



Più
Prevenzione
meno Cancro



RIVISTA DI PREVENZIONE E INFORMAZIONE FONDATA NEL 1986 - ANNO 41 - N°.03 - 04 MARZO - APRILE 2026

LA PREVENZIONE ANVOLT FIORISCE A MARZO



Leila Frezzano e Silvana Mazzoni, due amiche di ANVOLT a Novara l'8 Marzo 2026

cono ogni giorno in attività e prestazioni gratuite, pensate per essere realmente accessibili a tutti.

All'interno di questo percorso, la tutela della salute femminile ha sempre occupato un ruolo centrale. Promuovere la prevenzione e la diagnosi precoce dei tumori che colpiscono le donne significa non solo offrire strumenti sanitari fondamentali, ma anche contribuire a diffondere una maggiore consapevolezza nella società.

Per ANVOLT, la prevenzione è prima di tutto una responsabilità condivisa, che coinvolge le singole persone, le famiglie e l'intera comunità.

Da oltre quarant'anni ANVOLT è accanto alle persone colpite da patologie oncologiche e alle loro famiglie, offrendo sostegno, ascolto e servizi concreti. L'associazione ha costruito nel tempo il proprio impegno su valori semplici ma profondi – solidarietà, vicinanza alle persone, attenzione ai bisogni di chi affronta la malattia – che si tradu-

In questo quadro, il mese di marzo assume un valore insieme simbolico e operativo. Il momento più rappresentativo è la tradizionale iniziativa della "tre giorni" di ambulatori aperti in occasione della Festa della Donna. Ogni anno, le sedi ANVOLT presenti sul territorio nazionale ampliano i propri orari, garantendo attività continuative e offrendo visite e con-

Segue a pag. 2

EDITORIALE

Flavio Tesolin
Direttore
Più Prevenzione
meno Cancro



C'è un'Italia che rinuncia a curarsi. Non per scelta, ma perché non riesce più ad accedere alle prestazioni sanitarie di cui ha bisogno. È uno dei segnali più preoccupanti della crisi del Servizio sanitario nazio-

nale, un fenomeno che negli ultimi anni ha assunto dimensioni sempre più rilevanti.

Secondo i dati più recenti dell'Istat, nel 2024 circa 5,8 milioni di italiani hanno rinunciato ad almeno una prestazione sanitaria. Nel 2023 erano 4,5 milioni: oltre 1,3 milioni di ... *Segue a pag. 3*

VITA DI ASSOCIAZIONE



versato il centro storico. L'intento di ANVOLT è stato quello di portare il messaggio che la prevenzione non è mai abbastanza, un tasto che dobbiamo schiacciare.

BRESCIA - Meno male che ANVOLT c'è, anche nella partecipazione nel mese di marzo alla 17esima edizione della CORSA IN ROSA, camminata non competitiva di circa sei chilometri che ha attra-

Segue a pag. 6-7

**Se vuoi aiutarci: Bonifico bancario intestato a Associazione Nazionale Volontari Lotta Contro i Tumori
iban IT 29A 01030 01663 000061266296 c/o M.P.S. ag. 65 Milano/c.c.postale 28903201**

LA PREVENZIONE ANVOLT FIORISCE A MARZO

da pagina 1

sulenze gratuite dedicate in particolare alla prevenzione dei tumori al seno e ginecologici. Questa apertura straordinaria non è soltanto un'occasione di sensibilizzazione, ma un intervento concreto di assistenza sanitaria, che si riflette in numeri significativi. È il periodo in cui l'associazione concentra energie e risorse per rafforzare l'informazione sui temi della prevenzione oncologica femminile, facilitando l'accesso ai controlli e promuovendo una cultura della salute fondata sulla conoscenza. Marzo diventa così l'occasione per rinnovare pubblicamente un impegno che prosegue durante tutto l'anno: rendere la prevenzione realmente fruibile, superando ostacoli organizzativi, economici e culturali che spesso portano a rimandare o trascurare i controlli periodici. Per questo, ANVOLT ha scelto di eliminare ogni barriera burocratica, consentendo l'accesso alle visite senza necessità di impegnativa medica né di tessera sanitaria.

I dati dell'ultimo anno confermano l'impatto di questo impegno: oltre 52.000 visite specialistiche totali, con una quota rilevantissima dedicata alla salute della donna, pari a 11.764 controlli ginecologici e 6.503 visite senologiche, supportate da migliaia di pap-test ed ecografie mammarie.

La gratuità delle prestazioni, elemento cardine dell'azione di ANVOLT, è sempre accompagnata da attenzione alla qualità e all'innovazione tecnologica. Per offrire servizi sempre più precisi, durante la "tre giorni" e nel resto dell'anno, l'associazione investe costantemente nell'ammodernamento delle proprie strutture. Nel solo 2025, la dotazione tecnica è stata arricchita con l'acquisto di nuovi ecografi di ulti-



Tanti fiori ANVOLT per le nostre amiche



ma generazione, completi di sonde specifiche, che consentono diagnosi sempre più accurate e tempestive. Uno sforzo significativo, reso possibile dalla fiducia dei donatori e dalla trasparenza dell'associazione, che permette di mantenere standard assistenziali d'eccellenza completamente gratuiti.

