



RELAZIONE SULLE ATTIVITA' PROGRAMMATE PER L'ANNO 2022

Qualsiasi persona a cui è stato risparmiato il dolore personale deve sentirsi chiamata per aiutare a diminuire quello degli altri. (Albert Schweitzer)

La LILT - Lega per la Lotta contro i Tumori Organizzazione di Volontariato con personalità giuridica, opera sotto il Patronato del Presidente della Repubblica e la vigilanza del Ministero della Sanità. L'Associazione, con il presente documento, intende illustrare il programma delle proprie attività istituzionali, previste per l'anno 2022, per la sede di Bolzano. L'impegno delle volontarie, dei volontari e dei componenti il Consiglio Direttivo, è costantemente rivolto a svolgere, migliorare, potenziare e proporre nuovi servizi riguardanti l'educazione alla salute, la prevenzione, l'informazione sanitaria alla popolazione, la promozione della cultura della diagnosi precoce, l'assistenza ai malati oncologici e alle loro famiglie e la gestione della "Casa accoglienza" per pazienti, o familiari assistenti, provenienti da fuori Bolzano, la riabilitazione fisica e sociale dopo la malattia, il sostegno di progetti di ricerca in collaborazione con il CIBIO dell'Università di Trento. Il lavoro delle volontarie e dei volontari, generosa e silenziosa disponibilità personale, è la risorsa più preziosa della nostra Associazione. La gratuità è la caratteristica principale del servizio dei volontari e ne contraddistingue l'operato.

ASSISTENZA

Domiciliare – Una delle attività di grande valore è quella dell'assistenza ai malati oncologici e alle loro famiglie da parte dei nostri volontari domiciliari svolta presso l'abitazione del paziente. Essi vengono appositamente formati e supportati psicologicamente. Si offre solidarietà, compagnia, aiuto nell'espletamento di pratiche burocratiche, piccole commissioni con l'obiettivo di fungere da sostegno al malato e ai suoi familiari. E', quello del volontario domiciliare, un supporto prezioso, sia psicologico che fisico, tendente a ridurre l'isolamento dall'ambiente sociale che la malattia spesso impone.

Ospedaliera – Alcuni volontari sono presenti giornalmente nei reparti Oncologia Day Hospital dell'Ospedale di Bolzano per offrire compagnia, ascolto, piccoli snack, caramelle, bevande calde e fresche ai pazienti in attesa di sottoporsi a terapie chemioterapiche. I volontari sono supportati da costante sostegno psicologico e supervisione mensile. Sia gli oncologi che il personale infermieristico dell'Ospedale apprezzano molto questo servizio che ha lo scopo sia di sollevare, per quanto possibile, il lavoro organizzativo del personale ospedaliero che di essere umanamente il più possibile vicino a chi sta attraversando un momento di grande difficoltà.

Economica – Sostegno economico a malati oncologici e alle loro famiglie che versano in particolari condizioni di disagio. Le richieste vengono vagliate dietro presentazione di opportuna documentazione di spesa e DURP, possono essere accolte richieste di pazienti che abbiano un reddito annuo inferiore a 45.000 Euro ed un punteggio uguale od inferiore a 70 punti della scala performance Karnovsky. Vengono erogati contributi di diverso tipo come il sussidio economico temporaneo durante il periodo di chemio/radio-terapia su segnalazione dell'oncologo e per un periodo di 6 mesi, eventualmente rinnovabile. Sempre con gli stessi criteri reddituali si può accedere ad un rimborso per l'acquisto di una parrucca, di quattro reggiseni e due costumi per l'anno dell'intervento e tutti gli ausili necessari fino alla ricostruzione del seno e di due reggiseni e un costume per gli anni successivi nonché il rimborso delle spese documentate di prodotti fitoterapici prescritti dai medici della medicina complementare (reparto dell'ospedale di Merano) e per visite, viaggi, pernottamenti presso centri specializzati o per adesione a protocolli di cura particolari non fruibili presso la nostra Provincia (sempre in collaborazione con l'Oncologia Day Hospital e il reparto di Ematologia). Dietro richiesta del reparto di Oncologia Day Hospital, dal 2022, sarà possibile ritirare gratuitamente in sede LILT due Coverpicc per ogni paziente in chemioterapia acquistati all'ingrosso dalla nostra Associazione.

Riabilitativa – Continuano i corsi bisettimanali di **ginnastica dolce** che hanno l'obiettivo di ripristinare le funzionalità osteo-articolari e muscolari dei pazienti oncologici. Presso la Piscina comunale di Via Trieste, prosegue anche il corso di **attività di riabilitazione motoria in acqua** per pazienti oncologici, diviso anche questo in due turni settimanali.

