



11 anni di Camminate



La Camminata in Città è una passeggiata ludico-motoria dedicata al benessere, che non richiede il certificato medico

- L'evento si propone di:
- sensibilizzare sull'importanza della diagnosi precoce del tumore al seno e sul mantenere uno stile di vita sano
 - raccogliere i fondi per finanziare i servizi di supporto ai pazienti oncologici: agopuntura, sostegno psicologico e nutrizionale, laboratori creativi e di scrittura, bellezza e benessere, attività motoria per sostenere le donne con il tumore al seno durante e dopo il percorso di cura

Come sostenere le nostre attività

Puoi fare la tua donazione tramite conto corrente postale

IBAN: **IT131076011380000001202512**

o con bonifico bancario

IBAN: **IT7460306913830100000009983**

o attraverso il nostro sito www.vdvpistoia.org

FIRMA e dona il tuo 5 x mille

9 0 0 0 9 4 1 0 4 7 4

*Un gesto che a te non costa niente
ma che vuol dire tanto per molte donne!*



**RESTATE AGGIORNATI
e DONATE SU www.vdvpistoia.org**

PER INFO:

Associazione Voglia di Vivere OdV
Via G. Gentile, 40 Pistoia - Tel. 0573 964345
vogliadivivere@vdvpistoia.org - www.vdvpistoia.org
www.facebook.com/vogliadiviverepistoia

LeggerAndando 2026

Punto di incontro
**Giardino
Misericordia**
Via Bonellina 1, Pistoia

CESVOT

**di VOGLIA
di VIVERE OdV**
Pistoia

PISTOIA
CAPITALE ITALIANA
DEL LIBRO 2026

**Fondazione
Caripit**

- **Sabato 3 Ottobre ore 8.30**

**2° Villaggio
della Salute**

- **Domenica 4 Ottobre ore 8.30**

**11ª Camminata
in Città**

Passeggiata ludico-motoria dedicata
alla salute, al benessere e alla solidarietà

Premio Letterario *ScrivereAndando*
Per raccontare la vostra idea di Ben-essere



**Polambulatorio
MISERICORDIA PISTOIA**



2° Villaggio della Salute



Sabato 3 ottobre 2026

Giardino della Misericordia
Via Bonellina, 1 – Pistoia

il programma

orario 8,30-13,00 – ecografie e visite di prevenzione alla mammella eseguiti da professionisti senologici: riservato a donne di età inferiore ai 45 anni, con priorità alle più fragili, negli ambulatori di prevenzione donna di via Bonellina, 1
Le visite sono gratuite ma devono essere prenotate a Voglia di Vivere: 392 198 9267 vogliadivivere@vdppistoia.org

orario 15,30-18,30 – attività di informazione e intrattenimento in favore della salute

a proposito di alimentazione...

- a cura delle nutrizioniste Samuela Priami e Lisa Sequi: "Pregi e difetti della cucina toscana", i partecipanti girando La ruota della Salute riceveranno omaggi in buoni sconto
- In collaborazione con Campagna Amica Pistoia, i bambini saranno coinvolti nel laboratorio per la preparazione delle Tagliatelle della Pastora, a cura dell'Azienda Agricola Canto di Primavera Del Sogno Antico, di Gabriella e Stefania Michelozzi

a proposito di ben-essere...

- agopuntura con Jacopo Bottacci
- consulenza di bellezza con Giada Baldini, Roberta Morini, Sara Romagnoli
- laboratorio creativo con le volontarie
- psicologia con Beatrice De Blasi, Antonella Moschiano, Alice Pirovano

a proposito di movimento...

- ballo country a cura del Gruppo Western Roots
- danze popolari a cura di Federica Brancolini
- Fitwalk e pavimento pelvico a cura di Stefania Zarri
- Wellness Mobility con Justyne e Smile Dance School
- Qi Gong e discipline orientali a cura di Asd Itka Pistoia
- yoga a cura di Cinzia Villani



11ª Camminata in Città

LeggerAndando



Domenica 4 ottobre 2026

Ritrovo ore 8,30 – Partenza ore 9,30
Giardino della Misericordia
Via Bonellina, 1 – Pistoia

• ISCRIZIONI Donazione minima € 15

Coinvolgi amici, parenti e colleghi! Crea il tuo gruppo, i più numerosi riceveranno fantasiosi premi

- Sede **Voglia di Vivere** (lunedì e giovedì mattina) Tel. 0573 964345
- On-line all'indirizzo www.vdppistoia.org



PUNTI ROSA

Per iscriverti alla Camminata in Città puoi utilizzare uno dei Punti Rosa a te più comodo

- **Antologia Viaggi** viale Matteotti, 25 Pistoia
- **Bar Nazionale** piazza Leonardo da Vinci 21
- **Bar Quisicosa** Galleria Vittorio Emanuele (via degli Orafi)
- **Errecasa** via Cellini 26 (zona Sant'Agostino)
- **Menichini Musica** Galleria Nazionale

il programma

8,30 – ritrovo al Giardino delle Misericordia – via Bonellina, 1 – dove si potranno fare le iscrizioni dell'ultimo minuto e ritirare il Kit Camminata (borsa dell'evento contenente la maglietta, i buoni sconto Conad, il libretto guida, la bottiglietta di acqua)

9,30 – partenza per il tour LeggerAndando, condotto da Michela Ricciarelli, guida turistica, e accompagnato dalla musica di Filarmonica Borgognoni e dalle danze del gruppo Smile Dance School Asd Pistoia

LeggerAndando ci porta a scoprire i luoghi raccontati durante i "passi" preparatori a questa Camminata: luoghi che troverete segnalati da bellissimi



11ª Edizione LeggerAndando
Camminata in Città
Pistoia • Domenica 4 Ottobre 2026 • Giardino Misericordia, Via Bonellina 1

PARTECIPA ALLA CAMMINATA IN CITTÀ

DONAZIONE MINIMA € 15,00

Coinvolgi amici, parenti e colleghi! Crea il tuo gruppo: i più numerosi riceveranno fantasiosi premi!
Regala un'iscrizione a chi ti sta a cuore!



Partecipo al Premio Letterario ScriverAndando - Riflessioni dedicate al benessere
All'indirizzo mail sotto indicato Voglia di Vivere mi invierà regolamento e modulo di iscrizione

NOME e COGNOME

E-MAIL

CELLULARE

INDIRIZZO

N.

CITTÀ

CAP

LUOGO E DATA DI NASCITA

ISCRIVO CON ME LA SQUADRA
composta da n. partecipanti

11ª CAMMINATA IN CITTÀ LeggerAndando

Pistoia • Dom. 4 Ottobre 2026 • Giardino Misericordia, Via Bonellina 1



MAGLIA

XXL

☐

XL

☐

L

☐

M

☐

S

☐

Informativa art. 13, d. lgs 196/2003
I dati personali saranno trattati, con modalità prevalentemente elettroniche, da Associazione Voglia di Vivere, via G. Gentile 40, 51100 Pistoia per gestire la partecipazione alla Camminata in città e relativa donazione, nonché per fini organizzativi e amministrativi e per ottemperare a norme di legge, regolamento e normativa UE. Ai sensi dell'art. 26, d. lgs 196/2003. I dati e le immagini relative all'evento saranno trattati esclusivamente per fini istituzionali e non saranno comunicati a terzi. Se non precisato, l'opposizione al trattamento dei dati per fini informativi e istituzionali sarà inteso esteso a tutti gli strumenti di contatto.

Data

Firma