IL CUORE IN SALITA
XV[a] edizione
IL QUARTIERE DELLE LAVANDAIE
Como, sabato 26 settembre 2026
dalle 14:30 alle 17:30

Saliscendi alla (ri)scoperta del "Quartiere delle Lavandaie"
Guidati dall'Ing. Clemente Tajana e dal Prof. Alberto Rovi si percorrerà la via della Madonnetta (solo in parte asfaltata) un tempo prolungamento di via Coloniola e sino alla fine dell'Ottocento unica strada carrabile fra la Riva del Vò e Bellagio. Al culmine della via si trova una cappella votiva dedicata alla Madonna del Rosario. La località è detta Nosetta perché un tempo in questo luogo abbondavano le piante di noci e le lavandaie del borgo S. Giuliano stendevano ad asciugare i panni sui fili stesi tra gli alberi. **Partenza e arrivo da via Lungo Lario Trieste 52 (ristorante Fontana d'Oro)**.

I Cardiologi di Comocuore coadiuvati dalle Infermiere Volontarie della C.R.I. sottoporranno tutti gli iscritti, sia alla partenza che all'arrivo, alla misurazione della pressione arteriosa, della frequenza cardiaca e del grado di ossigenazione del sangue.

L'organizzazione prevede la suddivisione degli iscritti in 2 gruppi con partenza in orari distinti ore 14:30 primo gruppo, ore 15:00 secondo gruppo. Durata massima prevista del percorso: 1h30'/ca
ISCRIZIONE OBBLIGATORIA da effettuarsi entro il 18/09/25 presso la sede di Comocuore in via Rovelli n. 8 (da lunedì a venerdì, orario: 10-12/15-18).

L'iscrizione prevede un contributo di € 30,00.
PER INFORMAZIONI: info@comocuore.org o 031.278862






COMOCUORE ETS
ASSOCIAZIONE GIANMARIO BERETTA PER LA LOTTA CONTRO L'INFARTO
dal 1985

GIORNATA MONDIALE DEL CUORE



IL CUORE IN SALITA

Ringraziamo per il prezioso contributo:

Fondazione italiana per il cuore
bennet
BCC CANTÙ
ASSICOMO AGENZIA GENERALE AXA ASSICURAZIONI

NON PERDERE UN COLPO
29 settembre 2026
"Giornata Mondiale del Cuore"
16 ottobre 2026
"Giornata Mondiale RCP"

Il 29 settembre si celebra la **Giornata Mondiale del Cuore/GMC** e con il motto "**NON PERDERE UN COLPO**" la GMC 2026 vuole rimarcare l'attenzione sull'importanza di riconoscere i segni e i sintomi delle malattie cardiovascolari (MCV):

♥ **Sintomi**: molti segnali di MCV passano inosservati finché non è troppo tardi. Può influenzare chiunque, indipendentemente dall'età, dalla forma fisica o dallo stile di vita.

♥ **Proteggi il tuo cuore**: la maggior parte delle malattie cardiache è prevenibile. La maggior parte dei decessi per malattie cardiovascolari è causata da fattori di rischio che possono essere prevenuti o gestiti.

L'Associazione Comocuore, da 41 anni impegnata nella prevenzione primaria delle malattie cardiovascolari, e nell'emergenza cardiologica, aderisce anche quest'anno alla celebrazione della "Giornata Mondiale del Cuore" con una serie di interventi di sensibilizzazione ai temi della prevenzione cardiovascolare e dell'emergenza cardiologica che sarà celebrata il prossimo 16 ottobre con la "Giornata Mondiale della Rianimazione Cardio-Polmonare":

22.09.2026 dalle 14:00 alle 16:30 Screening ecografico spessore intima carotidea e aneurisma aorta addominale.

24.09.2026 dalle 9:00 alle11:00 Screening "Rischio cardiovascolare" (profilo lipidico, pressione arteriosa, Indice di massa corporea, elettrocardiogramma).

26.09.2026 Il Cuore in Salita, il "Quartiere delle Lavandaie"

01.10.2026 dalle 9:00 alle11:00 Screening "Rischio cardiovascolare" (profilo lipidico, pressione arteriosa, Indice di massa corporea, elettrocardiogramma).

03.10.2024 "La Prevenzione in Piazza" dalle ore 10:00 alle ore 16:00 Como - piazza Grimoldi Comocuore parteciperà alla manifestazione organizzata da ASST Lariana per la promozione della cultura della salute e dei concetti di prevenzione.

N.B.: per gli screening ecografico e di valutazione del rischio cardiovascolare è necessario fissare l'appuntamento telefonando a Comocuore al n. 031.278862 (da lunedì a venerdì, orario: 10-12/15-18).