

# Comitato Regionale Emilia-Romagna

thanks!

## Tre giorni di Salute, Sport e Benessere

La **Susan G. Komen Italia** è una organizzazione senza scopo di lucro basata sul volontariato che opera dal 2000 nella lotta ai tumori del seno su tutto il territorio nazionale.

La **Race for the Cure**, evento simbolo della Komen Italia, è una tre giorni ricca di iniziative dedicate alla salute, sport e benessere che si propone di:  
 - **sensibilizzare l'opinione pubblica** sull'importanza della prevenzione e di uno stile di vita sano  
 - **raccogliere fondi** per nuovi progetti per la lotta ai tumori del seno  
 - **esprimere solidarietà alle Donne in Rosa**, donne che si sono confrontate con il tumore del seno e che testimoniano che da questa malattia si può guarire.

**Alle Donne in Rosa è riservata un'area speciale** dove iscriversi, ritirare la borsa gara con maglietta, cappellino e pettorale rosa e, la domenica mattina, incontrarsi per fare colazione insieme prima della partenza della Race.

**Venerdì 26 settembre** si inaugura l'ottava edizione della **Bologna Race for the Cure** con tante iniziative educative e ricreative dedicate a tutta la famiglia per terminare **domenica 28 con la tradizionale ed emozionante corsa di 5 km e passeggiata di 2 km** aperta a tutti: uomini, donne, bambini, competitivi, corridori amatoriali e i nostri amici a "4 zampe".



Si ringraziano inoltre ASSOCIAZIONE PANIFICATORI DI BOLOGNA E PROVINCIA, AZIENDA AGRICOLA FONTANELLI GUGLIELMO, BOOBY BISCOTTI PER ANIMALI, CISALFA, NÜBY, PASTICCERIA DINO, THE ZAZU

<b>SPONSOR DONNE IN ROSA</b> 	<b>FORNITORE UFFICIALE</b> 	<b>SPONSOR BAMBINI</b> 
<b>MEDIA SPONSOR</b> 		<b>TRASPORTI</b> 

**Info e iscrizioni Race - Susan G. Komen Italia**  
**Comitato Regionale Emilia-Romagna**  
 Tel 051 6225976 - Fax 051 6225759 - bologna.race@komen.it  
 Cc postale n° 85950038  
 Cc bancario Banca del Fucino IBAN IT74 C031 2403 2020 0000 0231 229  
[www.racebologna.it](http://www.racebologna.it) [komenitalia](http://komenitalia)

# Programma DELLE ATTIVITÀ



Noi partecipiamo per la salute delle donne  
**PARTECIPA ANCHE TU!**

**Race for the Cure**  
 BOLOGNA, GIARDINI MARGHERITA  
 tre giorni di salute, sport e benessere per la lotta ai tumori del seno  
**26-27-28 settembre 2014**



SPONSOR NAZIONALE



# Programma del Villaggio della Salute, Sport e Benessere - Giardini Margherita

VENERDÌ 26 SETTEMBRE ORE 10-19  
VILLAGGIO RACE

Iscrizioni, ritiro borse gara e tanti stand tra cui curiosare passeggiando

## LABORATORI DELLA SALUTE E DELLA PREVENZIONE<sup>1</sup>

La diagnosi precoce è la tua prima difesa!

Iniziativa promossa dalla Susan G. Komen Italia, in collaborazione con il personale sanitario dell'Azienda U.S.L. di Bologna e dell'AOSP Sant'Orsola Malpighi e grazie anche al contributo della Fondazione Johnson&Johnson

- 14.00 - 19.00 Visite specialistiche per il linfedema a donne operate di tumore del seno
- 14.00 - 18.00 Visite di prevenzione dei disturbi uro-genitali e del pavimento pelvico femminile
- 14.00 - 18.00 Visite urologiche di prevenzione delle neoplasie prostatiche
- 15.00 - 18.00 Iniziative di sensibilizzazione e prevenzione secondaria del tumore del seno
- 15.00 - 18.00 Visite dermatologiche di prevenzione del melanoma
- 15.00 - 18.00 Visite di prevenzione del glaucoma
- 15.00 - 19.00 Consulenze sulla corretta alimentazione
- 16.00 - 19.00 Consulenze di medicina integrata: l'agopuntura nel percorso post intervento di donne operate di tumore del seno



## ATTIVITÀ DEDICATE ALLE DONNE IN ROSA<sup>2</sup>

- 10.30 - 12.30 *Stretching biodinamico* a cura di Corsi Bologna
- 16.30 - 18.00 *Yoga della risata* a cura di Piera Bertoni

Consigli di bellezza con esperti hair stylist e make up artist a cura di Cosmoprof

## ATTIVITÀ PER IL CORPO E PER LA MENTE<sup>2</sup>

Per i grandi...  
17.30 - 19.00 Laboratorio pratico "La famiglia mangia BIO" a cura di Lega Vita&Salute e Alce Nero

...e per piccoli  
14.00, 15.00 e 16.00 Laboratorio pratico "Piccoli esploratori del gusto: creatività in cucina per i più piccoli" a cura di Gallina Smilza

## ATTIVITÀ FISICHE E SPORTIVE<sup>3</sup>

La prevenzione in movimento a cura di Johnson Fitness Store Bologna

- 13.00 - 14.00 Zumba
- 14.00 - 15.00 Postural
- 17.00 - 18.00 Pilates

18.00 - 19.00 "Corso di Corsa" di Julia Jones

SABATO 27 SETTEMBRE ORE 10-19  
VILLAGGIO RACE

Iscrizioni, ritiro borse gara e tanti stand tra cui curiosare passeggiando

## LABORATORI DELLA SALUTE E DELLA PREVENZIONE<sup>1</sup>

La diagnosi precoce è la tua prima difesa!

