

Il Dragon Rosa a Porto Conte

La Baia di Conte si è colorata di rosa in occasione della giornata pensata per la riabilitazione delle donne operate al seno. L'iniziativa ospitata dal Parco di Porto Conte ha presentato un programma integrato che porterà, a cura della ASD I Sentieri dell'Isola, la canoa collettiva Dragon Boat per le donne del Nord Ovest Sardegna.

Alghero-Tramariglio. Dalle prime ore del mattino di sabato 25 maggio, sino a notte, si è svolta **la prima edizione di Porto Conte in Rosa**, evento dedicato alle donne e alla riabilitazione delle operate al seno. Una giornata intensa, che ha visto la presenza della **Associazione Medico Sportiva Sassarese** e il supporto di varie associazioni tra cui la **Associazione Provinciale Cuochi (FIC)** che ha curato il pasto in pausa pranzo, e le **associazioni canoistiche algheresi e di Porto Torres**. Le donne, con i partecipanti tutti, hanno goduto del bel tempo e momenti seminariali, attività all'aperto, dimostrazioni di canoe a mare, buon cibo e infine **la musica del Maestro Simone Sassu**, sino al momento del **"Festival delle Bellezze 2024"**. Concerto al tramonto alla baia di Tramariglio con **"Insieme Vocale Nova Euphonia"** e la **"Corale Studentesca Città di Sassari"** diretti dalmaestro **Vincenzo Cossu**.

Il tema principale della giornata è stato l'incontro pomeridiano presso la sala convegni del Parco **"Il Dragon Boat e le attività per la donna operata di tumore alla mammella"**. **La specifica sensibilità del Parco verso la tematica è stata sottolineata dal Presidente Raimondo Tilloca** che ha evidenziato la relazione armonica tra ambiente e persona che il Parco facilita, sino ad una visione accogliente, nuova e integrata della donna mastectomizzata.

Ha salutato i presenti **Susy Puggioni, presidente della ASD I Sentieri dell'Isola**, ente proponente **"Il Progetto Dragon Rosa"**, che intende sostenere la donna operata al seno

attraverso un **programma multidisciplinare di recupero psicofisico** che inizia dall'attività in palestra per giungere sino a quella di canoa in mare. Si è occupato di dettagliare il programma il **responsabile medico sportivo dott. Alberto Masala**, parlando del **potere della resilienza**, attraverso la metafora della Araba Fenice che rinasce dalle proprie ceneri e indica di rafforzarsi interiormente per affrontare meglio le avversità.

L'intervento di Rita Nonnis, chirurga senologa all'AOU di Sassari, ha dato sostegno all'iniziativa e messo in luce l'importanza della riabilitazione, che è rinascita del corpo e ripristino dell'equilibrio psico-fisico compromesso dagli importanti percorsi di cura, specie quando si devono affrontare malattie oncologiche.

Il **dott. Toto Scarduzio** ha confermato il sostegno da parte delle **associazioni nautiche e di vela del Golfo dell'Asinara**. Anche quest'anno si terrà **La Regata della Solidarietà** per la sua 18 edizione. La regata amatoriale è nata nel 2004 come manifestazione di beneficenza al fine di raccogliere fondi per la prevenzione primaria e secondaria dei tumori, fondi che per il secondo anno saranno destinati al **progetto Dragon Rosa**.

Il prossimo appuntamento che vede la collaborazione de **"Il Progetto Dragon Rosa"**, con il **Parco di Porto Conte** vedrà il prossimo **22 giugno** una giornata culturale dedicata al ricordo del mondo delle Colonie Penali dell'isola con la testimonianza del **dott. Vittorio Gazale, Museo della memoria Carceraria** che **dott. Franco Massidda**, già responsabile dell'ex Carcere dell'Asinara.