Accanto ai professionisti sanitari, un ruolo fondamentale è svolto dai volontari, vera anima dell'associazione. Con 555 volontari attivi, di cui oltre il 65% donne, ANVOLT esprime

una sensibilità femminile che si riflette nell'accoglienza e nel supporto relazionale offerti durante le giornate di prevenzione di marzo. Spesso sono proprio i volontari il primo punto di contatto per le utenti, capaci di offrire ascolto e orientamento in un clima di fiducia. Questa rete umana, insieme a progetti dedicati come la Pink Room – uno spazio pensato per offrire forza e sorrisi alle donne assistite – trasforma la visita medica ad ANVOLT in un percorso di cura della persona nella sua interezza. In questa prospettiva, la prevenzione non si esaurisce nel singolo controllo, ma si inserisce in un orizzonte più ampio di educazione alla salute e solidarietà. La "tre giorni" rappresenta il simbolo visibile di un lavoro quotidiano che si sviluppa lungo undici mesi all'anno, garantendo anche flessibilità oraria per chi lavora. Attraverso l'iniziativa di marzo, ANVOLT riafferma che la salute è un bene fondamentale e accessibile a tutte, nella convinzione che intervenire prima che la malattia si manifesti sia il gesto di responsabilità e di amore più grande che una donna possa fare per sé stessa e per la propria famiglia. La prova? il grande successo della "tre giorni" dell'edizione 2026 con oltre 1000 visite. *M/I*

**Se vuoi aiutarci: Bonifico bancario intestato a Associazione Nazionale Volontari Lotta Contro I Tumori
iban IT 29A 01030 01663 000061266296 c/o M.P.S. ag. 65 Milano/c.c.postale 28903201**

Fatti un regalo, prenditi cura di te

oltre 25 anni di prevenzione per la salute delle donne

In occasione della Giornata Internazionale della Donna è stata sempre più viva l'attenzione di ANVOLT sull'importanza del progetto "Fatti un regalo, prenditi cura di te" che promuove controlli e iniziative di sensibilizzazione dedicate alla salute delle donne. Un percorso che nel tempo ha coinvolto sempre più persone e ha contribuito a diffondere la cultura della prevenzione. Il promotore del progetto in tutti questi anni è stato il Dr. Livio Zaffaroni, a cui rivolgiamo quattro domande:

Il progetto ANVOLT di prevenzione ginecologica "Fatti un regalo, prenditi cura di te" quando è nato e qual era l'obiettivo iniziale?

Il progetto è nato oltre 25 anni fa, a seguito di una ricerca che aveva messo in evidenza alcune carenze nei servizi di prevenzione presenti sul territorio, in particolare la poca offerta di visite in orario serale. Da questa analisi è nata l'esigenza di creare un'iniziativa dedicata alla salute delle donne, con l'obiettivo di promuovere la prevenzione e intervenire in modo precoce sulle patologie femminili più diffuse.

In particolare, l'attenzione è stata rivolta alla diagnosi precoce dei tumori ginecologici e del tumore al seno. Fin dall'inizio il progetto ha voluto sensibilizzare le donne sull'importanza dei controlli periodici e diffondere una maggiore cultura della prevenzione, elemento fondamentale per tutelare la salute femminile.

Che tipo di risposta avete ricevuto dalle donne del territorio?

Fin dall'inizio il progetto ha ottenuto una risposta molto positiva da parte delle donne del territorio. ANVOLT ha deciso di mettere a disposizione in un orario prolungato, in particolare nel periodo che comprende l'8 marzo, i propri ambulatori dedicandoli alla prevenzione femminile. La partecipazione è stata subito significativa e questo ci ha dato grande soddisfazione.

Grazie alle nostre campagne di sensibilizzazione attraverso i media e al nostro giornale "Più prevenzione, meno cancro", il messaggio è arrivato in modo capillare a moltissime donne. Proprio per la grande adesione, abbiamo deciso di ampliare l'i-

niziativa: oggi ogni delegazione organizza autonomamente, durante il mese di marzo, diverse giornate dedicate esclusivamente alla prevenzione e alla salute femminile, trasformando questo periodo nel vero e proprio mese della prevenzione per le donne.

A che età è consigliabile fare la prima visita ginecologica?

Quanto è importante educare le ragazze alla prevenzione e alla conoscenza del proprio corpo?

L'educazione alla salute e alla prevenzione è un aspetto fondamentale e dovrebbe essere promossa innanzitutto dalla famiglia, dalla scuola e dalle strutture sanitarie, sia pubbliche sia private. Non esiste un'età precisa in cui tutte le ragazze devono fare la prima visita ginecologica, perché ogni situazione può essere diversa. In alcuni casi, ad esempio, possono esserci disturbi o patologie già prima dell'inizio del ciclo mestruale, che rendono opportuno un controllo spe-

cialistico. L'aspetto più importante è che le ragazze imparino ad ascoltare il proprio corpo e a non avere timore di parlare di questi temi. La prevenzione periodica e la conoscenza del proprio corpo sono strumenti fondamentali per prendersi cura della propria salute fin da giovani.