10.00 - 18.00 Iniziative di sensibilizzazione e prevenzione secondaria del tumore del seno  
15.00 - 18.00 Colloqui di consulenza genetica oncologica sulla familiarità del tumore del seno

## ATTIVITÀ DEDICATE ALLE DONNE IN ROSA<sup>2</sup>

- 10.00 - 12.00 *Stretching biodinamico* a cura di Corsi Bologna
- 11.00 - 13.00 *Nordic Walking* a cura di Polisportiva Masi
- 14.30 - 16.00 *Yoga della risata* a cura di Piera Bertoni
- 16.00 - 17.30 "Due scrittori (si) raccontano la malattia" Incontro con Roberta Liguori e Luca Panichi
- 17.30 - 19.00 "Io sogno più forte" Incontro di allenamento alla felicità a cura di Roberta Liguori

Consigli di bellezza con esperti hair stylist e make up artist a cura di Cosmoprof



## ATTIVITÀ PER IL CORPO E PER LA MENTE<sup>2</sup>

Per grandi...  
10.00 - 12.00 Incontro "Il ruolo dell'alimentazione nel percorso di prevenzione e cura delle malattie oncologiche: esperienze a confronto" a cura di AIAB Emilia Romagna  
11.00, 16.00 Visita guidata "Le eccellenze artistiche del centro di Bologna" a cura di Confguide  
14.00 - 15.30 Laboratorio pratico "La famiglia mangia BIO" a cura di Lega Vita&Salute e Alce Nero  
15.30 - 17.00 Laboratorio pratico "Il bio in rosa: alimentarsi bene e con gusto" a cura di Alce Nero e Lega Vita&Salute  
16.30 - 18.30 Incontro "Le patologie oncologiche nel mondo del lavoro: diritti e doveri"  
17.30 - 19.00 Laboratorio pratico "La panificazione con la pasta madre e i grani antichi" a cura di Slow Food

...e per piccoli  
10.00, 11.00 e 12.00 Laboratorio pratico "Piccoli esploratori del gusto: creatività in cucina per i più piccoli" a cura di Gallina Smilza

## ATTIVITÀ FISICHE E SPORTIVE<sup>3</sup>

La prevenzione in movimento a cura di Johnson Fitness Store Bologna

- 12.00 - 13.00 Postural
- 13.00 - 14.00 Pilates
- 13.00 - 14.00 Zumba
- 14.00 - 15.00 Postural

18.00 - 19.00 "Corso di Corsa" di Julia Jones

<sup>1</sup> SOLO SU PRENOTAZIONE, secondo disponibilità e fino a esaurimento posti ai seguenti recapiti: bologna.race@komen.it - 324 8842071

<sup>2</sup> Iniziative gratuite su prenotazione, secondo disponibilità: bologna.race@komen.it - 340 4537183 oppure in loco

<sup>3</sup> Iniziative gratuite. È possibile prenotarsi in loco, secondo disponibilità

# Un weekend ricco di iniziative!

## AREA DONNE IN ROSA

- Iscrizioni, ritiro borsa gara con la maglietta, il cappellino e il pettorale rosa
- Stretching biodinamico, yoga della risata, Nordic Walking e tante altre attività
- Punto di incontro per andare domenica insieme alla partenza

N.B. Per accedere a quest'area le Donne in Rosa devono conservare la ricevuta rosa anche dopo il ritiro della borsa gara

## AREA BIMBI

- Area giochi attrezzata
- Iniziative ludico-didattiche
- Mini corsi di creatività in cucina

## STAND KOMEN ITALIA E AREA SPONSOR

- Nuovo merchandising in edizione limitata per supportare la lotta ai tumori del seno
- Gustose proposte come i Biscotti e i Bioprodotti della Salute

## AL VILLAGGIO RACE visita anche...

Punto informativo sui programmi regionali di screening oncologico a cura dell'Azienda U.S.L. di Bologna

## DOMENICA 28 SETTEMBRE TUTTI INSIEME PER LA RACE!

8.00 Apertura del Villaggio Race: ultime iscrizioni, ritiro borse gara, area giochi per i più piccoli e stand espositivi  
8.45 Riscaldamento pre-gara con Jazzercise  
9.45 Tutti pronti per la Race in Piazzale Jacchia (Porta S. Stefano)  
10.00 Partenza della corsa competitiva e a seguire della non competitiva e della passeggiata  
10.15 Spettacolo di cheerleading con le coreografie acrobatiche delle StarCheer e stretching sul pratone in attesa delle premiazioni  
11.15 Cerimonia finale ed estrazione premi tra tutti i presenti

## NUOVO MERCHANDISING KOMEN ITALIA



## Alla Race non vince solo chi corre, l'importante è esserci!

Oltre ai riconoscimenti per i primi classificati e le squadre più numerose, anche tantissimi premi a estrazione, tra cui biglietti Germanwings per volare in tutta Europa, tra i partecipanti e le squadre presenti alla cerimonia finale!

