

# 25

NOVEMBRE  
GIORNATA  
INTERNAZIONALE  
CONTRO  
LA VIOLENZA  
SULLE DONNE

# 8



parità   
& Antidiscriminazioni



# MARZO È TUTTO L'ANNO 20

dall'8 al 29 novembre **25**

CUNEO



*Legami che sciolgono nodi*  
**stracôni**  
STRACCIANINA & CUNEO



Consulta il  
Programma  
della rassegna

## **CORSI DIFESA FEMMINILE**

### **ISCRIZIONI APERTE DAL 1 AL 25 NOVEMBRE**

*Palestre Comunali*

Corsi a partire dal 12 gennaio 2026. (Lezione introduttiva il 10 dicembre, Punto Meet via Leutrum, 7). Per donne dai 14 ai 99 anni.

Per info: Tel. 347 5533613 - 338 4839228 mail: [cuneo@aicis.it](mailto:cuneo@aicis.it)

## **LEZIONI CODICE ROSSO E AUTODIFESA**

### **RISERVATO SCUOLE**

*Aula/Palestra Istituti superiori della città di Cuneo*

Lezione didattica in aula (palestra scuola) per informare sull'esistenza della Rete anti violenza, su cosa è la violenza di genere e la normativa del Codice Rosso.

Per info: Tel. 0171 444 454-455

[pari.opportunita@comune.cuneo.it](mailto:pari.opportunita@comune.cuneo.it)

## **IL SAFEGUARDING NELLO SPORT**

### **Sabato 8 novembre - Ore 9-11**

*Villaggio Salute Stracôni, piazza Galimberti*

Conoscere la figura del Safeguarding nello sport e nelle società sportive: diritti, doveri e opportunità. Incontro dedicato in particolare alle associazioni e società sportive.

Per info: Tel. 0171 444 454-455

[pari.opportunita@comune.cuneo.it](mailto:pari.opportunita@comune.cuneo.it)

## **2ª EDIZIONE STRACÔNI IN RED**

### **CAMMINATA NON COMPETITIVA**

**Domenica 9 novembre - Ore 9.30**

*Piazza Galimberti*

Sii anche TU parte del cambiamento ed esprimi il tuo NO alla violenza: partecipa alla Stracôni e indossa qualcosa di rosso: cappello, sciarpa, giacca, guanti... scegli tu!

Per info: Tel. 0171 444 454-455

[pari.opportunita@comune.cuneo.it](mailto:pari.opportunita@comune.cuneo.it)

## **CRESCE LA FORESTA DELLA GENTILEZZA**

### **LEGAMI CHE SCIOLGONO NODI**

**Giovedì 13 novembre - Ore 15-18**

*Salone di rappresentanza, I piano AO S. Croce e Carle - via Michele Coppino*

Momento di confronto e scambio su come la comunicazione gentile possa essere elemento di benessere quotidiano e strumento di contrasto all'aggressività, intolleranza e violenza.

Per info: [somale.n@ospedale.cuneo.it](mailto:somale.n@ospedale.cuneo.it)

## **VOCI CHE LEGANO, PAROLE CHE LIBERANO**

### **Mercoledì 19 - Ore 13.30**

*Panchina rossa atrio AO S. Croce e Carle, via Michele Coppino*

**Mercoledì 19 - Ore 14.15**

*Panchina rossa AO S. Croce e Carle, via Carle*

Animazione delle panchine attraverso la lettura di testi, legando nastri di colore rosso o nero forniti dalle organizzatrici.

Per info: [somale.n@ospedale.cuneo.it](mailto:somale.n@ospedale.cuneo.it)

## TUTTA LA MIA VOCE

RISERVATO SCUOLE

READING TEATRALE CON MUSICA DAL VIVO

**Mercoledì 19 e giovedì 20 novembre**

*Officina Santachiara, via Savigliano*

Il reading concerto tratto dal romanzo di Michela Marzano "Sto ancora aspettando che qualcuno mi chiedo scusa". Di e con Elisa Dani.

Ingresso € 5

Per info: [berro@dispariteatro.it](mailto:berro@dispariteatro.it)

## PANCHINA ROSSA MAI+SOLE

USCIRE DAL SILENZIO SI PUÒ

**Venerdì 21 novembre - Ore 10.00**

*Viale Angeli fronte ITC Bonelli*

Le storie delle panchine: momenti di animazione con student\* e docenti dell'ITC Bonelli. Letture di testi e di storie.

