



25

NOVEMBRE

GIORNATA
INTERNAZIONALE
CONTRO
LA VIOLENZA
SULLE DONNE

STRACÒNI IN RED,
PANCHINE ROSSE,
CORSI DI AUTODIFESA
FEMMINILE, SPETTACOLI,
CONVEGNI, ATTIVITÀ
CON LE SCUOLE.
APPUNTAMENTI
PER RIFLETTERE
E CONFRONTARSI

MARZO È TUTTO L'ANNO

dal 1° al 30 NOVEMBRE

2026

paripasso

CORSI DI AUTODIFESA FEMMINILE

ISCRIZIONI APERTE DAL 1 AL 25 NOVEMBRE

Corsi di autodifesa per donne dai 14 ai 99 anni nelle palestre comunali

MERCOLEDÌ 9 DICEMBRE DALLE 20 ALLE 21

Presso la sede del Polo MEET,
via Leutrum 7 a Cuneo
Lezione collettiva
e introduzione ai corsi.
Presenti i maestri dei corsi di
autodifesa e operatori della
Rete antiviolenza Cuneo.

CORSI A PARTIRE DAL 11 GENNAIO 2027

con 8 lezioni pratiche a scelta tra:

Lunedì, dalle 20 alle 21, presso la *palestra della scuola primaria, Madonna dell'Olmo*

Martedì, dalle 20 alle 21, presso la *palestra della scuola primaria a Cuneo in via Carlo Emanuele III n. 4*

Mercoledì, dalle 20 alle 21, presso la *palestra della scuola primaria a Cuneo in via Carlo Emanuele III n. 4*

Giovedì, dalle 20 alle 21, presso la *palestra sinistra Liceo Peano – Pellico a Cuneo, in corso Giolitti n.11*

ISCRIZIONE ENTRO IL 25 NOVEMBRE
(Tel. 347 5533613 - 338 4839228
mail: cuneo@aicis.it)

Modulo di iscrizione e programma disponibili su
www.cuneoaicis.it - Quota assicurativa 20 euro.

A cura dell'Assessorato Parità e Antidiscriminazioni
del Comune di Cuneo, in collaborazione con il
Comitato Provinciale AICS.



Consulta il
programma
della rassegna

STESSA LOTTA, STESSI DIRITTI A PARI PASSO

**Da lunedì 2 a lunedì 16
novembre, dalle 9.30 alle 18**

DISAFA Unito di Cuneo, piazza Torino 3

Le fotografie di Antonio De Matteo e Amnesty International Italia raccontano in **mostra** la storia di dieci donne accomunate dal desiderio di una vita libera e paritaria. A cura di DISAFA Unito di Cuneo e Amnesty International Antenna di Cuneo.
Per informazioni: DISAFA 011/6709648
o p.barello@amnestypiemontevda.it

L'AMORE PER ME. RIFLESSIONI PER COSTRUIRE INSIEME RELAZIONI SANE

Venerdì 6 novembre, dalle 9 alle 13

Cinema Monviso, via XX Settembre 14

RISERVATO ALLE SCUOLE

L'incontro con Lorenzo Gasparrini, filosofo e divulgatore, coinvolgerà le studentesse e gli studenti in un **dialogo** dedicato alle relazioni sane.
A cura dell'Ordine delle Psicologhe e degli Psicologi del Piemonte.
Per informazioni: cuneo@ordinepsicologi.piemonte.it



OLTRE LA VIOLENZA - IL TERRITORIO SI RACCONTA

Venerdì 6 novembre, alle 17

Vescovado nuovo di Cuneo, via Amedeo Rossi 28

La **mostra** pittorica di Barbara Villosio inaugura venerdì 6 novembre alle 17, nell'Aula Magna del Vescovado, con una presentazione di Enrico Perotto. L'esposizione sarà visitabile fino a domenica 29 novembre, il sabato e la domenica dalle 15 alle 18 o su prenotazione per gruppi. A Cura di Diocesi di Cuneo-Fossano e Caritas Diocesana.

Per informazioni e prenotazioni gruppi: 388/6181820 e 338/2493541

PARI PASSO SENZA PAURA

Sabato 7 novembre, dalle 14 alle 18

Piazza Galimberti

Video-interviste di sensibilizzazione rivolte alla cittadinanza sul tema della violenza di genere, per andare oltre il silenzio e promuovere una cultura del rispetto. A cura di Noi4you Cuneo in collaborazione con Lilium Spazio Medico e Villaggio Salute APS.

Per informazioni: noi4you.cn@gmail.com

STRACÒNI IN RED - ESPRIMI IL TUO NO ALLA VIOLENZA

Domenica 8 novembre, alle 9.30

Piazza Galimberti

Terza edizione di "Stracòni in red", l'iniziativa che invita tutte le persone partecipanti alla **Stracòni** a indossare un capo rosso per dire insieme NO alla violenza. A cura di Ufficio Parità e Antidiscriminazioni del Comune di Cuneo.