In occasione della Giornata della Donna, quale messaggio sulla prevenzione e sulla salute femminile vorrebbe lasciare alle donne?

Il messaggio più importante è quello di affrontare i controlli medici con serenità e consapevolezza. Oggi molte patologie possono essere curate con ottime probabilità di successo, soprattutto quando vengono individuate in fase precoce.

La prevenzione è infatti strettamente collegata a maggiori possibilità di guarigione. Per questo motivo è importante che le donne considerino i controlli periodici non come un motivo di preoccupazione, ma come un gesto di attenzione verso se stesse. Prendersi cura della propria salute significa investire nel proprio benessere e nella propria qualità di vita.



Il Dr. Livio Zaffaroni
Medico Ginecologo

EDITORIALE



Continua da pag.1
... persone in più in appena dodici mesi.

Le ragioni principali sono due: liste d'attesa sempre più lunghe e difficoltà economiche. Nel 2024 il 6,8% dei cittadini ha rinunciato alle cure per i tempi troppo lunghi, mentre il 5,3% lo ha fatto per motivi economici.

In molti casi ottenere una visita special-

stica o un esame diagnostico nel servizio pubblico significa aspettare mesi, talvolta più di un anno. Di fronte a queste tempistiche, molti pazienti sono costretti a scegliere tra pagare di tasca propria nel privato oppure rinunciare alle cure.

Il risultato è un sistema sanitario sempre più diviso tra chi può permettersi di pagare e chi resta escluso. Il diritto alla salute, sancito dall'articolo 32 della Costituzione, rischia così di diventare un diritto legato al reddito.

E a pagare il prezzo più alto, ancora una

volta, saranno i cittadini più fragili.

Per affrontare il problema sarebbero necessari interventi concreti: ridurre le liste d'attesa, aumentare il personale sanitario, migliorare l'organizzazione delle prenotazioni e rafforzare gli investimenti nella sanità pubblica.

E qui che ANVOLT vede la sua missione di associazione – aiutare nel suo piccolo i nostri utenti e anche in parte la sanità pubblica sulla quale contano i più fragili: sono proprio loro quelli di cui noi ci occupiamo. E ne andiamo fieri.

**Se vuoi aiutarci: Bonifico bancario intestato a Associazione Nazionale Volontari Lotta Contro I Tumori
iban IT 29A 01030 01663 000061266296 c/o M.P.S. ag. 65 Milano/c.c.postale 28903201**

L'8 marzo a **Novara** con le amiche di ANVOLT

Se i mazzi di mimose donati da Anvolt-Novara l'8 marzo alle nostre amiche fossero disposti uno accanto all'altro, si creerebbe sicuramente un brillante nastro giallo-verde che potrebbe avvolgere l'intera città. Semplicemente perché, ognuna delle migliaia di donne che negli ultimi 32 anni si è affidata all'ambulatorio della delegazione locale dell'Associazione, ha ricevuto durante i tre giorni della nostra campagna annuale nazionale un piccolo ramo con le palline gialle - il simbolo della grande festa internazionale del gentil sesso. La metafora di Novara, abbracciata dalle migliaia di mazzi di mimose distribuiti da Anvolt, è della nostra delegata Stefania, che ha avviato l'iniziativa, oggi popolare tra le donne novaresi, nel... 1994! Quest'anno, secondo i dati da lei raccolti, durante i tre giorni della campagna di prevenzione sanitaria - 6, 7 e 8 marzo - sono state esattamente 68 le signore che si sono presentate ad Anvolt per farsi controllare! «Basta un bel sorriso per farci venire voglia di una visita e farci tornare ancora e ancora, e qui questo sorriso non manca mai!» - dice

Foto con Liubov Mykolyuk, operatore socio-sanitario



l'impiegata novarese - Leila Frezzano. «Una visita ginecologica per una donna non è una passeggiata continua la signora, e il bello è che la Dottoressa Amico ci mette subito a nostro agio!» «Qui l'ambiente è molto accogliente e da quando qualche anno fa mi ha portato una parente, torno sempre» ha aggiunto la pedagoga Silvana Mazzoni, che è una delle prime utenti la domenica 8 marzo. «Sì, sì, con la dottoressa tutto è più facile, possiamo dirci tutto da donna a donna» interviene nella conversazione l'ucraina Liubov Mykolyuk, che lavora da molti anni a Novara come operatore socio-sanitario e ha saputo dalle sue colleghe dei Giorni della prevenzione Anvolt sotto il segno delle mimose.

E cosa dice a proposito la stessa dottoressa Raffaella Amico la quale collabora con Anvolt - Novara dai primi giorni della nostra iniziativa nel lontano 1994? «È passato tanto tempo, ma non mi stanco, primo perché qui mi trovo tra amiche, e secondo anche io

mi sento a mio agio quando vedo che tante donne si prendono cura della loro salute senza esitare!»



