastronomica "I mondi di carta". Una kermesse particolare dove arte e cibo si intrecciano, per dare vita a incontri e appuntamenti dedicati al buon vivere (e al sano mangiare...). Il tutto nella bella cornice di una piccola perla urbana **www.imondidicarta.it**

Il ricavato della manifestazione sarà devoluto all'Airc, Associazione italiana per la ricerca sul cancro

sabato 19 TUTTA ITALIA
ottobre

Centinaia di ciclamini per salvare migliaia di vite

Va avanti per tutto ottobre la campagna di raccolta fondi "Ciclamini della solidarietà" organizzata dalla fondazione Ant nelle principali piazze italiane. Fulcro dell'iniziativa, le piantine offerte dai volontari Ant in cambio di una piccola donazione, che andrà a finanziare i progetti di prevenzione oncologica e assistenza sanitaria. **www.ant.**



Il numero verde Ant 800.929.203 risponde lunedì, mercoledì e giovedì ore 10-12 e 15-17



Europa Donna celebra la giornata mondiale della salute del seno (15 ottobre), ricordando i tre pilastri della prevenzione: dieta sana, peso corporeo giusto e movimento.

6 viversaniebelli

domenica 20 TUTTA ITALIA
ottobre

Care fratture, mollate l'osso!

Quando le ossa fanno "crack", spesso dietro c'è un problema di osteoporosi, malattia che nel 2017 colpirà 48mila donne over 65. Tutte potenziali vittime di frattura del femore. Per scongiurare questo rischio, le principali società italiane interessate (Siommms, Siot,

Sir, Ortomed e Gisoos) inaugurano oggi il "Mese della prevenzione delle fratture da fragilità ossea". In ben 13 regioni, le donne che hanno subito una frattura del femore o che sono ad alto rischio hanno diritto a una visita gratuita. **www.stopallefratture.it**