Per informazioni: 0171/444454 o pari.opportunita@comune.cuneo.it

TRAME DI RISPETTO: CORPO, PAROLA ED EMPATIA PARIPASSO

Lunedì 9 novembre, dalle 9.30 alle 11

Chiostro del Complesso Monumentale San Francesco, via Santa Maria 10

Al **convegno**, la sociologa Stefania Doglioli parlerà di dinamiche relazionali quotidiane come strumenti di prevenzione e responsabilità collettiva.

Con l'occasione, inaugurazione della **mostra**, esposta fino al 27 novembre, dal titolo "Donne del Terziario: storie di Impresa, Innovazione e Futuro".

Registrazione obbligatoria entro venerdì 6 novembre, contattando 0171/604125 e info@confcommerciocuneo.it.

DI CANTI E RACCONTI - ADOZIONE 4^a PANCHINA ROSSA

Martedì 10 novembre, alle 17

Piazzale della Libertà

Inaugurazione della **Panchina Rossa** adottata da Noau Officina Culturale e Scuola Edile con un momento di condivisione, lettura ad alta voce e musica con Triorà.

Per informazioni: francesca.v@noau.eu e simona.i@noau.eu



GENTILEZZA E PAZIENZA: PROCEDERE DI PARI PASSO IN UN'ORGANIZZAZIONE SANITARIA

Venerdì 13 novembre, dalle 14 alle 18

Salone di rappresentanza, AO S. Croce e Carle, via Michele Coppino 26

Incontro informativo sulla cultura inclusiva, la valorizzazione delle diversità e il contrasto di aggressività e violenza grazie all'uso consapevole del linguaggio nella comunicazione sanitaria e presentazione del Manifesto della comunicazione, a cura di Azienda Ospedaliera S. Croce e Carle di Cuneo. Per informazioni: 328/0368508 o somale.n@ospedale.cuneo.it.

OLTRE I PUNTI NASCOSTI - STORIE DI VIOLENZA ECONOMICA E STRUMENTI PER RICONOSCERLA

Mercoledì 18 novembre, dalle 20.30 alle 22

Cinema Teatro Lanteri, via Emanuele Filiberto 4

Proiezione di un cortometraggio del Giffoni Film Festival e **talk** con diverse professioniste cuneesi sul tema della violenza economica. A cura di C'è lingua e lingua, Sportello Ali di Zena e CAV 10/A.

Per informazioni: caritascdacuneo@operecuneofossano.it e studiolegalelurcogiachello@gmail.com

CICLO DI SEMINARI DEDICATI AL TEMA DELLA VIOLENZA DOMESTICA

Sabato 21 novembre, dalle 9 alle 12

Campus Universitario di Cuneo, via Ferraris di Celle 2

Primo di due **seminari**, condotti dalle docenti Emilia Comolli e

Maria Teresa Marmo per accrescere la consapevolezza sulla violenza domestica e favorirne il riconoscimento dei segnali. A cura del Corso di Laurea in Infermieristica - Scuola di Medicina di Torino. Per informazioni: paola.culotta@unito.it

OLTRE IL SIMBOLO: L'ESPERIENZA DI CROCE ROSSA NELLA PREVENZIONE DELLA VIOLENZA DI GENERE E INAUGURAZIONE 40ª PANCHINA ROSSA

Sabato 21 novembre, dalle 9.30 alle 11

Piazzale Croce Rossa Italiana 1

L'**intervento** di un esperto della Croce Rossa Italiana dedicato alle dinamiche legate alla violenza di genere e all'impegno di sensibilizzazione sul territorio e, a seguire cerimonia ufficiale di inaugurazione della **Panchina Rossa**, adottata da Croce Rossa Italiana - Comitato Provincia Granda.

Per informazioni: 0171/451613 e provinciagranda@cri.it

PARTITA CUNEO VOLLEY/RANA VERONA - SUPER LEGA MASCHILE

Domenica 22 novembre, alle 18

Palazzetto dello Sport di Cuneo, via Aldo Viglione 1

Durante la **partita** momenti di sensibilizzazione e promozione dei numeri antiviolenza, a cura di Cuneo Volley e Cuneoginnastica. Biglietti per la partita a pagamento su [liveticket.it](https://www.liveticket.it).

Per informazioni: info@cuneovolley.it





UN MINUTO PER DIRE NO

Da lunedì 23 a venerdì 27 novembre

Asl Cn1 invita i gruppi sportivi ad aderire a un'**azione simbolica** e condivisa: uno stop di un minuto con la lettura di un testo che promuova consapevolezza e riflessione attraverso lo sport.