## FILI SPEZZATI, FILI RITROVATI: IL VIAGGIO DELLA DONNA NELLA SOFFERENZA PSICHICA

**Venerdì 21 novembre - Ore 18**

*Salone d'Onore, via Roma 28*

Depressione e ansia nella donna: fattori di rischio, manifestazioni cliniche e strategie preventivo-terapeutiche. Come riconoscere, accogliere e sostenere la sofferenza psichica nelle sue diverse epoche di vita.

Per info: [presidententezontacuneo@gmail.com](mailto:presidententezontacuneo@gmail.com)

## VOCI CHE LEGANO, PAROLE CHE LIBERANO

**Venerdì 21 novembre - Ore 18.15**

*Contrada Mondovi*

*Panchina Rossa Cooperativa Fiordaliso e Pensionati CISL*

Animazione della panchina con letture di testi di Michela Murgia.

Per info: [antiviolenza@coopsoctfiordaliso.it](mailto:antiviolenza@coopsoctfiordaliso.it)

## TUTTA LA MIA VOCE

READING TEATRALE CON MUSICA DAL VIVO

**Venerdì 21 novembre - Ore 19**

*Officina Santa Chiara, via Savigliano*

Il reading concerto tratto dal romanzo di Michela Marzano "Sto ancora aspettando che qualcuno mi chiedo scusa". Di e con Elisa Dani.

Ingresso € 8,00, ridotto under 18 € 6,00

Per info: [berro@dispariteatro.it](mailto:berro@dispariteatro.it)

## LEZIONI DIFESA PERSONALE

**Sabato 22 novembre - Ore 10-12.30**

*Casa del Fiume, piazzale Walter Cavallera 19*

Lezione di difesa personale rivolta alle donne di tutte le età.

Per info e prenotazioni:



## MAI PIÙ! (NON) SONO SOLO PAROLE

**Domenica 23 novembre - Ore 17.30**

*Via Teatro Toselli 9*

Spettacolo/talk show sull'importanza di fare rete nella lotta alla violenza contro le donne, attraverso gli strumenti dell'arte, della danza e della musica e le parole.

**Per prenotazioni:** [www.eventbrite.it](http://www.eventbrite.it) (Eventi gratuiti Teatro Toselli).

**Per info:** [segreteria@acicuneo](mailto:segreteria@acicuneo)

## PARTITA CUNEO VOLLEY/MODENA

**Domenica 23 novembre - Ore 18**

*Palazzetto dello sport di Cuneo, via Aldo Viglione 1*

Durante la partita momenti di sensibilizzazione e promozione dei numeri antiviolenza.

## SII CAMBIAMENTO

IMPRESE CHE SI INTERROGANO:

COMUNITÀ, RESPONSABILITÀ E GENERE

**Lunedì 24 novembre - Ore 9.30-11.30**

*Terziario Donna - Confcommercio Provincia di Cuneo, via Avogadro 32*

Convegno sulla violenza di genere nei luoghi della socialità. Iscrizioni entro giovedì 20 novembre all'indirizzo mail: [cuneo@confcommercio.it](mailto:cuneo@confcommercio.it).

**Per info:** Tel 0171.604185 - [cuneo@confcommercio.it](mailto:cuneo@confcommercio.it)

## VOCI CHE LEGANO, PAROLE CHE LIBERANO

**Lunedì 24 novembre - Ore 15**

*Panchina Rossa Donne in cammino, viale angeli*

Animazione della panchina con letture di testi.

## VOCI CHE LEGANO, PAROLE CHE LIBERANO

**Martedì 25 novembre - Ore 11**

*Panchina Rossa presso sede Di.Sa.Fa., piazza Torino 1*

Animazione della panchina con letture di testi e poesie di Ornella Giordano.

**Per info:** [ant.pie06@amnesty.it](mailto:ant.pie06@amnesty.it)

## ROSE GIALLE

**Martedì 25 novembre - Ore 14.30**

*Intersezione rotonda corso Francia/via Pertini/via Pavese*

Posa di un cuscino di rose gialle, simbolo di Zonta, accanto alla lapide dedicata al ricordo delle donne vittime di violenza.

**Per info:** [presidentezontacuneo@gmail.com](mailto:presidentezontacuneo@gmail.com)

## PROGETTO RISPETTO-INSIEME CONTRO LA VIOLENZA DI GENERE

**Martedì 25 novembre - Ore 15**

*Spazio CONAD, via Margarita*

Promozione del "Progetto Rispetto-Insieme contro la violenza di genere", come da protocollo d'intesa tra Polizia di Stato e Fondazione Conad ETS (Ente terzo settore).

## PANCHINA ROSSA TELEFONO DONNA CUNEO/ CUNEO PEDONA RUGBY

**Martedì 25 novembre - Ore 15**

*Viale Angeli Paperino Club e Atrio Scuola Media d'Azeglio*

Un momento di riflessione con student\* della Scuola Media secondaria di Primo Grado Massimo d'Azeglio.

