



Assessorati  
alle Politiche Sociali e  
alle Pari Opportunità

# Stare Bene

a Montecchio Maggiore

*#salute #pariopportunita #famiglia*

Calendario degli appuntamenti 2020

Caro Cittadino,

"Stare bene a Montecchio" è il programma delle iniziative che gli Assessorati alle Politiche Sociali e alle Pari Opportunità sostengono e promuovono per il 2020. I temi sociali e della parità di genere si intrecciano e si legano: la parità tra i sessi fa sì che non esistano argomenti che riguardano esclusivamente le donne o gli uomini, ma argomenti che, a diversi livelli, riguardano tutta la società.

Affinchè la società di Montecchio Maggiore possa "stare bene" è importante che si offrano ai cittadini momenti di crescita personale e culturale, di confronto su tematiche come la salute, la famiglia, la conoscenza del diverso, l'educazione alla nonviolenza e alla parità.

Colgo l'occasione per ringraziare di cuore tutte le associazioni e i loro volontari per il servizio che svolgono e perché rendono viva la città, diffondono valori come l'altruismo, il senso civico, la solidarietà e offrono sane occasioni di aggregazione.

In particolare ringrazio le Associazioni che hanno partecipato attivamente all'organizzazione di queste iniziative, facendo gruppo e portando la cittadinanza a conoscenza delle loro realtà. Ho incontrato persone positive, propulsive e pronte a collaborare e ho constatato la verità della citazione "Chiedete e vi sarà dato; cercate e troverete, bussate e vi sarà aperto"...

L'Assessore alle Politiche Sociali e alle Pari Opportunità  
Maria Paola Stocchero

## Calendario appuntamenti 2020

- Mercoledì 29/1** - Quando orecchie e denti si fanno sentire: come curare e prevenire?
- Giovedì 6/2** - Il nostro bambino cresce: carie dentali, scoliosi e cifosi
- Mercoledì 19/2** - Vertigini, orecchio e cervicale: cosa devo sapere?
- Giovedì 27/2** - "Con-vivere" con un tumore raro. Andrea Pamparana: il mio amico NET
- Giovedì 5/3** - Attività fisica e controllo del peso: come orientarsi?
- Lunedì 9/3** - |per la Giornata della Donna| Giobbe Covatta: Scoop
- Martedì 17/3** - Angela Finocchiaro: Ho perso il filo
- Giovedì 19/3** - Nutrizione ed aspetti psicologici: come mi devo comportare?
- Martedì 24/3** - Parent Coaching
- Mercoledì 25/3** - Insieme oltre la Sclerosi Multipla
- Giovedì 2/4** - Invecchiare consapevolmente: come agire?
- Martedì 7/4** - Attenzione, concentrazione, ritmo, velocità: allenamento dei cervelli di tutta la famiglia con i giochi in scatola
- Martedì 14/4** - Intelligenza emotiva: come coltivarla attraverso i cartoni animati
- Mercoledì 22/4** - Le fasi evolutive della coppia
- Mercoledì 6/5** - Dipendenza da nuove tecnologie
- Domenica 10/5** - | per la Festa della mamma | Romeo & Juliet in Nordic walking
- Mercoledì 13/5** - Parlare? Un gioco da bambini
- Giovedì 24/9** - | per Settembre Alzheimer | Come mantenere sana la mente
- Giovedì 8/10** - Menopausa, momento di grande cambiamento che riguarda la donna e la coppia
- Mercoledì 25/11** - Mese dedicato ad iniziative per la Giornata internazionale per l'eliminazione della violenza sulle donne

# #Salute

**Mercoledì 29 gennaio** h 20.30 - Sala Civica di Corte delle Filande  
QUANDO ORECCHIE E DENTI SI FANNO SENTIRE: COME CURARE E PREVENIRE?

Dott. Andrea Lovato - "Acufene: alla ricerca di una cura efficace"  
Dott. Alberto Lampreda - "Salviamo i nostri denti: la prevenzione dentale nell'adulto"

**Giovedì 6 febbraio** h 20.30 - Sala Civica di Corte delle Filande  
IL NOSTRO BAMBINO CRESCE: CARIE DENTALI, SCOLIOSI E CIFOSI.

Dott. Alberto Lampreda - "Piccoli sorrisi crescono: la prevenzione dentale nel bambino"  
Dott. Giacomo Rossetti - "Mal di schiena e postura nel bambino: luoghi comuni, miti e realtà"

**Mercoledì 19 febbraio** h 20.30 - Sala Civica di Corte delle Filande  
VERTIGINI, ORECCHIO E CERVICALE: COSA DEVO SAPERE?