Alghero, “Porto Conte in Rosa”: una giornata dedicata alla donna e al tumore alla mammella

La Baia di Conte si tinge di rosa in occasione della giornata dedicata alla riabilitazione delle donne operate al seno. L'iniziativa frutto di una collaborazione tra il Parco di Porto Conte e la ASD I Sentieri dell'Isola ricade all'interno del fitto calendario delle giornate di Emozioni di Primavera

Alghero-Tramariglio . **Una lunga giornata, articolata tra momenti seminariati, attività all'aperto, dimostrazioni di canoe a mare, buon cibo e musica.** Il 25 maggio, a partire dalle 9.30, l'evento "Porto conte in Rosa" attende i visitatori negli spazi della Casa Gioiosa di Tramariglio. **Il tema principale dell'appuntamento è "la donna e il tumore alla mammella".**

Il carcinoma della mammella è il tumore più frequentemente diagnosticato nelle donne in Italia. I principali fattori di rischio sono rappresentati da età, fattori riproduttivi, fattori ormonali, fattori dietetici e metabolici, stile di vita, pregressa radioterapia a livello toracico, precedenti displasie o neoplasie mammarie, familiarità ed ereditarietà. Oggi grazie allo screening e alla più forte consapevolezza delle donne, la maggior parte dei tumori maligni mammari è diagnosticata in fase iniziale quando il trattamento chirurgico può essere più spesso conservativo e la terapia adottata più efficace, permettendo di ottenere sopravvivenze a 5 anni molto elevate.

Alle 15,30, nella sala conferenze di Casa Gioiosasarà presentato **"Il Progetto Dragon Rosa"**, che intende sostenere la donna operata al seno attraverso **un programma multidisciplinare di recupero psicofisico** che parte dall'attività in palestra sino a quella attraverso canoa in mare. **L'incontro, coordinato dal medico sportivo Alberto Masala,** vede la presenza dei volontari dell'associazione, dei collaboratori sportivi e delle associazioni canoistiche coinvolte, ma in particolare di **Rita Nonnis, chirurga senologa all'AOU di Sassari,** che illustrerà una istantanea sulla diffusione della patologia oggi nel territorio.

La lunga giornata vede **in calendario una serie di attività gratuite per tutti gli associati.** Pertanto chi già non lo fosse potrà richiedere la tessera alla registrazione già in apertura o nel corso della giornata. Il programma prevede la **partecipazione alle attività all'aperto e le dimostrazioni di**

canoa a cura di Azen Kayak Porto Torres e Kayak Avventura Alghero. Dalle 13,30, nella corte interna di Casa Gioiosa **sarà offerto agli associati un pranzo con interessanti specialità**, allietato dalla **musica del maestro Simone Sassu**. Si prosegue alle 15,30 in sala convegni con la presentazione del progetto e poi ancora attività a mare. Sarà la musica a concludere la giornata alle 19,00 con l'anteprima del **"Festival delle Bellezze 2024"**. Concerto al tramonto alla baia di Tramariglio con l'Insieme Vocale Nova Euphonia e la Corale Studentesca Città di Sassari diretti dal **maestro Vincenzo Cossu**.

Mamoiada, incontro di Amas sull'Alzheimer: "Sensibilizzare sull'importanza della prevenzione"

Venerdì 24 maggio al Centro Sociale nuovo appuntamento organizzato dall'Associazione Malattia Alzheimer Sardegna di Sassari

MAMOIADA. Venerdì 24 maggio negli spazi del Centro Sociale di Mamoiada, alle 17.30 avrà luogo un convegno dedicato a **"Decadimento cognitivo, si può prevenire l'Alzheimer?"**. L'iniziativa è inserita all'interno del progetto **"Alzheimer Sardegna: Insieme per sostenere"**, organizzato dall'Associazione Malattia Alzheimer Sardegna e sostenuto per il secondo anno dalla RAS.

L'appuntamento, fortemente voluto dell'assessora comunale alla

Politiche sociali, **Daniela Gregu**, è patrocinato dal **Comune di Mamoiada**. Alla tavola rotonda interverranno **Pina Ballore**, presidente di **AMAS** – Associazione Malattia Alzheimer Sardegna e il geriatra **Antonio Nieddu**.