**Per info:** [info@telefonodonnacuneo.it](mailto:info@telefonodonnacuneo.it)

## ORANGE THE WORLD

**Martedì 25 novembre - Ore 17**

*Caserma dei Carabinieri - Corso Soleri, 7*

Il Soroptimist Club di Cuneo, con l'Arma dei Carabinieri, illumina la Caserma di arancione per dire no alla violenza di genere.

**Per info:** [soroptimist.cuneo@gmail.com](mailto:soroptimist.cuneo@gmail.com)

## CHE GENERE DI COMUNICAZIONE? VIOLENZA VERBALE E STEREOTIPI DI GENERE. A CHI CHIEDO AIUTO?

**Martedì 25 novembre - Ore 17.30**

*Salone d'Onore, via Roma 28*

La violenza di genere nelle immagini e nel linguaggio.

Come si individuano stereotipi, discriminazione e violenza?

Quali sono le parole giuste per chiedere aiuto al 112? Portatemi una pizza.

## VOCI CHE LEGANO, PAROLE CHE LIBERANO

**Mercoledì 26 novembre - Ore 16**

*Panchina Rossa, piazza Galimberti*

Animazione della panchina con letture di testi.

**Per info:** [erikagiacchello@tiscali.it](mailto:erikagiacchello@tiscali.it)

## VIOLENZA ECONOMICA: UNA SUBDOLA REALTÀ

COME RICONOSCERLA E COME PREVENIRLA

**Giovedì 27 novembre - Ore 16.30**

*Salone d'Onore, via Roma 28*

La violenza, anche economica, può colpire in modi invisibili. L'incontro aiuta a riconoscerla e a prevenirne le conseguenze.

**Per info:** [cpo@cuneo.odcec.com](mailto:cpo@cuneo.odcec.com)

## UNA PANCHINA PER RACCONTARE

**Sabato 29 novembre - Ore 10.30**

*Panchina rossa, piazza G. Biancani*

Una panchina rossa, tante panchine.

Non solo simbolo della lotta contro la violenza di genere, ma anche spazio di memoria e riconoscimento.

**Per info:** [quartieresanpaolocuneo@gmail.com](mailto:quartieresanpaolocuneo@gmail.com)

## A COME ...

**Sabato 29 novembre - Ore 21**

*Sala San Giovanni, via Roma 4*

Il racconto tra canzoni, riflessioni, letture e pensieri "ad alta voce" di storie vere, di "legami che sciolgono nodi".

**Per info:** [adonella.fiorito@gmail.com](mailto:adonella.fiorito@gmail.com)

MAI+SOLE  
attivo 24 ore su 24  
**335.1701008**

TELEFONODONNA  
**0171.631515**

LE ALI DI ZENA CENTRO  
ANTIVIOLENZA  
**0171.334181**

## CUNEO CONTRO LA VIOLENZA SULLE DONNE

Una **Rete di servizi**  
di aiuto sul territorio.

**Case protette** per  
donne vittime di violenza.  
Numeri antiviolenza dedicati.

**NON  
SEI SOLA** <

LA VIOLENZA NON É MAI NORMALE  
RETE < ANTIVIOLENZA CUNEO

NUMERO  
VERDE NAZIONALE

**1522**

antiviolenza donna gratuito, multilingue attivo 24 ore su 24



**PENSI DI ESSERE VITTIMA  
O TESTIMONE DI UNA  
DISCRIMINAZIONE**

# NON RESTARE IN SILENZIO!

**USA IL MODULO DI  
SEGNALAZIONE ONLINE**



Nodo provinciale di Cuneo  
Rete regionale contro  
le discriminazioni in Piemonte

Consulta tutte le informazioni utili  
e l'elenco completo dei punti informativi  
[www.comune.cuneo.it/Antidiscriminazioni](http://www.comune.cuneo.it/Antidiscriminazioni)  
[www.regione.piemonte.it/antidiscriminazioni](http://www.regione.piemonte.it/antidiscriminazioni)  
[www.piemontecontrolediscriminazioni.it](http://www.piemontecontrolediscriminazioni.it)



# STOP ALLE DISCRIMINAZIONI



Tutte le iniziative sono  
ad ingresso **libero e gratuito**,  
salvo diversa indicazione



Seguici **ONLINE**  
sul nostro nuovo sito  
***pariopportunita.cuneo.it***

Inquadra il  
**QR CODE**



Scopri tutte le novità e  
continua a seguirci anche  
sulle nostre pagine social.