Dott. Giacomo Rossetti - "Dolori cervicali e vertigini: quando il collo fa girare la testa"  
Dott. Andrea Lovato - "Vertigini e problemi vestibolari: il ruolo dell'orecchio"

## *I professionisti*

Dott. Alberto Lampreda: Dottore in odontoiatria e protesi dentaria (Università di Verona). Specialista in odontoiatria conservativa ed estetica.

Dott. Andrea Lovato: Specialista Otorinolaringoiatra. Professore a contratto presso l'Università di Padova. Ricercatore universitario in Audiologia e Foniatria.

Dott. Giacomo Rossetti: Fisioterapista, dottore di ricerca. Specialista in dolori articolari e muscolo-tendinei. Docente presso l'Università di Verona e di Genova.

**27 febbraio** h 20.30 - Sala Civica di Corte delle Filande  
In collaborazione con Net Italy onlus e Pro Loco Alte Montecchio  
"CON-VIVERE" CON UN TUMORE RARO

ANDREA PAMPARANA PRESENTA: "IL MIO AMICO NET".  
Ornella Vezzaro parlerà del suo nuovo compagno di vita.

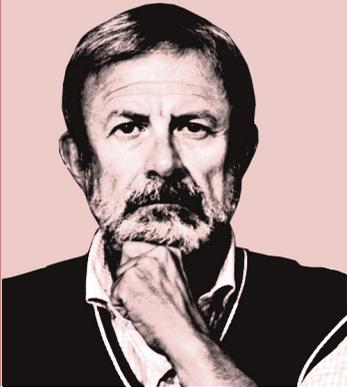
Saranno presenti Luisa Draghetti e Simona Barbi di NET Italy onlus.  
Buffet finale offerto da "Terra Rigogliosa"

Il tumore endoendocrino (NET) è un tumore raro, colpisce 5/6 persone ogni 100.000, ma i numeri potrebbero essere molto più alti: la scarsa conoscenza di questa patologia fa sì che le diagnosi non emergano per lungo tempo. Inoltre i sintomi sono molto comuni ad altre patologie e la malattia viene spesso scambiata per altro. Ma i tempi con il Net sono fondamentali, perchè è una malattia lenta e se diagnosticata tempestivamente può essere cronicizzata.

## *I professionisti*

NET ITALY ONLUS: associazione nata nel 2012 che supporta pazienti affetti da Net e loro familiari ascoltandoli, fornendo giuste informazioni e indirizzandoli ai centri specializzati NET.

Andrea Pamparana: giornalista, scrittore e vice direttore del TG 5.



# #Salute

**Giovedì 5 marzo** h 20.30 - Sala Civica di Corte delle Filande  
**ATTIVITÀ FISICA E CONTROLLO DEL PESO: COME ORIENTARSI?**

Dott. Andrea Ziggiotto - "Esercizio fisico e salute: muoversi per stare bene"

Dott. Nico Donati - "Dispendio calorico, dimagrimento e ricomposizione corporea: una mappa per orientarsi"

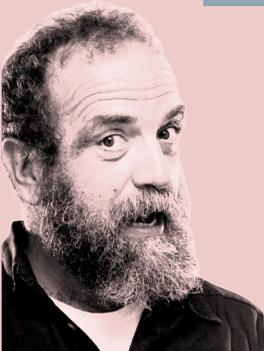
## *I professionisti*

Dott. Nico Donati: Dietista nutrizionista. Specializzato in gastroenterologia e intolleranze alimentari. ChiefNutritionist di MyCIA- Carta d'Identità Alimentare.

Dott. Andrea Ziggiotto: Dottore magistrale in scienze delle attività motorie preventive ed adattate (Università San Raffaele Roma), chinesiologo e preparatore atletico.



# Il teatro è Donna! #PariOpportunità



**Lunedì 9 marzo** h 21 - Teatro Sant'Antonio **per la Festa della Donna**  
GIOBBE COVATTA - SCOOP  
(LA DONNA È SUPERIORE ALL'UOMO)

Attraverso una serie di interviste ad eminenti personaggi esperti sull'argomento, Covatta rivela l'esistenza di una "razza superiore": non si tratta di colore, origine o tratti somatici, il maschio è una razza inferiore e l'unica razza superiore è la femmina. L'evidenza è che dall'infanzia alla morte il maschio genera e sostiene violenze, scazzottate, malavita, ignoranza, congenita stupidità diffusa, presunzione innata, etc.



