



CAMMINANDO



AFFILIATO F.I.E.

SETTEMBRE - OTTOBRE 2026



Il Gruppo Trekking Bagno a Ripoli_FIE, in collaborazione con CALCIT Chianti F.no e con il patrocinio della SIPO (Società Italiana di Psico-oncologia), organizza una serie di camminate per tutti coloro che vogliono prendersi cura della propria salute, comprese persone con patologie croniche e/o oncologiche.

Le camminate si tengono il martedì mattina, da gennaio a giugno e da settembre a dicembre.

www.trekkingbagnoaripoli.it/gtbr/

email: info@trekkingbagnoaripoli.it

Chi è interessato può contattare

Giuliana cell. 328 7356043

email: giuliana.bindi@gmail.com



Società Italiana di Psicooncologia
Sezione Regionale Toscana

SETTEMBRE - OTTOBRE 2026

22 SETTEMBRE

San Donato in Collina - Laghetto di Fonte Santa

Ritrovo: ore 8:30 parcheggio Giardini "Nano Campeggi" - Bagno a Ripoli

29 SETTEMBRE

Villamagna - Castel Belforte - Capaccio

Ritrovo: ore 8:30 parcheggio Giardini "Nano Campeggi" - Bagno a Ripoli

6 OTTOBRE

Boschi e vigneti nel Chianti

Ritrovo: ore 8:30 parcheggio Giardini "Nano Campeggi" - Bagno a Ripoli

13 OTTOBRE

Le Palaie - Monsecco - Molino di Poggiolino

Ritrovo: ore 8:30 parcheggio Giardini "Nano Campeggi" - Bagno a Ripoli

20 OTTOBRE

San Giusto a Ema - Fattucchia

Ritrovo: ore 8:30 parcheggio Giardini "Nano Campeggi" - Bagno a Ripoli

27 OTTOBRE

Pontassieve - Le Sieci

Ritrovo: ore 8:30 parcheggio Giardini "Nano Campeggi" - Bagno a Ripoli

- Dal venerdì precedente la data di ogni escursione, informazioni dettagliate su difficoltà, dislivelli e tempi di percorrenza sono pubblicate in un volantino_PDF sul sito www.trekkingbagnoaripoli.it/gtbr/ COLLABORAZIONI / Calcit



CAMMINARE

è una pratica spontanea e naturale. Muovere un passo dopo l'altro è un modo semplice per prendere possesso di ciò che ci circonda e può aiutare a dare sfogo a necessità sia fisiche che emotive, in cui i pensieri più intensi e dolorosi possono affiorare e forse divenire accettabili.

CAMMINARE

può diventare uno stile di vita per chiunque voglia aiutarsi a star bene.

CAMMINARE

o fare attività fisica costante, seguire una corretta alimentazione e astenersi dal fumo, sono i tre argomenti base delle linee guida della Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) consigliati per la lotta al cancro.

CAMMINARE

da soli o in compagnia offre l'opportunità di fare qualcosa per “noi”, nei passi che avanzano non sono coinvolti solo i piedi, ma tutto il corpo e anche la mente.

Gli accompagnatori del Gruppo Trekking Bagno a Ripoli e i volontari del CALCIT Chianti F.no mettono a disposizione le loro competenze e conoscenze del territorio con un progetto che mira a:

- riscoprire le proprie possibilità
- stare con sé stessi e con gli altri
- vivere momenti sereni nella natura.



Alle camminate potranno partecipare i pazienti che abbiano ricevuto indicazione positiva dal proprio oncologo o dal medico curante.

Il CALCIT garantirà ai pazienti oncologici la copertura assicurativa necessaria per tutte le uscite.

