



## “IO VADO AL MASSIMO BIKE”

**Progetto di sensibilizzazione sulle Malattie Tumoriali del Pancreas con il sostegno della Fondazione Nadia Valsecchi Onlus – di Massimo Canonica #iovadoalmassimobike**

**In bicicletta con gli amici di sempre da TORINO a VENEZIA per conoscere, prevenire e curare le malattie tumorali del pancreas ed aiutare pazienti e familiari.**

Nel mese di Maggio 2022 Massimo con gli amici inizierà un percorso a tappe della durata di sei giorni da TORINO a VENEZIA lungo le ciclabili della Valle Padana, con l'insostituibile sostegno della **Fondazione Nadia Valsecchi Onlus** il cui scopo è quello di raccogliere fondi per sostenere progetti di studio nella lotta al tumore del pancreas e per l'assistenza dei pazienti.

I tumori del pancreas sono oggi una patologia ancora poco conosciuta, tuttavia il loro impatto sul piano clinico e umano risulta devastante, con diagnosi in aumento, con più di 14 mila nuovi casi all'anno, e terapie ancora complesse. La prevenzione e la diagnosi precoce sono aspetti cruciali nella cura dei tumori del pancreas. Ad oggi non esiste una diagnosi precoce e la maggior parte dei pazienti riceve la diagnosi quando il tumore è già in stato avanzato. L'unica arma che abbiamo al momento a disposizione è quella di educare la popolazione sui **sintomi e fattori di rischio**, sulla **familiarità**, **stili di vita** come alimentazione e esercizio fisico. Un altro obiettivo è quello di informare sullo stato dell'arte della malattia, sulle terapie attualmente ritenute più efficaci, sulle sperimentazioni cliniche e sui progressi della ricerca scientifica.

Lungo il percorso Massimo, che vive con un adenocarcinoma al pancreas da 4 anni, ed i suoi amici sosterranno presso **Ospedali e Centri di Ricerca del Nord Italia** dove stiamo pianificando incontri divulgativi con ricercatori, medici e chirurghi e dove possibile intrecciando relazioni con

le istituzioni e gli assessorati della sanità e dello sport. “Lavoriamo per costruire un progetto di sensibilizzazione che sia connubio tra medicina e sport, salute ed attività fisica”, dice Massimo.

Ricordiamo che nell'estate 2019 Massimo si è fatto promotore di un altro progetto di sensibilizzazione sul tumore al pancreas, **ROAD TO MONT BLANC**, che lo ha portato sulle vette del Monte Bianco con gli amici di sempre: <http://www.fondazionevalsecchi.org/road-to-mont-blanc-progetto-di-sensibilizzazione-sul-tumore-al-pancreas-di-massimo-canonica-con-il-sostegno-di-fondazione-nadia-valsecchi/>.

Dopo questa esperienza, magicamente ha preso forma il nuovo progetto: bicicletta, fatica sana, chiacchiere e riflessioni itineranti con gli amici. Nasce così il **progetto #IOVADOALMASSIMOBike un percorso ciclistico a tappe da Torino a Venezia** lungo le ciclabili della Valle Padana, anche questa volta con l'insostituibile sostegno della **Fondazione Nadia Valsecchi Onlus** (<http://www.fondazionevalsecchi.org/>).

### **ITINERARIO #IOVADOALMASSIMOBike**

Procederemo lungo la “**CICLOVIA AIDA, Alta Italia Da Attraversare**”

<http://www.bicitalia.org/it/bicitalia/gli-itinerari-bicitalia/195-bi20-ciclovia-aida>), un itinerario ciclabile che congiunge il passo del Moncenisio con la città di Trieste attraversando le principali città d'arte del nord Italia. Noi affronteremo il viaggio in bici da Torino a Venezia.

Più di 500km, 3 regioni, 7 splendide città del Nord Italia, su un percorso pianeggiante lungo strade secondarie, piste ciclabili, fiumi e canali.

Un percorso unico tra bellezze naturali, artistiche e di paesaggio. Aida è una musica, un sogno, un movimento che ci accompagnerà fino a Venezia.

Potete seguire l'evento ai seguenti link:

- <https://www.facebook.com/Vado-al-Massimo-112759431260241>
- <https://www.instagram.com/iovadoalmassimobike>

### **Prima Tappa:**

#### **Torino-Novara 120km**

Lasciamo Torino seguendo la Ciclovia VENTO che connette Torino a Venezia lungo il fiume Po attraversando il parco fluviale del Po fino a Chivasso e il Canale Cavour, costruito nel 1866, importantissimo per le risaie del territorio; una piccola deviazione a Vercelli per incrociare la via Francigena e poi saremo a Novara, all'ombra di San Gaudenzio.

### **Secondo Tappa:**

#### **Novara-Milano 80km**

Lasciamo Novara dirigendoci a Nord verso il Ticino ammirando le vaste risaie tutte intorno a noi ed entriamo in Lombardia. Arriviamo a Turbigo, un crocevia per i cicloturisti: il Naviglio grande e il Canale Villoresi si incontrano qui. Entriamo in Milano dall'area Expo fino al centro storico: il Cenacolo di Leonardo ci aspetta.

### **Terza Tappa:**

#### **Milano-Brescia 110km**

Il Naviglio Martesana, costruito nel 1460 da Francesco Sforza, è una via d'acqua che ci conduce fuori Milano fino all'Adda. Ci dirigiamo a Treviglio e Romano, attraversiamo il fiume Oglio e ci prepariamo ad un piacevole saliscendi tra le vigne del Franciacorta fino ad arrivare a Brescia.

**Quarta Tappa:**  
**Brescia-Verona 80km**

Da Brescia a Verona tra colline e lago; un itinerario che unisce due città dalle bellezze storico artistiche uniche. Ci avviciniamo al Garda, sfioriamo Desenzano e procediamo fino al fiume Mincio. Ancora pochi km e raggiungiamo la bella Verona. Si va all'opera in Arena: Aida sta per cominciare!

**Quinta Tappa:**  
**Verona-Padova 112km**

Seguiamo i campi bagnati dal fiume Adige, proseguendo a zig zag tra le vigne e le serre fino a Soave. Ci avviciniamo a Vicenza, una città nobile e città del Palladio dove nacque il teatro moderno. Seguiamo il fiume Bacchiglione fino ad arrivare nella vivace Padova che vanta una delle più antiche università d' Europa.

**Sesta Tappa:**  
**Padova-Venezia 40km**

Ultima tappa alla scoperta della Riviera del Brenta e delle sue magnifiche ville, incantevoli giardini. Un luogo d'incanto e scenario storico, culturale e paesaggistico. Il Naviglio del Brenta è il filo conduttore del nostro itinerario: antica via di comunicazione tra Padova e la laguna veneta. Arriviamo a Mestre dove scendiamo definitivamente dalla nostra bicicletta che porteremo con noi sul treno diretto a Venezia. Venezia, la città dei ponti, città indescrivibile dove le strade non esistono, ricca di monumenti ma soprattutto di angoli magici e spettacolari, uno dei Sito UNESCO più straordinari del mondo. Quale meta migliore per portare a termine la nostra impresa e il nostro progetto "Io Vado al Massimo".

