



**SEZIONE  
PROVINCIALE  
DI UDINE - ONLUS**



## **SETTIMANA NAZIONALE PER LA PREVENZIONE ONCOLOGICA**

**LILT Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori  
Sezione Friulana Provincia di Udine**

Dal 16 al 23 marzo si terrà uno dei principali appuntamenti della LILT: la *Settimana Nazionale per la Prevenzione Oncologica*.

Testimonial dell'evento si conferma l'olio extra vergine d'oliva, quale simbolo di una corretta alimentazione.

La prevenzione rappresenta oggi lo strumento più efficace per vincere i tumori ed in questa XIII Edizione un particolare ruolo riveste l'obesità ed il sovrappeso infantile ed adolescenziale come fattore favorente lo sviluppo di tumori.

Se tutti facessimo più attenzione ai nostri stili di vita saremmo in grado di evitare l'insorgenza di moltissimi tumori. Una sana alimentazione unita a poche e semplici regole quali: praticare un'attività fisica regolare, non fumare, ridurre il consumo di alcol, consumare frequentemente frutta fresca e verdura, aiutano a ridurre il rischio di sviluppare la malattia.

La dieta mediterranea, con il consumo di frutta e verdura, pesce, legumi, cereali e olio extra vergine d'oliva, può non solo essere un modo gustoso di stare a tavola, ma anche rappresentare un potente alleato della salute.

L'alimentazione è vita.

Nella settimana sopra indicata i volontari della LILT Sezione di Udine si impegneranno in varie postazione (sotto riportate) per offrire la bottiglia di olio in cambio di un moderato contributo a sostegno delle attività promosse dall'associazione.

Per il secondo anno consecutivo la Fondazione Campagna Amica si farà promotrice della "Settimana" presso i propri mercati. A Udine i volontari LILT saranno presenti lunedì 17 marzo dalle ore 8.30 alle ore 12.30 presso il mercato di P.zza XX Settembre.

Seguirà il giorno 29 marzo la staffetta LILT "*Scuole che corrono per la Prevenzione*", organizzata dagli allievi dell'Istituto I.S.I.S. B.Stringher di Udine in collaborazione con la LILT di Udine.

Scopo dell'evento, giunto alla sua IV edizione, è divulgare l'importanza dello sport nella Prevenzione e nel contempo raccogliere fondi da destinare al Gruppo Scuola della LILT di Udine per continuare il lavoro svolto negli anni nelle Scuole Superiori della Provincia.

Per ulteriori informazioni consultare il sito [www.legatumoriudine.it](http://www.legatumoriudine.it) oppure il sito nazionale [www.lilt.it](http://www.lilt.it)

**Postazioni distribuzione olio e materiale informativo LILT  
Udine**

<b>P.zza XX Settembre</b>	<b>Lunedì 17 marzo dalle ore 8.30 alle ore 12.30</b>
<b>Parrocchia S. Paolo</b>	<b>Domenica 16 marzo</b>
<b>Parrocchia S. Osvaldo</b>	<b>Sabato 15 e domenica 16 marzo</b>
<b>Parrocchia S. Giacomo Apostolo (Beivars)</b>	<b>Domenica 16 marzo</b>
<b>Parrocchia S. Giovanni Battista (Godia)</b>	<b>Sabato 15 e domenica 16 marzo</b>
<b>Parrocchia S. Martino Vescovo (Cussignacco)</b>	<b>Sabato 15 e domenica 16 marzo</b>
<b>Parrocchia S. Gottardo Vescovo</b>	<b>domenica 16 marzo</b>
<b>Istituto Salesiano Bearzi</b>	<b>Dal 16 al 23 marzo</b>

**Campoformido**

<b>Parrocchia S. Maria della Purificazione</b>	<b>Domenica 16 marzo</b>
--	--------------------------

**Bressa**

<b>Parrocchia Immacolata Concezione</b>	<b>Domenica 16 marzo</b>
---	--------------------------

**Basiliano**

<b>Parrocchia S. Andrea</b>	<b>Domenica 16 marzo</b>
-----------------------------	--------------------------