Per informazioni: isabella.gastaud@aslcn1.it

AUTORITRATTO DI DEA. VIAGGIO DENTRO DI SÉ ATTRAVERSO GLI ARCHETIPI DEL DIVINO FEMMINILE

Lunedì 23 novembre, dalle 20.30 alle 22.30

Bottega di Storie e di Parole, corso Giolitti 21

Un **laboratorio** gratuito di scrittura autobiografica e creativa della durata di due ore, condotto da Donatella Signetti. A cura di Bottega di Storie e di Parole APS, prenotazione obbligatoria.

Per informazioni: 347/0559100 e bottegadistoriediparole@gmail.com

USCIRE DAL SILENZIO SI PUÒ - ANIMAZIONE 5ª PANCHINA ROSSA

Martedì 24 novembre, alle 10

Fronte ITC Bonelli Cuneo, viale degli Angeli 12

Le storie delle **panchine**: momenti di animazione con student* e docenti dell'ITC Bonelli con letture di testi e di storie a cura di Mai+ Sole, I.T.C. Bonelli e Comunità Cenacolo.

Per informazioni: 340/5204254



IL CANTO DI PENELOPE

Martedì 24 novembre, dalle 21 alle 23

Teatro Toselli, via Teatro Giovanni Toselli 9

Un gruppo di giovanissime attrici e ballerini danno vita a un suggestivo **spettacolo** dedicato al contro canto di Penelope, in risposta all'assassinio delle sue dodici ancelle da parte di Ulisse. Ingresso libero e gratuito, fino ad esaurimento posti. A cura di Palcoscenico Teatro Aps.

Per informazioni: 327/1468329 e palcoscenicocnteatro@gmail.com

ORANGE WORLD

Mercoledì 25 novembre

Caserma Carabinieri, corso Soleri 7

La Caserma dei Carabinieri di Cuneo aderisce alla **campagna** globale "Orange the World" e illumina l'edificio con una luce arancione, simbolo di speranza e impegno nella lotta contro la violenza di genere. A cura di Soroptimist Club e Caserma dei Carabinieri di Cuneo.

Per informazioni: soroptimist.cuneo@gmail.com

INAUGURAZIONE 39ª PANCHINA ROSSA

Mercoledì 25 novembre, alle 9.30

Corso Brunet, fronte Liceo De Amicis

Inaugurazione della **Panchina Rossa** adottata dal Liceo Edmondo De Amicis e Mai + Sole con letture di testi e storie dedicate alla violenza di genere.

Per informazioni: 340/5204254



A PICCOLI PASSI - ANIMAZIONE DELLA 28ª PANCHINA ROSSA

Mercoledì 25 novembre, alle 10.30

Panchina Rossa in piazza Il Reggimento Alpini

Animazione della **Panchina Rossa** adottata da le Ali di Zena CSAC e Istituto Comprensivo Cuneo Via Sobrero.

Per informazioni: centro.famiglie@csac-cn.it



ROSE GIALLE IN RICORDO DELLE VITTIME DI VIOLENZA

Mercoledì 25 novembre, alle 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. A cura di Zonta Club.

Per informazioni: presidentezontacuneo@gmail.com

PAROLE, ARTE E MUSICA - ANIMAZIONE DELLA 6ª PANCHINA ROSSA

Mercoledì 25 novembre, dalle 15

Atrio Scuola Secondaria di I grado "Massimo D'Azeglio" e Viale Angeli Paperino Club

Momento di riflessione attraverso la musica e l'arte svolto da studenti e studentesse dell'indirizzo musicale della Scuola Secondaria di I grado "Massimo D'Azeglio". Alle 15 presso l'atrio della scuola, alle 16 alla **Panchina Rossa**. A cura di Telefono Donna Cuneo, Cuneo Pedona Rugby e I.C. Viale Angeli.

Per informazioni: info@telefonodonnacuneo.it



QUESTO NON È AMORE

Mercoledì 25 novembre, dalle 15 alle 18

Slargo Corso Dante, lato Gesso

Campagna di sensibilizzazione contro la violenza di genere a cura della Polizia di Stato di Cuneo.

LA DANZA È DONNA

Mercoledì 25 novembre, alle 21

Teatro Toselli, via Teatro Giovanni Toselli 9

Spettacolo di Raphael Bianco con "She screams" sulle musiche di Janis Joplin, e "Brids of god", ispirata alla tradizione della danza classica indiana. A cura di Fondazione Egri per la Danza, ingresso a pagamento, biglietti su ciaotickets.com.

Per informazioni: biglietteria@egridanza.com e 366/4308040

LO SCIOPERO DELLE BAMBINE, L'EROICOMICA IMPRESA DEL 1902

Venerdì 27 novembre, alle 19

Officina Santachiara, via Savigliano

Una narrazione **teatrale** arguta e ironica per ricordare una protesta che ha cambiato il corso della storia e della consapevolezza collettiva del lavoro femminile e infantile, con la Compagnia PEM (Milano). Biglietto intero 10 euro, ridotto 8 euro, a cura di Dispari teatro.