Foto con la delegata ANVOLT Stefania - le sorelle Olga e Mery Tamborino.

A **Lodi** la prevenzione si tinge di rosa

Andrea Biraghi

La mattina dell'8 marzo, negli ambulatori ANVOLT di Lodi, la sala d'attesa si è riempita fin dalle prime ore. Alcune donne sono arrivate in anticipo, altre con un po' di esitazione, ma tutte con lo stesso obiettivo: dedicare un momento alla propria salute. In occasione della Festa della Donna, la delegazione lodigiana dell'associazione ha organizzato delle giornate dedicate alla prevenzione femminile, offrendo visite di senologia e ginecologia alle donne del territorio. La risposta è stata immediata.

Le visite senologiche sono state eseguite dalla dottoressa Mariateresa Bernini, affiancata dall'infermiera Elena Gennari, che hanno accompagnato le pazienti durante i controlli e nei momenti di informazione. La prevenzione, infatti, non si limita all'esame clinico: è anche un percorso di consapevolezza e attenzione alla propria salute.

Dietro queste giornate c'è stato un importante lavoro organizzativo, coordinato da Alessia Biraghi, che ha curato la preparazione dell'ambulatorio e la gestione delle prenotazioni.

«Sappiamo che per molte persone la prevenzione può diventare difficile da sostenere a causa dei costi delle visite -

spiega Alessia -. Nei nostri ambulatori lavoriamo tutto l'anno per mantenere le prestazioni il più accessibili possibile. Organizzare giornate come queste non è semplice, ma siamo molto soddisfatti di esserci riusciti. Tra donne dobbiamo aiutarci e sostenerci anche attraverso la prevenzione».

Fondamentale anche il contributo della volontaria del servizio civile Anita Filabelli, che ha gestito l'accoglienza delle pazienti e l'organizzazione degli accessi agli ambulatori.

Le visite ginecologiche sono state effettuate dal Dr. Serafino Ricchio, con il supporto della segretaria di ambulatorio Emanuela

Ruggieri, completando così la nostra offerta di prevenzione rivolta alle donne.

Il bilancio dell'iniziativa è estremamente positivo: le tre giornate hanno registrato grande partecipazione tra le donne lodigiane, oltre 110 visite, confermando quanto la prevenzione sia un tema sempre più sentito e quanto il lavoro della delegazione ANVOLT di Lodi rappresenti un punto di riferimento per il territorio.



Foto con la senologa Bernini, Anita Filabelli e l'infermiera Gennari

**Se vuoi aiutarci: Bonifico bancario intestato a Associazione Nazionale Volontari Lotta Contro I Tumori
iban IT 29A 01030 01663 000061266296 c/o M.P.S. ag. 65 Milano/c.c.postale 28903201**

«Più farmaci, i rischi: le interazioni in oncologia»

di Marco Infelise

Perché le interazioni farmacologiche rappresentano oggi un rischio critico in oncologia e quali fattori ne stanno aumentando l'incidenza?

«Oggi le interazioni farmacologiche rappresentano uno dei nodi più delicati dell'oncologia moderna perché i pazienti assumono sempre più farmaci contemporaneamente. Non ci sono solo le cure antitumorali, ma anche terapie per pressione alta, diabete, dolore, nausea, insonnia, ansia/depressione, infezioni, oltre a integratori e prodotti erboristici. In questo scenario, il rischio che un farmaco alteri l'effetto di un altro è concreto e può avere conseguenze importanti: aumentare la tossicità oppure ridurre l'efficacia delle cure. Il problema è cresciuto perché i pazienti oncologici vivono più a lungo, hanno spesso più malattie concomitanti e seguono percorsi terapeutici sempre più complessi e prolungati. Inoltre, molti farmaci oncologici moderni sono molto efficaci ma anche molto "sensibili" a variazioni di assorbimento o metabolismo. Basta poco, a volte, per spostare l'equilibrio tra beneficio e rischio. Per questo oggi le interazioni non sono un evento raro o secondario: sono una questione strutturale della pratica clinica quotidiana».

In che modo la politerapia influisce sull'equilibrio tra efficacia e sicurezza dei trattamenti, e quali sono le complicanze cliniche più ricorrenti?

«La politerapia, cioè l'assunzione contemporanea di più farmaci, è spesso inevitabile nel paziente oncologico, ma rende molto più fragile l'equilibrio tra efficacia e sicurezza. Ogni nuova terapia aggiunta può modificare il comportamento delle altre: può far aumentare i livelli di un farmaco nel sangue, provocando tossicità, oppure ridurli, compromettendone l'efficacia. Le complicanze più frequenti riguardano l'apparato gastrointestinale, il sistema nervoso e il cuore: nausea, diarrea, sonnolenza, vertigini, alterazioni del ritmo cardiaco, sanguinamenti o danni a fegato e reni. Un aspetto particolarmente importante è la sovrapposizione di tossicità simili, per esempio quando più farmaci aumentano insieme il rischio di emorragia o di aritmie.