«La diagnosi precoce è fondamentale per riconoscere tempestivamente le forme reversibili o rallentare il decorso della patologia – spiegano i responsabili di Amas –. Lo screening è quindi essenziale non solo per le persone a rischio di decadimento cognitivo, ma per tutte quelle che vogliono garantirsi una migliore qualità di vita in età adulta».

Tuttavia la prevenzione e lo screening sembrano essere argomenti socialmente ancora poco conosciuti e dibattuti, ma che andrebbero assolutamente considerati nella presa in carico del paziente e, soprattutto, divulgati nella popolazione adulto-giovanile mediante apposite campagne informative.

«Infatti se fossero osservate delle semplici indicazioni sanitarie e opportuni stili di vita – specificano gli organizzatori dell'incontro – circa un terzo delle demenze potrebbero essere evitate, almeno i due terzi del rischio di insorgenza di malattia di Alzheimer (AD) verrebbero abbattuti e un eventuale inizio di malattia dementigena spostata in avanti di alcuni anni. Bene si colloca dunque una buona campagna di sensibilizzazione attraverso lo screening».

All'interno della discussione sarà ampiamente delineato il ruolo strategico dell'MMG, il medico di medicina generale, più comunemente chiamato medico di famiglia, cioè colui che è scelto per garantire l'assistenza nell'intervento sanitario di primo livello.

L'MMG è un riferimento sanitario verso il quale si ripone la massima fiducia, dal momento che ha una visione globale di qualsiasi suo paziente. «Per questo è una figura fondamentale anche nella prima diagnosi sul decadimento cognitivo –

precisano gli organizzatori – in quanto la fiducia riposta nel medico di famiglia facilita l'accesso ai servizi del Centro disturbi cognitivi e demenze, e sostiene la rete familiare nell'evoluzione della malattia».

Al convegno saranno presenti l'Associazione Unitre, che ha sostenuto l'organizzazione in loco, e la compagnia teatrale "L'Asino Vola" con una performance artistica a tema. L'ingresso è libero e gratuito ma è preferibile prenotarsi ai numeri **3336750996 – 3495386310**.

Sassari, CasaCostruendo dà spettacolo al Teatro Verdi

Il 6 e 7 maggio si conclude il percorso che ha coinvolto cinquanta ragazze e ragazzi delle scuole superiori del nord Sardegna

SASSARI. Lunedì 6 e martedì 7 maggio, alle 21, al Teatro Verdi di Sassari si conclude il percorso della settima edizione di CasaCostruendo, con tre compagnie di danza che si esibiranno negli spettacoli "Mohabbat" di Afshin Varjavandi, "Gone Flowers" di Josè Reches e "Rosso" di Danilo Smedile. L'ingresso è libero e gratuito per ragazze e ragazzi delle scuole secondarie di primo e secondo grado.

Per tredici domeniche fulcro del progetto "CasaCostruendo – Oltre il Pregiudizio" è stata la Scuola di San Donato, che ha coinvolto cinquanta partecipanti, tra alunne e alunni di differenti scuole ed età, attraverso la collaborazione con Pro@Positiva APS.

L'iniziativa è stata fortemente voluta dalla dirigente di San

Donato, Patrizia Mercuri, che ha intercettato il bando **PerChiCrea di SIAE** insieme alle associazioni partners **Pro@Positiva** e **Music&Movie**.

Oltre cento ore sono state dedicate a **Danza, Teatro, Canto, Lingua dei segni, Mindfulness, Empatia ed Educazione civica**, e ai laboratori guidati da **Lory Warner, Pina Ballore, Fabrizio Sanna, Paola Dessì, Letizia Tedde, Maria Francesca Fantato** e **Simonetta Fara**.