**Martedì 17 marzo** h 21 - Teatro Sant'Antonio  
ANGELA FINOCCHIARO - HO PERSO IL FILO  
di Angela Finocchiaro, Walter Fontana, Cristina Pezzoli

Una commedia, una danza, un gioco, una festa. In scena un'Angela Finocchiaro inedita che ci racconta con la sua stralunata ironia l'emozionante avventura di un'eroina pasticciona e anticonvenzionale che parte per un viaggio, si perde, tentenna ma poi combatte fino all'ultimo il suo spaventoso Minotauro. Si ride e ci si emoziona grazie agli straordinari danzatori di Hervé Koubri, uno dei più talentuosi e affermati coreografi internazionali, e alla capacità comica della protagonista. Il Labirinto diventa simbolo di rinascita: dopo aver toccato il fondo riuscirà a ritrovare il filo e con esso la forza per affrontare il Minotauro, in un finale inatteso che si trasforma in una festa collettiva coinvolgente e liberatoria.

## **BIGLIETTI**

Platea: € 18 intero - € 15 ridotto under 30 e over 65  
Galleria € 15 - Ridotto studenti € 10

# #Salute

**Giovedì 19 marzo** h 20.30 - Sala Civica di Corte delle Filande  
NUTRIZIONE E ASPETTI PSICOLOGICI: COME MI DEVO COMPORTARE?

Dott. Nico Donati - "Intolleranze e allergie alimentari: verità e falsi miti su glutine, celiachia e lattosio"

Dott.ssa Laura Magnaguagno - "Aspetti psicologici ed emotivi della nutrizione: il ruolo della mente"

## *I professionisti*

Dott. Nico Donati: vedi pag 6.

Dott.ssa Laura Magnaguagno: Psicologa clinica e di comunità. Specializzata nei disturbi dell'età evolutiva e nei disturbi dell'apprendimento scolastico.



**Martedì 24 marzo** h 20.30 - Sala Civica di Corte delle Filande  
In collaborazione con la Scuola del Martedì di Casa Joseph:  
PARENT COACHING

Bambini che non vogliono dormire o mangiare, comportamenti oppositivi/provocatori dall'infanzia all'adolescenza, rifiuto di andare a scuola, dei genitori e delle regole...: i genitori hanno la sensazione di non riconoscere più i loro figli e faticano a comprendere i cambiamenti tipici dell'evoluzione. Le comunicazioni più che un confronto sembrano uno scontro, una guerra in atto tra genitori e figli. A partire da questi elementi ricorrenti, si è pensato di cambiare modo di vedere questo tipo di situazioni e di rispondere ai genitori con aspetti pratici e confrontandoci con situazioni reali.

## *I professionisti*

Dott. Eros Parise: Psicologo Psicoterapeuta: terapia di coppia e consulenza in separazioni Giudiziarie; terapia breve comportamentale ansia, attacchi di panico

Associazione Joseph: associazione senza fini di lucro, con finalità di solidarietà socio-educativa, di prevenzione del disagio familiare e di tutela dei minori. Gestisce "Casa Joseph", struttura protetta residenziale per minori. Per prevenire il disagio familiare e sostenere i neogenitori, promuove da più di dieci anni una Scuola gratuita per genitori e insegnanti della scuola dell'infanzia.



# #PariOpportunità e #Salute

**Mercoledì 25 marzo** h 20.30 - Sala Civica di Corte delle Filande

In collaborazione con AISM Vicenza

INSIEME OLTRE LA SCLEROSI MULTIPLA

**SCLE**  
**ROSI**  
**MULT**  
**IPLA**  
associazione  
italiana

un mondo  
libero dalla SM

Una serata per conoscere cosa significa "sclerosi multipla", con la fisiatra Dott.ssa Pedrazzoli, testimonianze dirette di persone con la SM e il laboratorio esperienziale "Senti come mi sento".

*I professionisti*

Dott.ssa Elisabetta Pedrazzoli: Fisiatra, servizio di riabilitazione AISM Vicenza

AISM, Associazione Italiana Sclerosi Multipla, è l'organizzazione in Italia che si occupa in modo strutturato di tutti gli aspetti legati alla sclerosi multipla (SM), abbracciando il tema dei diritti delle persone con SM, i servizi sanitari e socio-sanitari, la promozione, l'indirizzo e il finanziamento della ricerca scientifica.