Nei pazienti più anziani e fragili, la politerapia può anche peggiorare l'autonomia, aumentare il rischio di cadute e rendere più difficile portare avanti correttamente la cura. Il punto, quindi, non è solo quanti farmaci si assumono, ma se quella combinazione è davvero appropriata e sostenibile per quella persona».



La Prof.ssa Gabriella Pravettoni è Professore Ordinario di Psicologia Cognitiva e delle Decisioni all'Università degli Studi di Milano e Direttrice della Divisione di Psico-Oncologia presso l'Istituto Europeo di Oncologia (IEO). Integra il supporto psicologico con le cure oncologiche per migliorare i risultati clinici e la qualità di vita dei pazienti. Coordina il Dottorato in Medical Humanities presso la SEMM di Milano e il Master di II livello in Psico-Oncologia, oltre al programma di dottorato in Medical Humanities (SEMM). È Responsabile del Patient Empowerment presso l'Alleanza Europea per la Medicina Personalizzata. Fa parte del Consiglio di Amministrazione di AIRC e del Comitato scientifico per l'Educazione e la Ricerca sul Cancro di Regione Lombardia. La sua ricerca si concentra sui processi cognitivi, il processo decisionale e la prevenzione degli errori nel campo medico. La Prof.ssa Pravettoni ha vinto numerosi progetti europei, sviluppando nuove tecnologie e strumenti per il supporto ai pazienti.

L'avvento delle terapie orali ha cambiato il paradigma di gestione del rischio? Quali sono le criticità inedite per i clinici?

«Sì, lo ha cambiato profondamente. Le terapie orali hanno reso molte cure oncologiche più comode e gestibili a domicilio, ma proprio per questo hanno trasferito una parte del rischio fuori dall'ospedale. Il paziente assume il farmaco a casa, spesso insieme a molti altri medicinali prescritti da medici diversi, oppure acquistati autonomamente. Questo aumenta il rischio che si verifichino interazioni non immediatamente visibili al team oncologico. Le criticità più insidiose riguardano i farmaci che interferiscono con il metabolismo epatico, i gastroprotettori che

modificano l'acidità dello stomaco, gli anti-coagulanti, alcuni antibiotici, gli antimicotici e perfino gli integratori "naturali". Per i clinici, quindi, la sfida non è più solo scegliere la terapia oncologica giusta, ma controllare l'intero contesto terapeutico in cui quella cura viene inserita. Le terapie orali hanno dato più autonomia al paziente, ma hanno anche reso indispensabile una sorveglianza più continua, più capillare e più condivisa».

Quali "campanelli d'allarme" dovrebbero riconoscere pazienti e caregiver? Qual è l'impatto reale di queste interazioni sulla riuscita della terapia?

«Il primo campanello d'allarme è la comparsa di un sintomo nuovo, inatteso o più intenso del solito dopo l'inizio, la sospensione o il cambio di un farmaco. Palpitazioni, svenimenti, sanguinamenti, diarrea importante, vomito persistente, eccessiva sonnolenza, confusione, rash cutanei o un peggioramento improvviso della stanchezza devono essere segnalati subito. Anche l'aggiunta di un prodotto apparentemente innocuo, come un integratore, una tisana o un gastroprotettore, merita sempre attenzione. Le interazioni farmacologiche possono infatti avere un impatto molto concreto sulla riuscita della terapia. Per questo pazienti e caregiver hanno un ruolo fondamentale: comunicare tutto ciò che si assume è parte integrante della cura».

Guardando al futuro, qual è la sfida più complessa per chi gestisce la politerapia nel paziente oncologico?

«La sfida più difficile sarà gestire la complessità in modo continuo, non occasionale. Oggi il paziente oncologico attraversa percorsi di cura articolati, vede più specialisti, assume farmaci prescritti in contesti diversi e spesso modifica la propria terapia nel tempo. Il rischio nasce proprio qui: non da un singolo errore, ma dalla frammentazione delle informazioni. In futuro sarà essenziale avere una vera riconciliazione terapeutica, cioè un controllo sistematico e aggiornato di tutto ciò che il paziente assume, inclusi farmaci non oncologici, automedicazione e integratori. Sarà molto importante fare comprendere al paziente il processo decisionale che è alla base della scelta terapeutica e in questo contesto assume un ruolo molto rilevante lo psico-oncologo al fine di promuovere una prospettiva multidisciplinare volta allo sviluppo di un nuovo approccio psico-cognitivo alle decisioni in medicina. La vera sfida sarà mettere insieme competenza, comunicazione e continuità assistenziale, per anticipare i problemi invece di rincorrerli».

**Se vuoi aiutarci: Bonifico bancario intestato a Associazione Nazionale Volontari Lotta Contro I Tumori
iban IT 29A 01030 01663 000061266296 c/o M.P.S. ag. 65 Milano/c.c.postale 28903201**

MESTRE



Foto della serata “Una Canzone per la Vita”, svoltasi domenica 8 marzo scorso alle ore 18.30 presso il Centro Culturale Candiani di Mestre e organizzata dalla nostra sede con il patrocinio del Comune di Venezia.