«Il progetto impegna a una frequenza in giorni festivi e il fatto che i ragazzi abbiano voluto comunque partecipare significa che va incontro alle loro passioni ed attitudini – ha affermato **Mercuri** –. Tali percorsi si dovrebbero sempre ricercare per lo sviluppo del benessere a scuola. Ringrazio i professionisti che si sono impegnati nell'azione formativa».

Grande la soddisfazione di **Pina Ballore**, che ha avuto il ruolo di docente di mindfulness: «Trascorrere delle ore con ragazze e ragazzi di etnie, culture ed esperienze diverse è arricchente e stimolante, sono infinitamente grata a loro per avermi dato questa opportunità di crescita».

Lory Warner, impegnata negli insegnamenti della danza, si è detta entusiasta: «Sono molto contenta di lavorare con questo gioioso gruppo così multietnico, un gruppo ricco di grande ritmo nel corpo e nell'anima».

L'insegnante di LIS, **Simonetta Fara**, ha rimarcato l'importanza di conoscere una nuova lingua e il mondo della sordità in tutte le sfaccettature: «Così ragazzi e ragazze possono capire la vera inclusione della disabilità, qualunque essa sia».

L'**esito scenico** del gruppo di giovani di **CasaCostruendo** si terrà **domenica 5 maggio**, alle **19.30**, nella **sala teatrale della Chiesa San Pio X di Li Punti**. Il progetto è coordinato da **Roberto Manca** insieme a **Roberta Marongiu**. Per info contattare il 3401846468

AMAS, due giornate sull'Alzheimer nel Sulcis-Iglesiente

Si parte sabato da Iglesias per proseguire a Carbonia l'11 dicembre

IGLESIAS. Da un percorso di sensibilizzazione sull'**Alzheimer** in tutto il territorio sardo, arrivano due giornate per dare maggiore attenzione al **Sulcis-Iglesiente**, una zona che occupa il primo posto a livello nazionale per il numero di persone affette da decadimento cognitivo.

Si parte **sabato 9 dicembre**, dalle 10 del mattino alle 20, nei locali del **Centro Culturale di Iglesias**, in via Cattaneo, per un'intera giornata di attività e laboratori, ginnastica cognitivo-motoria, screening e arte-terapia diretti da **Carlotta Zanobini**, da **Saverio Ottino** e **Danila Pittau**, con la partecipazione di **Daniela Viale**. Questa giornata gode del patrocinio dell'assessorato alle Politiche sociali del Comune di Iglesias guidato da **Angela Scarpa**.

Si prosegue **lunedì 11 dicembre**, dalle 17 alle 20, con un **Alzheimer Cafè** nella sede dell'**Associazione ASP di Carbonia**, in via delle Cernitrici, momento conviviale aperto a tutte e tutti con gli interventi di **Patrizia Poddighe**, **Annalaura Cadeddu** e **Lorenzo Espa**. L'incontro gode del patrocinio dell'assessorato alle Politiche sociali del Comune di Carbonia guidato da **Paolo Moi**, e della collaborazione della **Consulta Handicap** e dell'associazione **Parkinson Carbonia**. Interverrà il musicista **Matteo Leone**.

Le due giornate, organizzate dall'**Associazione Malattia**

Alzheimer Sardegna (AMAS) sono inserite all'interno del progetto **"Alzheimer Sardegna: Insieme per sostenere"**, supportato dall'assessorato dell'Igiene e Sanità e dell'Assistenza Sociale della **Regione Autonoma della Sardegna**, e gode per i due appuntamenti della collaborazione del Festival Narcao Blues. Il coordinamento organizzativo è affidato invece all'associazione **Music & Movie Ets**, da sempre impegnata in progetti e attività legate a tematiche sociali.

Una particolare attenzione sarà rivolta come sempre all'importante figura del caregiver, che sarà approfondita dalla presidente AMAS, **Pina Ballore**, attraverso la sua testimonianza di "figlia dell'Alzheimer". La partecipazione è libera. Occorre prenotare ai numeri 3336750996 – 3495386310.