Dragon boat Dolomites Pink Ladies Lilt: Nel 2022 le **Donne in Rosa** altoatesine continueranno a scendere nelle acque del lago di Caldaro a bordo della pittoresca imbarcazione con la prua a testa di drago, a dimostrazione della capacità di praticare l'attività sportiva anche dopo un tumore al seno. Le nostre vogatrici sono entusiaste di questa importante esperienza che dovremmo trovare il modo di ampliare. Incredibile pensare che in passato si sostenesse che le donne operate per questa patologia dovessero evitare le attività sportive ripetitive che coinvolgessero la parte superiore del corpo e si sosteneva che questo tipo di attività potesse addirittura favorire il **linfedema**, il doloroso e inabilitante rigonfiamento delle braccia e del torace conseguenza dell'intervento chirurgico. Invece studi condotti all'inizio degli anni 2000 ha dimostrato che durante e dopo l'esercizio fisico, il muscolo scheletrico sintetizza e rilascia una serie di molecole appartenenti alla famiglia delle citochine, di nome **miocchine**, che esercitano i loro effetti sia per via sistemica che locale.

In particolare, modulano la risposta infiammatoria sistemica stimolando la produzione di citochine anti - infiammatorie, e inibendo la produzione del fattore di necrosi tumorale.

L'importanza di questa azione **antinfiammatoria** nelle donne operate di tumore al seno è interessante perché è in grado di attenuare significativamente alcuni sintomi e di **migliorare la qualità della vita riducendo la fatica**.

Il dragon boat rappresenta inoltre perfettamente l'idea di un gruppo che fa qualcosa per raggiungere un obiettivo comune. A differenza di altri sport di squadra, nel dragon boat non c'è un atleta che eccelle sugli altri, ognuno deve apportare il proprio contributo in modo uguale agli altri, poiché la strategia vincente quella di pagaiare tutti all'unisono.

Nutrizionale – Per migliorare la qualità di vita attraverso conferenze e visite specialistiche sia al momento della diagnosi della malattia tumorale che per tutto il percorso terapeutico allo scopo di identificare per tempo le problematiche ed intervenire tempestivamente in stretta collaborazione con una specialista dell'alimentazione.

Psicologica:

- Consulenza psicologica individuale per malati oncologici e loro familiari con lo scopo di ottenere un rapido e possibilmente sereno recupero sociale e di garantire una sempre migliore qualità di vita Il sostegno tramite terapia psicologica è regolarmente garantito anche per accompagnare i volontari nella loro attività sotto un'attenta guida. Gli psicologi della LILT sono presenti per sostegno e supervisione nei vari gruppi:
 - gruppo di auto aiuto "Fiocco Rosa",
 - volontari addetti alla "Casa Accoglienza",
 - volontari presenti nei reparti ospedalieri;
 - volontari domiciliari.
- Accompagnamento psicologico a bambini/ragazzi con un genitore con malattia oncologica: La LILT si propone di supportare il paziente oncologico e la sua famiglia nel complesso percorso di malattia offrendo un accompagnamento psicologico a genitori e figli. I genitori troveranno uno spazio di confronto su come parlare ai propri bambini e/o ragazzi della propria malattia, del tempo della cura e in taluni casi della prognosi infausta, su come rispondere alle domande dei figli in funzione delle loro caratteristiche, della loro età e delle informazioni che il genitore stesso ritiene utile condividere con loro. Viene parallelamente offerto ai bambini e ai ragazzi (età 6-18 anni) uno spazio di accoglienza e di ascolto, dove esternare emozioni, sentimenti, paure ed ansie, dove elaborare le diverse fasi di malattia del genitore e, in taluni casi, la sua perdita. Obiettivo è la ricerca, insieme ai genitori, di strategie utili a facilitare uno sviluppo adeguato ai bambini e ai ragazzi, pur nel contesto di una situazione così

complessa. Le nostre consulenti psicologhe psicoterapeute sono a disposizione per incontrare genitori, bambini e ragazzi, presso la nostra sede.

Gruppi di auto-aiuto – Prosegue l'attività dei gruppi di auto-aiuto con incontri settimanali presso la Sede della Lega, occasioni di condivisione di esperienze, scambio di opinioni e solidarietà, momenti di preziosa socializzazione, collaborazione in attività istituzionali della Lega Tumori e attività ricreative e del tempo libero. I gruppi consolidati sono: **"Fiocco Rosa"** formato da donne operate di tumore femminile che si incontrano per condividere i loro percorsi e creare oggetti artigianali per i mercatini solidali, **"Noi insieme"** formato da volontarie che si incontrano settimanalmente per confezionare oggettistica per i mercatini solidali **"La forza e il sorriso"** che è un programma completamente gratuito dedicato a donne sottoposte a trattamenti oncologici con scopo di aiutarle a migliorare il proprio aspetto fisico durante e dopo le cure. Vengono offerte informazioni, idee e consigli pratici per meglio fronteggiare gli effetti secondari dei trattamenti: aver cura della pelle, affrontare la caduta dei capelli, truccarsi per riconquistare benessere e autostima in un'atmosfera informale e piacevole sotto la guida di esperti competenti e sensibili, per imparare in poche ore il make-up giusto o per provare nuovi trattamenti di bellezza viso e corpo.