Si è trattato di un concerto benefico promosso in occasione della Giornata Internazionale della Donna, il cui ricavato è stato destinato a sostenere i servizi dedicati alla prevenzione ambulatoriale.

VERONA

Una giornata speciale dedicata alle nostre amiche! In occasione della Festa delle Donne, la palestra Move.it 360 di Verona, ha organizzato insieme ad ANVOLT, una giornata tutta al femminile

dedicata a sport, benessere e prevenzione. Un momento importante per ricordare quanto sia fondamentale prendersi cura di sé, della propria salute e del proprio benessere.

Tra movimento, informazione e condivisione, questa iniziativa ha voluto celebrare la forza, l'energia e il valore di tutte le donne.

Perché la prevenzione e il benessere sono il primo passo per vivere meglio.



TRIESTE



Alcuni momenti dell'incontro organizzato da ANVOLT in occasione della Festa della Donna presso la sede della UIL, dedicato alla promozione dei corretti stili di vita e alla prevenzione della salute femminile.

Grazie alle nostre specialiste-volontarie per aver condiviso competenze e consigli preziosi! L'iniziativa è stata realizzata con il contributo della **Fondazione CRTrieste**



Sedi ANVOLT in Italia

60125 ANCONA email: ancona@anvolt.org

Via Marini 21 - Tel.: 071 54411

IBAN IT42 P 01030 02610000063190735 c/o M.P.S.

24122 BERGAMO email: bergamo@anvolt.org

Via J. Palma il Vecchio, 59/61 Tel. 035 249093

IBAN IT 45A0538711101000042427850 c/o banca BPER

39100 BOLZANO email: bolzano@anvolt.org

Via Resia 26/B - Tel. 0471 918903

IBAN IT 65 P 01030 11600 00000604367 c/o M.P.S.

25122 BRESCIA email: brescia@anvolt.org

Via V. Emanuele II 4 - Tel. 030 45425 Cell. 340 3738196

IBAN IT 20 N 01030 11207 000063200256 c/o M.P.S.

95128 CATANIA email: catania@anvolt.org

Via Etna 688 - Tel.: 095 432950

IBAN IT 41 S 01030 16900 000002412808 c/o M.P.S.

62012 CIVITANOVA MARCHE email: civitanova@anvolt.org

Via Fratelli Rosselli 3 - Tel.: 0733 773900

IBAN IT 86 Q 01030 68870 000061482365 c/o M.P.S.

12100 CUNEO email: cuneo@anvolt.org

Via Antonio Meucci, 9 - Tel.: 0171 698981

IBAN: IT90Y0569610200000003137X02 (banca pop. di Sondrio)

61032 FANO (PU) email: fano@anvolt.org

Via Roma 73/B amb. Via Roma 73/C - Tel. 0721/ 827599

IBAN IT 10 T 01030 24301 000063328376 Cod Fil. 08305 - M.P.S.

44122 FERRARA

Tel.: 0532 771844

IBAN IT 60 E 01030 13000 000001064934 c/o M.P.S. Ag. 760

16124 GENOVA email: genova@anvolt.org

Via S. Luca 12, int. 26 - Tel.: 010 265999

IBAN IT62 J 01030 01400 000063628743 Ag. M.P.S.

26900 LODI email: lodi@anvolt.org

Viale Milano, 71 - Tel.: 0371 412001

IBAN IT 34 A 01030 20301 00000865837 c/o M.P.S. Ag.600

30171 MESTRE (VE) email: mestre@anvolt.org

Via Zanella 22 (lat via Bissuola) - Tel.: 041 976604

IBAN IT 96 B 01030 02010 000002009524 c/o M.P.S. ag.2755

20158 MILANO email: volontarimilano@anvolt.org

Via G. Guerzoni, 44 - Tel. 02 66823761

IBAN IT 96W 01030 01658 000061183116 c/o M.P.S.

28100 NOVARA email: novara@anvolt.org

Via Marconi 18/ac -Tel. 0321 30220

IBAN IT 94 L 01030 10101 000061225325 c/o M.P.S.

35138 PADOVA email: padova@anvolt.org

Via Bezzecca 2/4 Tel.: 049 8724958

IBAN IT 02 O 01030 62790 000061130267 c/o M.P.S.

**Se vuoi aiutarci: Bonifico bancario intestato a Associazione Nazionale Volontari Lotta Contro I Tumori
iban IT 29A 01030 01663 000061266296 c/o M.P.S. ag. 65 Milano/c.c.postale 28903201**

VITA DI ASSOCIAZIONE VITA DI ASSOCIAZIONE



5x1000
MOLTIPLICHIAMO LA SPERANZA

Sostienici per migliorare ciò che già facciamo. Questo è possibile anche con il tuo 5x1000 e soprattutto non ti costa nulla.