## ISCRIVITI SUBITO!

Donazione minima: 10 € per ritirare borsa gara, t-shirt e pettorale secondo disponibilità

## DOVE ISCRIVERSI

- On line, con carta di credito su [www.racebologna.it](http://www.racebologna.it)
- Susan G. Komen Italia Comitato Emilia-Romagna c/o Ospedale Bellaria Anatomia Patologica Via Altura 3, Bologna 051 6225976 (Lun-ven 10-17)
- Villaggio Race 26 e 27 settembre (10-19) 28 settembre (entro le ore 9)
- Presso gli altri punti iscrizione [www.racebologna.it](http://www.racebologna.it) - 051 6225976

## PER GLI ATLETI COMPETITIVI

La 5km è inserita nel calendario FIDAL. Per il noleggio del chip è richiesta una cauzione di 10 €

Iscrizioni per i competitivi:

- Circolo Dozza [meballanti@circolodozza.it](mailto:meballanti@circolodozza.it) t. 051 231003 - f. 051 222165 (Lun-ven 9-12.30 - 14-17)

## CREA UNA SQUADRA

Iscrivi almeno 10 persone tra parenti, amici e colleghi e potrai concorrere ai premi dedicati alle squadre! Visita il sito [www.racebologna.it](http://www.racebologna.it) per scoprire le categorie premiate e contattaci entro il 21 settembre

## DIVENTA VOLONTARIO!

I volontari sono la forza della nostra Associazione. Se vuoi donare un po' del tuo tempo e della tua esperienza contattaci allo 051 6225976 o scrivi a [bologna.race@komen.it](mailto:bologna.race@komen.it)

## La prevenzione può salvarti la vita!

Effettuando con regolarità dei semplici esami di prevenzione è possibile accorgersi di un tumore del seno negli stadi più precoci e avere oltre il 90% di possibilità di guarigione, con cure semplici e poco invasive

## Scheda di iscrizione

8ª edizione  
**BOLOGNA 2014**  
26-27-28 settembre



ricevuta n.

Partecipo alla Race e sostengo la lotta ai tumori del seno con una DONAZIONE di

10€  15€  20€  50€  100€   importi superiori a 10€ diversi da quelli indicati

SI PREGA DI COMPILARE TUTTI I CAMPI IN STAMPATELLO

Nome

Cognome

Luogo di nascita

Provincia

Data di nascita (GG/MM/AA)

Cellulare

E-mail

vuoi ricevere informazioni sulle nostre attività?  SI  NO

vuoi diventare nuovo volontario della Komen?  SI  NO

## T-Shirt

- adulto
- bambino

Scegli la tua taglia:  S  M  L  XL

Ho avuto un tumore del seno e desidero indossare la t-shirt delle Donne in Rosa

È possibile ritirare una borsa gara con la t-shirt e il pettorale, secondo disponibilità, dal 26 al 28 settembre presso il Villaggio Race.



Se partecipi in squadra indica il nome del gruppo e richiedi al tuo capitano di contattarci entro il 21 settembre allo 051 6225976 - [squadre.bologna@komen.it](mailto:squadre.bologna@komen.it)

nome della squadra

Dichiaro di essere idoneo allo svolgimento dell'attività sportiva e confermo, sotto la mia responsabilità di aver dichiarato la verità (art. 2 legge 4/1/68 n. 15 come modificato dall'art. 3 comma 10 legge 15/5/1997 n. 127). Esonero gli organizzatori, la Susan G. Komen for the Cure, la Susan G. Komen Italia e i suoi collaboratori, tutti gli sponsor e qualsiasi altra persona o entità correlata all'evento da ogni responsabilità civile e penale, per danni a persone e/o cose da me causati o da me derivati. Autorizzo gli enti sopra elencati all'utilizzo di foto, video o qualsiasi altro materiale che mi riguarda registrato durante l'evento e, ai sensi del D. LGS. N. 196/03, al trattamento dei miei dati personali (ex art. 13), dei miei dati sensibili (art. 4 lett. D. e art. 26). Sarà possibile modificare o cancellare i propri dati in ogni momento. L'evento avrà luogo anche in caso di pioggia. Se, per circostanze straordinarie fosse annullato, la quota d'iscrizione verrà considerata una donazione a favore della Susan G. Komen Italia.

firma dell'iscritto  data   
(in caso di minorenni, firma di un genitore o di un tutore)

Rimani aggiornato sulle novità del programma su: [www.racebologna.it](http://www.racebologna.it)