Per informazioni: biglietteria@dispariteatro.it



IL DIO BIBLICO E LA VIOLENZA NEL CUORE DELL'UOMO - IL TERRITORIO SI RACCONTA

Venerdì 27 novembre, alle 21

Aula Magna, Vescovado nuovo di Cuneo, via Amedeo Rossi 28

Una **riflessione** sul tema della violenza nella Sacra Scrittura con l'autrice teologa e biblista Emanuela Buccioni, a cura di Diocesi di Cuneo-Fossano e Caritas diocesana.

Per informazioni: 388/6181820

PARETE DI GENERE - TORNEO DI PADEL A VALENZA NAZIONALE

Sabato 28 novembre, dalle 10 alle 18

NUOVO Cuneo, via Parco della Gioventù

Torneo di padel che unisce partecipazione e impegno alla lotta alla violenza sulle donne: il ricavato sarà devoluto a realtà impegnate sul tema.

Prenotazione obbligatoria al numero 333/8634138, a cura di Comitato

Provinciale A.I.C.S. Cuneo.

Per informazioni: cuneo@aicis.it

OLTRE IL SILENZIO PER RICOMINCIARE - ANIMAZIONE 30ª PANCHINA ROSSA

Sabato 28 novembre, alle 15

Piazza Giuseppe Bianconi

Animazione della **Panchina Rossa** adottata dal comitato di quartiere San Paolo, con un momento teatrale a cura del Teatro Sociale Argonauti e uno narrativo.

Per informazioni: quartieresanpaolo@gmail.com



STORIE DI DONNE. STORIE DI LIBERTÀ

Sabato 28 novembre, alle 21

Teatro Toselli, via Teatro Giovanni Toselli 9

Attraverso le canzoni e le parole di De André e la collaborazione della compagnia teatrale Primoatto di Saluzzo, lo **spettacolo** racconterà storie di donne, fragilità, sopraffazione e libertà. Il ricavato sarà devoluto a Mai + Sole. A cura di Promocuneo Associazione Turistica Pro loco di Cuneo, Anime Salve e Aria di Note, biglietti a pagamento su promocuneo.it.

Per informazioni: info@promocuneo.it

STORIA DI UN NO

Domenica 29 novembre, alle 17.30

Officina Santachiara, via Savigliano

La storia di un incontro, di un primo bacio che non è come era stato sognato ma che è bello lo stesso, dell'amore confuso con il possesso. Può un'adolescente cambiare il mondo? **Spettacolo** a cura di Dispari teatro, biglietto intero 7 euro, ridotto convenzionati 6 euro.

Per informazioni: biglietteria@dispariteatro.it

LA SCATOLA - IL TERRITORIO SI RACCONTA

Lunedì 30 novembre, alle 21

Teatro cinema Lanteri, via Emanuele Filiberto 4

Monologo scritto e interpretato da Cristina Viglietta, un racconto intimo sulla forza dei legami e sulla necessità di custodire ciò che amiamo. Ma è anche il racconto di un dolore così grande da rendere muto persino il vocabolario. Ingresso libero. Prodotto dalla Compagnia la Corte dei Folli, a cura di Diocesi di Cuneo-Fossano e Caritas diocesana.

Per informazioni: 388/6181820

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

Non è una questione da 4 soldi

LA **VIOLENZA ECONOMICA** PUÒ MANIFESTARSI IN MOLTI MODI.
NON CI SONO IN ASSOLUTO INDICAZIONI SU COSA SIA MEGLIO O NO.



Ciò che conta è che le scelte siano condivise, vadano bene a entrambi, che se ne possa parlare e possano essere ridefinite quando a una delle due parti non vanno più bene.

Da un'idea di C'è Lingua e Lingua, tavolo informale di associazioni del territorio per la valorizzazione della comunicazione inclusiva.

CENTRO ANTIVIOLENZA 10A
(24h/24h)

333.3756238

MAI+SOLE (24h/24h)

335.1701008

TELEFONO DONNA CUNEO

0171.631515

**CUNEO CONTRO LA
VIOLENZA SULLE DONNE**

Una **Rete di servizi**

di aiuto sul territorio per
donne vittime di violenza.

Numeri antiviolenza dedicati.



NON SEI SOLA <

LA VIOLENZA NON È 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
parioportunita.cuneo.it

www.regione.piemonte.it/antidiscriminazioni
www.piemontecontrolediscriminazioni.it



*Scopri il programma
della rassegna con
tutti i dettagli su
parioportunita.cuneo.it*



Seguici sui social!