- 40.339 ore di ASSISTENZA DOMICILIARE
- 7.655 SEDUTE PSICOLOGICHE
- 10.957 VIAGGI DI ACCOMPAGNAMENTO SOCIALE
- 52.274 VISITE SPECIALISTICHE nei nostri poliambulatori

Indica sulla tua dichiarazione dei redditi il Codice fiscale:

07549830151

Il **5x1000** è una quota dell'IRPEF che ogni contribuente può scegliere di destinare a sostegno di enti non profit, della ricerca scientifica e sanitaria, delle attività sociali del proprio Comune, di enti culturali e di molte altre realtà impegnate nel sociale.

Si tratta di un gesto semplice che non comporta alcun costo aggiuntivo per il contribuente, ma che può fare una grande differenza per le organizzazioni che operano ogni giorno a favore della comunità.

Destinare il proprio 5x1000 significa contribuire concretamente a sostenere progetti di solidarietà, ricerca, assistenza e tutela della salute.

Se non si esprime alcuna preferenza, la quota del 5x1000 rimane allo Stato.

Pubblicato il Bando per la selezione di 65.964 operatori volontari da impiegare in progetti afferenti a programmi di intervento di Servizio civile universale da realizzarsi in Italia e all'estero.

Fino alle ore 14.00 dell'**8 APRILE 2026** è possibile presentare domanda di partecipazione ad uno dei progetti che si realizzeranno tra il 2026 e il 2027 su tutto il territorio nazionale e all'estero.

I progetti hanno una durata tra 8 e 12 mesi, con un orario di servizio pari a 25 ore settimanali oppure con un monte ore annuo che varia, in maniera commisurata, tra le 1.145 ore per i progetti di 12 mesi, le 1.049 ore per i progetti di 11 mesi, le 954 ore per i progetti di 10 mesi, le 859 ore per i progetti di 9 mesi e le 765 ore per i progetti di 8 mesi articolato su cinque o sei giorni a settimana.

Gli operatori volontari selezionati sottoscrivono con il Dipartimento un contratto che fissa, tra l'altro, l'importo dell'assegno mensile per lo svolgimento del servizio in **€ 519,47** salvo incremento sulla base della variazione, accertata dall'ISTAT

X INFO TELEFONARE ALLA DELEGAZIONE ANVOLT PIÙ VICINA.

SERVIZIO CIVILE
rivolto a giovani di età compresa tra il 18 e i 28 anni compiuti
x info telefonare alle delegazioni ANVOLT più vicine

- 01** Il Servizio Civile Universale è un'opportunità di crescita personale e offerta ai giovani. Consiste in un impegno di 12 mesi per un fine solidaristico nell'ambito di un progetto con un rimborso mensile di 507,89 euro.
- 02** Presenta la tua candidatura attraverso la piattaforma DOL, raggiungibile tramite PC, tablet e smartphone al indirizzo <https://domandonline.serviziocivile.it>
- 03** Scarica la Guida per la compilazione e la presentazione della Domanda On Line con la piattaforma DOL, di possibile sul sito <https://www.pubblicazioni.gov.it> e www.serviziocivile.gov.it
- 04** Consulta e carica la scheda sintetica del progetto "Una rete per l'Unità oncologica - Assistenza domiciliare, hospice e cure palliative".

90139 PALERMO email: palermo@anvolt.org
P.zza Don Sturzo 44 - Tel.: 091 331954
IBAN IT 41R 01030 04600 000063376092 c/o M.P.S.
43123 PARMA email: parma@anvolt.org
Via Orazio, 44/a - Tel.: 0521 240207
IBAN IT 74K 01030 12705 000010368196 c/o M.P.S.
48121 RAVENNA email: ravenna@anvolt.org
Via Pellegrini Matteucci 20 - Tel. 0544 39465
IBAN IT 19N 01030 13102 000061224209 c/o M.P.S.
00156 ROMA email: roma@anvolt.org
Via Serravalle di Chienti, 28 - Tel.: 06 8171144
IBAN IT 95 S 01030 03269 00000 1631887 c/o M.P.S. Ag. 8680
10141 TORINO email: torino@anvolt.org
Via Pollenzo, 27 - Tel. 011 6967799
IBAN IT 46T 01030 01024 000061159240 c/o M.P.S.

38122 TRENTO email: trento@anvolt.org
Via Prepositura 32 - Tel. 0461 232036
IBAN IT 24 R 08304 01807 00000771835 c/o Cas. Rur. diTn
34135 TRIESTE email: trieste@anvolt.org
Viale Miramare 3 - Tel. 040 416636
IBAN IT20 E030 6902 2331 00000069 577 BIC BCIT. ITMM-Intesa
33100 UDINE email: udine@anvolt.org
Via A. Marangoni, 87 - Tel. 0432 400965
IBAN IT 51D 01030 12300 000000731327 c/o M.P.S.
21100 VARESE email: varese@anvolt.org
Viale Ippodromo 59 - Tel.: 0332 235625
IBAN IT 07 W0538710812000042331369 BPER Biumo Inferiore
37134 VERONA email: verona@anvolt.org
Via Legnago, 31 - Tel. 045 583908
IBAN IT 31 S 01030 11701 000000630991 c/o M.P.S. ag. 701