**Giovedì 2 aprile** h 20.30 - Sala Civica di Corte delle Filande

INVECCHIARE CONSAPEVOLMENTE: COME AGIRE?

Dott.ssa Laura Magnaguagno - "Invecchiare consapevolmente: aspetti psicologici ed emotivi nella terza età"

Dott. Andrea Ziggiotto - "L'importanza del movimento nella terza età: l'attività fisica come prevenzione"

*I professionisti*

Dott.ssa Laura Magnaguagno: vedi pag 8.

Dott. Andrea Ziggiotto: vedi pag 6.

**Martedì 7 aprile** h 20.30 - Sala Civica di Corte delle Filande

In collaborazione con Woli

**ATTENZIONE, CONCENTRAZIONE, RITMO, VELOCITÀ:  
ALLENAMENTO DEI CERVELLI DI TUTTA LA FAMIGLIA CON I GIOCHI IN SCATOLA**

Attenzione, memoria, flessibilità, velocità di esecuzione e inibizione alla risposta sono funzioni cognitive fondamentali per ogni tipo di apprendimento. È fondamentale per ogni bambino potenziare queste funzioni e, considerando che ogni apprendimento viene acquisito più efficacemente attraverso il gioco e il divertimento, perché non allenarci con i giochi in scatola? Il mondo dei giochi in scatola merita di essere scoperto perché ricco di innumerevoli spunti di apprendimento, ma soprattutto perché lega il divertimento dei bambini a quello degli adulti.

**Martedì 14 aprile** h 20.30 - Sala Civica di Corte delle Filande

In collaborazione con Woli

**INTELLIGENZA EMOTIVA: COME COLTIVARLA ATTRAVERSO I CARTONI ANIMATI**

Negli ultimi anni si è parlato molto dell'importanza di coltivare nei bambini l'intelligenza emotiva. In questo incontro ci proponiamo di spiegarvi cos'è, a cosa serve e che cosa ci rende più o meno "emotivamente intelligenti". Un valido ed efficace aiuto ci può essere dato dai cartoni animati che possono rappresentare un importante spunto sia per i bambini che per gli adulti.

*I professionisti*

Dott.ssa Cristina Cestaro: Terapista della neuro e psicomotricità dell'età evolutiva (TNPEE) e Game Trainer

Dott. Marcello Mercanzin: Terapista della neuro e psicomotricità dell'età evolutiva (TNPEE).



# #Famiglia

**Mercoledì 22 aprile** h 20.30 - Sala Civica di Corte delle Filande  
LE FASI EVOLUTIVE DELLA COPPIA

I dati dicono che separazioni e divorzi stanno aumentando sia nelle coppie giovani che in quelle adulte. I momenti di crisi nella coppia sono in relazione con gli aspetti genitoriali: la nascita di un figlio, la difficoltà nel gestire l'adolescente, l'uscita di casa dei figli... Tre sono le grandi componenti della relazione di coppia: la dimensione romantico\erotica, quella di complicità amicale e quella di progettualità\ cooperazione. La perdita di queste componenti evolutive porta negli anni ad essere degli sconosciuti non più in grado di comunicare, dimenticando l'obiettivo comune che ha formato la coppia: trovare piacere nel far star bene il partner, partendo da ciò che li aveva fatti innamorarsi e sedursi.

**Mercoledì 6 maggio** h 20.30 - Sala Civica di Corte delle Filande  
DIPENDENZA DA NUOVE TECNOLOGIE

Da indagini risulta che l'80% dei bambini di 3/5 anni sa usare il cellulare. Questa "competenza digitale" in età prescolare è certamente un'abilità nuova con effetti sulla formazione di abilità intellettive e può rappresentare una risorsa per lo sviluppo. È l'abuso che se ne fa a determinarne un rischio, soprattutto in bambini così piccoli. Nello schermo di smartphone o tablet vengono stimolati in prevalenza solo due sensi (vista e udito), la multidimensionalità del mondo reale viene meno. Inoltre l'eccesso di stimoli a cui si è sottoposti nell'uso di internet determina un sovraccarico cognitivo nella memoria di lavoro impedendo la formazione di connessioni neurali profonde e a lungo termine.

*I professionisti*

Dott. Eros Parise: vedi pag 9.