Un Bullo da palcoscenico, a Cagliari la Semifinale centro-sud

Domenica nuova tappa dell'evento presentato da Roberto Manca contro ogni forma di bullismo

CAGLIARI. **"Un bullo da palcoscenico"** fa tappa a **Cagliari domenica 3 dicembre** per la Semifinale centro-sud dell'VIII edizione, che alle 17.30 sarà al **Teatro TSE di Via Quintino Sella** con il celebre talent per giovani artisti organizzato dall'associazione **Music&Movie** e presentato da **Roberto Manca**.

Sono **dodici le performance portate in scena** da sedici tra studentesse e studenti delle scuole secondarie di primo e secondo grado provenienti da Iglesias, Sestu, Ussana, San Gavino Monreale, Quartu Sant'Elena, Palmas Arborea, Oristano,

Maracalagonis, Tuili e Cagliari.

Tra canto, musica, danza e teatro si esibiranno Benedetta Aresti & Adelaide Lai, Greta Aramini & Silvia Loche, Christian Cugia, Rebecca Collu, Letizia Fanari, Aurora Lai, Beatrice Pisanu, Isabel Ruggeri, Emily Usai, Eliana Tolu, Eleonora Cossu, Angelo Pitzalis e Michele Cuccu.

La giuria selezionatissima sarà composta da Sharon Podesva, Bernadette Casu, Fabrizio Sanna, Lory Warner e Sabina Sanna.

Ben vengano quindi le sfide, quando si tratta di incanalare positivamente le energie e trasformarle in divertimento, arte, spettacolo e cultura. La manifestazione, che intende sensibilizzare le giovani generazioni contro i fenomeni devastanti di bullismo e cyberbullismo, è organizzata con il patrocinio della Regione Sardegna e di Endas Sardegna. L'evento è aperto a tutti. Per informazioni contattare il numero 3401846468.

“Un bullo da palcoscenico”, sabato a Sassari la Semifinale CentroNord dell’ottava edizione

Il 25 novembre all’Auditorium provinciale una nuova emozionante sfida con 24 esibizioni di studentesse e studenti

SASSARI. Cinquanta protagonisti tra ragazze e ragazzi in arrivo da tutta la Sardegna per partecipare alla **Semifinale Centro-nord** dell’ottava edizione di **“Un bullo da**

palcoscenico". Sabato 25 novembre alle 20.30, all'Auditorium provinciale di via Monte Grappa, a Sassari, arriva una nuova emozionante sfida organizzata dall'associazione culturale **Music & Movie** e presentata da **Roberto Manca**. Sono ventiquattro le esibizioni di studentesse e studenti provenienti dalle scuole secondarie di primo e secondo grado di Alghero, Porto Torres, Olbia e Sassari, che si cimenteranno nel canto, in musica, danza e teatro.

Il messaggio è semplicissimo: "A prendere di mira i più deboli facendo gruppo contro un singolo o una singola non ci vuole coraggio, ma vigliaccheria. Vero coraggio e determinazione ci vogliono per affrontare il palcoscenico di fronte a un pubblico che nella finale potrà arrivare fino a 1400 spettatori".

Quindi ben vengano gioco, sfide, divertimento, arte, spettacolo e cultura ma, come più o meno in tutti gli eventi che la **Music & Movie** ha il piacere di "firmare", le tematiche sociali vengono affrontate anche stavolta, trattando il tema delicato del bullismo e del cyber-bullismo.

"Un bullo da palcoscenico" ha solo una regola, cioè che ogni performance non può durare più di tre minuti.

Ad andare in scena saranno Francesca Piga, Marco Ruzzettu, Lucia Manca, Alice Casu, Nicola Dessoie, Giulia Baldinu, Samuele Piana, Sofia Madeddu, Mad-dog (band), Radiocination (band), Sckelitan & Loris, Debora Fermo, Il Lupo e i 7 Capretti (crew), Marta Mura, Denise Razzu e Eleonora Spanu, Giorgia Cabras, Alessia Sini, The Goats (band), Sofia Zironi, Alba Schibeci Natoli Scialli, Un Guerriero Speciale (crew), Giorgia Pinna, Rita Milia, Suami Migheli e Fabio Sechi.

