



CITTÀ DI
MONTECCHIO MAGGIORE
Assessorato
alle Politiche Sociali

con il patrocinio di
REGIONE DEL VENETO
ULSS8
BERICA

STARE BENE

A MONTECCHIO MAGGIORE 2026

Cari Concittadini,

torna anche nel 2026 **Stare Bene a Montecchio Maggiore**, la rassegna di incontri dedicati alla salute e al benessere in Sala Civica Corte delle Filande.

Nove appuntamenti volutamente diversi fra loro, affinché ognuno possa riconoscere un tema di interesse, l'occasione per trovare risposte a domande che spesso non sappiamo a chi rivolgere, un'opportunità per imparare e conoscere meglio noi stessi, gli altri e il mondo in cui viviamo.

Il benessere passa attraverso molte strade e la conoscenza è il primo passo da percorrere per prenderci cura di noi e degli altri.

Dai problemi più concreti che ogni genitore si trova ad affrontare alle sfide attuali di una società che invecchia, dal prevenire la malattia a imparare a convivere con la malattia già manifesta.

Gli incontri ci offriranno la possibilità di ascoltare ed interagire con professionisti che hanno generosamente messo a disposizione il loro tempo, esperienza e conoscenze. Per la prima volta inoltre, la rassegna propone anche un incontro di carattere pratico dedicato alle preziose manovre di disostruzione delle vie aeree.

Ringraziamo gli uffici comunali, le associazioni e i professionisti che hanno collaborato alla realizzazione di questa rassegna, con l'auspicio che possa rappresentare per la cittadinanza un'occasione formativa di ampia partecipazione.

L'Assessore alle Politiche Sociali
Elisa Maule

Il Sindaco
Silvio Parise

2026

SALA CIVICA
CORTE DELLE FILANDE
ingresso libero

14 GENNAIO
mercoledì | h 20.30

GOCCE DI VITA
LA MALATTIA NON TI CANCELLA

Pag. 4

28 GENNAIO
mercoledì | h 20.30

NANNO...
QUANDO E COME VOGLIO

Pag. 5

11 FEBBRAIO
mercoledì | h 20.30

IL PRIMO SOCCORRITORE PUÒ FARE
LA DIFFERENZA

Pag. 6

21 FEBBRAIO
sabato | h 9.00

DISOSTRUZIONE DELLE VIE AEREE

Pag. 6

24 FEBBRAIO
martedì | h 20.30

MONTAGNA E SALUTE

Pag. 7

10 MARZO
martedì | h 20.30

GIOCARE E ARRABBIARSI? NO!
MEGLIO I GIOCHI COLLABORATIVI

Pag. 8

24 MARZO
martedì | h 20.30

DALLA PREVENZIONE ALLA
RIABILITAZIONE: L'ESERCIZIO COME
CHIAVE PER LA SALUTE ARTICOLARE

Pag. 9

8 APRILE
mercoledì | h 20.30

L'ENDOMETRIOSI: UNA PATOLOGIA
DAI MILLE VOLTI

Pag. 10

21 APRILE
martedì | h 20.30

NUTRIRSI È ANCHE... IMPARARE A
DOSARE CORPO E MENTE

Pag. 11

Mercoledì 14 GENNAIO ore 20.30

Sala Civica Corte delle Filande

GOCCE DI VITA

LA MALATTIA NON TI CANCELLA

Prevenzione, diagnosi e servizi nel mondo dell'Alzheimer e delle altre demenze

Cos'è la demenza e come si riconosce? Ci sono 14 fattori protettivi per la prevenzione della demenza, scopriamone alcuni insieme. E quando la malattia non va più via? Ci sono almeno 30 fattori di cura da somministrare con amore, goccia dopo goccia. Come una pozione magica, abbondanti porzioni di normalità: dolcezza, dignità, passione, empatia, umanità, cure non farmacologiche, coraggio, ascolto, bellezza, natura...

NE PARLIAMO CON

Federico Menegon

Neurologo presso il Centro Disturbi Cognitivi e delle Demenze dell'ULSS 8 Berica

Andrea Dessì

Psicologo e psicoterapeuta conduttore dei centri sollievo

AMA ovest vicentino (e altri servizi)

Luigina Dalla Vecchia

Familiare AMA ovest vicentino

Conduce *Anna Perlotto* di AMA ovest vicentino OdV

L'approccio dell'IPAB "La Pieve" all'ospite con demenza:
esempi pratici.

NE PARLIAMO CON

Michela Battilana

Responsabile dei Servizi

IPAB "La Pieve" di Montecchio Maggiore





Mercoledì 28 GENNAIO ore 20.30
Sala Civica Corte delle Filande

NANNO... COME E QUANDO VOGLIO

Il tema sonno nei neonati e bambini è sempre molto attivante, soprattutto per i neogenitori.

Il sonno dei bambini non è un capriccio ma un bisogno biologico, ciononostante è ancora un aspetto molto franteso.

Cercheremo quindi insieme di capire i motivi per i quali certi bambini dormono e altri no.

NE PARLIAMO CON

Marianna Toro

Infermiera, educatrice perinatale, consulente del sonno, insegnante di massaggio infantile A.I.M.I.

Mercoledì 11 FEBBRAIO ore 20.30
Sala Civica Corte delle Filande

IL PRIMO SOCCORRITORE PUÒ FARE LA DIFFERENZA

Cenni di BLS Supporto di Base della vita



Incontro di informazione sulle manovre di rianimazione cardio polmonare e l'utilizzo del defibrillatore, analizzando l'importanza del primo soccorritore.