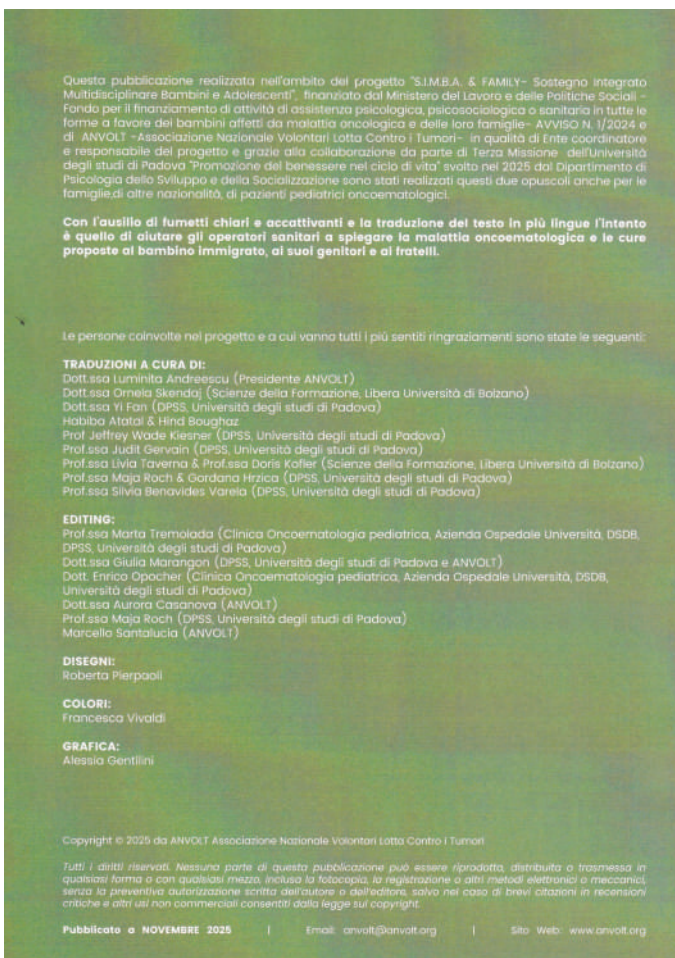
36100 VICENZA email: vicenza@anvolt.org
Via Vigna 1 - Tel.: 0444 301160
IBAN IT 82 1030 6911 8861 0000 0007 467 IntesaSan Paolo
38068 ROVERETO (Tn)
C.so Rosmini 8 - Tel. 0464 420421
IBAN IT 45U 03069 118911 00000000793 IntesaSan Paolo
38037 PREDAZZO (Tn):
Via G. Verdi, 16 - Tel.: 0461 235543

evidenziati in rosso i ns. poliambulatori

**Se vuoi aiutarci: Bonifico bancario intestato a Associazione Nazionale Volontari Lotta contro i Tumori
iban IT 29A 01030 01663 000061266296 c/o M.P.S. ag. 65 Milano/c.c.postale 28903201**



**Questo è uno dei risultati del progetto Simba e Family, progetto finanziato in parte dal Ministero del lavoro e delle politiche sociali.
Per scaricare l'opuscolo nella lingua desiderata utilizzare il qr -barcode.**



Più Prevenzione Meno Cancro rivista di prevenzione e informazione fondata nel 1987 Editore: ANVOLT- Associazione Nazionale Volontari Lotta Contro i Tumori O.D.V. - Redazione e Amministrazione: ANVOLT- Associazione Nazionale Volontari Lotta Contro i Tumori O.D.V. - Tel.: 02 6880158 - sito web: www.anvolt.org - Direttore Responsabile: Flavio L. Tesolin - Redattore Capo: Romano Michelini - Realizzazione grafica: Flavio Tesolin - Fotografie: Romano Michelini, Flavio Tesolin Siti Liberi Internet - Comitato Di Redazione: Elisabeth Bortolotto, Eleonora Sannazzari.- Redattori: Marco Infelise, Andrea Santelia, Edoardo Tesolin Tiratura: copie 50.000 Pubblicazione mensile Registrazione del Tribunale di Milano n. 642 del 18/09/87 i dati necessari per l'invio della rivista sono trattati elettronicamente e utilizzati dall'editore Associazione Nazionale Volontari Lotta Contro i Tumori O.D.V. per la spedizione della pubblicazione. Ai sensi del decreto legislativo 30 giugno 2003, n. 196 è possibile in qualsiasi momento chiedere l'annullamento dell'invio e gratuitamente consultare modificare e cancellare i dati, o semplicemente opporsi al loro utilizzo scrivendo a: ANVOLT - Associazione Nazionale Volontari Lotta Contro i Tumori O.D.V. -Via G. Guerzoni, 44 - 20158 Milano - Responsabile dati.