# #PariOpportunità e #Salute

**Domenica 10:** h 9.30 - Piazza Marconi **per la Festa della mamma**

In collaborazione con Nordic Walking Montecchio Maggiore  
ROMEO & JULIET IN NORDIC WALKING 7<sup>a</sup> ed.

Con la 7<sup>a</sup> edizione di Romeo & Juliet in Nordic Walking nel giorno della festa della mamma, camminiamo assieme per veicolare quei valori che le mamme trasmettono.

Il filo conduttore è l'inclusione e la condivisione: parteciperanno infatti alcune associazioni a finalità sociale del territorio, con un loro spazio e un percorso ridotto adatto alle possibilità di tutti. Percorso massimo di 9 km.  
Partecipazione: 2,50€. Il ricavato sarà dato in beneficenza.

"Il camminare presuppone che a ogni passo il mondo cambi in qualche suo aspetto e pure che qualcosa cambi in noi." (Italo Calvino)

## *I professionisti*

ASD Nordic Walking Montecchio Maggiore: associazione che promuove la pratica nordic walking, organizza allenamenti periodici nel Nordic Walking Park di Montecchio Maggiore



**Mercoledì 13 maggio** h 20.30 - Sala Civica di Corte delle Filande

In collaborazione con Woli  
PARLARE? UN GIOCO DA BAMBINI

Parlare è un'abilità che i bambini sviluppano spontaneamente. Non sempre però le cose seguono con semplicità il corretto decorso. La serata è pensata per rispondere a dubbi e domande sullo sviluppo del linguaggio nel bambino, per fornire consigli e suggerire attività per stimolare il linguaggio nel gioco e nel quotidiano.

## *I professionisti*

Dott.ssa Ilaria Rigoni: Logopedista, specializzata in disturbi dell'età evolutiva, ritardi e disturbi del linguaggio e dell'apprendimento.



# #PariOpportunità e #Salute

**Giovedì 24 settembre** h 20.30 - Sala Civica di Corte delle Filande  
**| in occasione di Settembre Alzheimer |**  
COME MANTENERE SANA LA MENTE

Dott. Emanuele Tinto, e Dott.ssa Lorena Peotta: Conoscere come funziona la mente e quali strategie semplici si possono adottare per fare la differenza in futuro. Si parlerà di buone prassi da mettere in atto fin dalla giovinezza.

**Giovedì 8 ottobre** h 20.30 - Sala Civica di Corte delle Filande  
**MENOPAUSA, MOMENTO DI GRANDE CAMBIAMENTO CHE  
RIGUARDA LA DONNA E LA COPPIA**

Dott. Emanuele Tinto, Dott.ssa Lorena Peotta, Dott.ssa Delia Maccagnan: Si tratta di una sfida nel trovare nuovi equilibri e orizzonti nei diversi ambiti della vita: individuale, professionale e di coppia. Questi sono anni preziosi di maturità, in cui la libertà è un dono importante, facendo finalmente quello che più piace.

## *I professionisti*

Dott. Emanuele Tinto: Psicologo del lavoro, formatore aziendale senior e consulente aziendale, specializzazione in Psicologia ed Educazione prenatale.

Dott.ssa Lorena Peotta: Psicologa e laureata in Scienze dell'Educazione, specializzazione in Psicologia ed Educazione prenatale, formatrice aziendale.

Dott.ssa Delia Maccagnan: Ostetrica, ha lavorato in ospedale e in consultorio per diversi anni, master in riabilitazione del pavimento pelvico

# #Pari Opportunità

## **Giornata internazionale per l'eliminazione della violenza contro le donne**

Il mese di novembre sarà dedicato a iniziative legate alla Giornata internazionale per l'eliminazione della violenza sulle donne, che l'Assemblea generale dell' Onu ha istituito per il giorno 25 novembre in ricordo del brutale assassinio delle tre sorelle Mirabal, attiviste e rivoluzionarie, avvenuto nel 1960. La Città di Montecchio Maggiore da anni propone iniziative di sensibilizzazione e di educazione al rispetto e alla parità di genere.

CITTÀ DI MONTECCHIO MAGGIORE  
CONTRO LA VIOLENZA SULLE DONNE

**L'AMORE  
NON UCCIDE**





## Città di Montecchio Maggiore

Info

0444 705768

[pari.opportunita@comune.montecchio-maggiore.vi.it](mailto:pari.opportunita@comune.montecchio-maggiore.vi.it)



Montecchio Maggiore eventi

Con il Patrocinio di



Provincia di Vicenza