La giuria competente, selezionatissima, vedrà partecipare con entusiasmo Sharon Podesva, Francesca Arca, Bernadette Casu, Fabrizio Sanna, Lory Warner e Sabina Sanna. L'iniziativa è organizzata con il patrocinio della Regione Sardegna e di

Endas Sardegna. La Semifinale centro-sud si terrà il 3 dicembre al Teatro TSE di Cagliari. Per info contattare il numero 3401846468.

Venerdì a Elmas “I volti dell’Alzheimer”

Il 3 novembre al Teatro Maria Carta un nuovo appuntamento AMAS per parlare di invecchiamento della popolazione sarda, di terapia, prevenzione e tanto altro

SASSARI. Venerdì 3 novembre, alle 17.30 negli spazi del **Teatro Maria Carta** in via Grazia Deledda a **Elmas**, si terrà il convegno **“I volti dell’Alzheimer”**, per approfondire i temi dell’**invecchiamento della popolazione sarda** (con una particolare attenzione alle demenze), di disturbo comportamentale, di prevenzione, di terapia non farmacologica e dell’importanza dei centri diurni.

L’evento, fortemente voluto dall’Amministrazione comunale, è inserito tra gli appuntamenti del progetto **“Alzheimer Sardegna: Insieme per sostenere”**, organizzato dall’**Associazione Malattia Alzheimer Sardegna** e sostenuto dall’assessorato dell’Igiene e Sanità e dell’Assistenza sociale della Regione Autonoma della Sardegna.

Al convegno, moderato dalla presidente AMAS, **Pina Ballore**, interverranno il geriatra **Antonello Cossu** (Ghilarza), la psicologa e psicoterapeuta **Daniela Viale** (Cagliari), la psicologa e psicoterapeuta **Marta Malgarise** (Cagliari) e il geriatra **Antonio Nieddu** (Sassari).

L’incontro, che gode del coordinamento organizzativo

dell'associazione Music & Movie Ets (dedita a progetti e attività relative a tematiche sociali), rientra all'interno di un'ampia programmazione di convegni-momenti nel territorio che affrontano e parlano della malattia Alzheimer a trecentosessanta gradi: la società che invecchia; quali sono le difficoltà; le differenziazioni sotto il profilo dei bisogni; le potenzialità che il nostro territorio potrebbe offrire; come affrontare l'invecchiamento; la solitudine e l'ageismo.

«Proprio di ageismo, inteso come la discriminazione di una persona in base all'età, assistiamo in tante forme nei mezzi di comunicazione, istituzioni, sanità, nel sistema educativo, culturale, politico e ambientale – spiegano gli organizzatori –. Strettamente legata all'ageismo è proprio la solitudine, intesa come estremo malessere subito e non voluto che crea sofferenza psicologica e facilita l'insorgenza di malattie fisiche, psichiche tanto da ridurre la qualità e l'aspettativa di vita. Si parla giustamente di solitudine patologica e colpisce soprattutto gli anziani soli ma si riscontra di frequente anche in famiglia o nelle residenze, identificandosi come una forma di deprivazione relazionale».

Una particolare attenzione sarà rivolta inoltre della figura del caregiver, grazie alla testimonianza di Pina Ballore, che ama definirsi figlia dell'Alzheimer. L'ingresso è libero, si consiglia la prenotazione ai numeri **3336750996 – 3495386310**.

Alghero, il 16 luglio è spettacolo con "Missione

Drag”

Un evento divertente ma legato ai valori dell’inclusività e del rispetto

Sassari, con “Trespass” cala il sipario su “Primavera a Teatro”

La direttrice artistica Livia Lepri: “Questa dodicesima edizione ha aperto uno spazio di dialogo e d’incontro fra gli artisti e il loro pubblico”