NE PARLIAMO CON

Andrea Zarantonello e Stefano Brentan

Associazione Italiana Soccorritori di Montecchio Maggiore

Sabato 21 FEBBRAIO ore 9.00
Sala Civica Corte delle Filande

DISOSTRUZIONE DELLE VIE AEREE

Semplici manovre per risolvere un grave problema

Partendo dalla prevenzione dei rischi, si arriva alle manovre di disostruzione su tutte le fasce d'età. Una prima parte teorica ci introdurrà alle esercitazioni pratiche che verranno svolte sui manichini a partire dalle ore 10.00. Parte pratica SOLO su iscrizione gratuita tramite QR CODE.

NE PARLIAMO CON

Dott. Agostino Vestali

UOC Anestesia e Rianimazione di Arzignano
Ospedali Ovest Vicentino ULSS 8 Berica





Martedì 24 FEBBRAIO ore 20.30
Sala Civica Corte delle Filande

MONTAGNA E SALUTE

La montagna come luogo naturale in grado di generare salute e di fornire strumenti terapeutico riabilitativi per affrontare le varie difficoltà della vita.

NE PARLIAMO CON

Roberta Sabbion

Presidente SIMonT

(Società Italiana di Montagnaterapia)

Dott.ssa Giada Boschetto

Psicologapsicoterapeuta

SerD Montecchio Maggiore

Dott.ssa Cristina Gervasoni

Assistente Sociale

SerD Montecchio Maggiore

Esperto di Montagna





Martedì 10 MARZO ore 20.30
Sala Civica Corte delle Filande

GIOCARE E ARRABBIARSI? NO! MEGLIO I GIOCHI COLLABORATIVI

Il gioco è uno strumento potente per migliorare le proprie competenze sociali, utile per rilassarsi, per divertirsi e generare un clima disteso che predispone all'apprendimento, soprattutto se in piccolo gruppo. Scopriamo insieme quali giochi collaborativi aiutano a stare meglio e facilitano le relazioni in famiglia, a scuola, nello sport e in tutti gli ambienti di vita.

NE PARLIAMO CON

Eliana Roverato

Parent Coach di Disciplina Positiva, Teacher in Philosophy for Children, Tutor dell'apprendimento, Smart Coach minivolley

Sandro Sinigaglia

Allenatore Nazionale - Istruttore Nazionale Minibasket Federazione Italiana Pallacanestro. Esperto FIP 1 livello di Easybasket. Ex Docente Formatore FIP Settore Minibasket e Scuola. Ex Docente Scuola Regionale CONI Veneto.





Martedì 24 MARZO ore 20.30
Sala Civica Corte delle Filande

DALLA PREVENZIONE ALLA RIABILITAZIONE: l'esercizio come chiave per la salute articolare

Durante la serata verranno descritte le potenzialità, a volte ancora sottovalutate, dell'esercizio adattato, inteso come "farmaco" per rallentare l'invecchiamento dei nostri muscoli e delle nostre articolazioni oltre che come caposaldo nei casi di percorsi riabilitativi che devono restituire le autonomie motorie fondamentali utili al ripristino di una qualità di vita in salute.

NE PARLIAMO CON

Paolo Zanovello

Chinesiologo, socio titolare e co-fondatore del Centro KINESIS SRL

Andrea Candia

Chinesiologo, libero professionista presso Centro KINESIS SRL

Nicola Oliviero

Fisioterapista, libero professionista presso Centro KINESIS SRL

Mercoledì 8 APRILE ore 20.30
Sala Civica Corte delle Filande

L'ENDOMETRIOSI: UNA PATOLOGIA DAI MILLE VOLTI

Pensi che debba essere sempre normale avere cicli mestruali talmente dolorosi da non potersi alzare dal letto? O dolori lancinanti durante un rapporto? La risposta può essere No.

Spesso alla base di questi problemi c'è una forma di endometriosi sottostimata, che se correttamente diagnosticata e curata, può cambiarti la vita . Due chiacchiere col ginecologo per fare un po' di chiarezza.

NE PARLIAMO CON

Dr. Giuseppe Raciti

Dirigente Medico UOC Ginecologia ed Ostetricia,
Ospedale di Arzignano e Montecchio Maggiore



Martedì 21 APRILE ore 20.30
Sala Civica Corte delle Filande

NUTRIRSI È ANCHE... IMPARARE A DOSARE CORPO E MENTE

Un viaggio nella cultura della dieta
con i suoi falsi miti e le rigidità che ci
allontanano dal nostro benessere

Mente, corpo ed emozioni influenzano il nostro quotidiano, anche quando desideriamo dimagrire. Un'occasione per riflettere su quanto la cultura della dieta ci abbia condizionati, tra regole rigide, sensi di colpa e frustrazione. Un incontro per riscoprire il beneficio ed il piacere di nutrirsi con consapevolezza, ascoltando davvero ciò di cui abbiamo bisogno.

NE PARLIAMO CON
Dott.ssa Silvia Rancan
Biologa - Nutrizionista



INFORMAZIONI

Ufficio Cultura

via Roma 5, Montecchio Maggiore

0444 705768 | cultura@comune.montecchio-maggiore.vi.it

www.comune.montecchio-maggiore.vi.it



[montecchiomaggioreevents](#)