Casa accoglienza – Accoglie malati oncologici provenienti da fuori del comune di Bolzano nei quattro appartamenti di proprietà della LILT per il periodo di terapia presso i Reparti di Oncologia Day-Hospital ed Ematologia dell'Ospedale di Bolzano. Verrà concesso in locazione da parte dell'IPES un appartamento da arredare completamente e da mettere a disposizione dei parenti di malati oncologici residenti fuori dal Comune di Bolzano ricoverati nei suddetti reparti.

MUSICOTERAPIA individuale:

Percorsi individuali per malati oncologici presso lo Studio di Musicoterapia in via Museo 6 a Bolzano, che hanno la finalità generale di favorire il benessere, il rilassamento e il contatto con le proprie energie attraverso attività centrate sulla musica, sulla respirazione e sul movimento tenuto da Mariarita Di Pasquale e Maria Teresa Palermo.

"IL FILO D'ARIANNA" - E' un percorso di gruppo per malati oncologici condotto dalla dottoressa Mariarita Di Pasquale che prevede un percorso di cinque incontri a cadenza quindicinale della durata di un'ora e mezza ciascuno presso lo Studio di Musicoterapia in via Museo a Bolzano. L'obiettivo del corso è il mutuo aiuto in una situazione di rilassamento e condivisione di emozioni attraverso la musica.

"Donatori di musica" – Considerato il grande successo del progetto avviato negli anni scorsi, si prosegue con il sostegno di questa importante iniziativa. Si tratta di una serie di concerti eseguiti da musicisti di alto livello, a cadenza mensile, che hanno luogo all'ingresso del Reparto di Oncologia. Il progetto è sostenuto dal Compensorio Sanitario di Bolzano, dalla ditta Saccuman di Bolzano, dalla ditta Viganò di Cantù e dalla LILT Sezione di Bolzano.

FORMAZIONE DEI VOLONTARI

Sono sempre presenti incontri allo scopo di favorire la reciproca comprensione, la partecipazione, la condivisione degli obiettivi e con ciò l'occasione di ottimizzare la collaborazione e lo scambio di informazioni e di esperienze fra i gruppi operanti in Lega. Fondamentale è sviluppare nei volontari il senso di appartenenza alla LILT e la consapevolezza di far parte di un gruppo di cui condividere strategie e scopi, inoltre le ns. volontarie e i ns. volontari partecipano frequentemente a corsi di aggiornamento organizzati anche da altre realtà presenti sul territorio.

PREVENZIONE ED EDUCAZIONE ALLA SALUTE

Prevenire e combattere il cancro è l'obiettivo che la nostra Associazione persegue sostenendo e diffondendo una sempre più radicata cultura della prevenzione. Molte sono le attività organizzate per sensibilizzare la popolazione sui fattori di rischio e incentivare quindi la prevenzione primaria, ma anche essere lo stimolo ad effettuare regolari controlli per una diagnosi precoce.

- **"La Settimana Nazionale della Prevenzione Oncologica"** (prima settimana di primavera dal 19 al 26 marzo 2022) per diffondere a livello nazionale la cultura della

prevenzione quale lotta ai fattori di rischio e di ricerca di un corretto stile di vita. Simbolo di questa campagna è l'olio extra-vergine di oliva.

- **Ambulatorio Dietistico:** Continuerà nel 2022 l'ambulatorio della dott.ssa Angelica Sagrawa, valida dietista a disposizione dal punto di vista nutrizionale dei nostri associati malati oncologici nel difficile percorso di cura ma anche di quelli sani proponendo spesso sia sul nostro sito che sul nostro blog interessanti informazioni e consigli sull'importanza del cibo nell'ambito della prevenzione.

Campagna contro il fumo 2022: Con l'autorizzazione delle Intendenze Scolastiche prosegue la campagna di informazione contro il tabagismo in alcune scuole elementari e medie cittadine. Questo tipo di prevenzione primaria deve vedere un massiccio e diretto coinvolgimento dei ragazzi, veri e propri "referenti alla salute" all'interno della scuola e della famiglia. In collaborazione con l'ex primario del reparto di Pneumologia di Bolzano, ora nostro presidente, verrà attuato un progetto nell'ambito della campagna fumo nelle scuole superiori della ns. Provincia.

- **"Giornata mondiale senza tabacco"** (31.05.2022), sono previste attività di sensibilizzazione a smettere di fumare e promozione di laboratori antitabagismo
- **"Se hai cara la pelle":** Durante il mese di maggio, presso la ns. sede, vengono organizzate visite di controllo e conferenze, con l'obiettivo di prevenire i tumori cutanei e l'invecchiamento precoce della pelle, effettuate da medici specialisti in dermatologia.
- **Ambulatorio di consulenza dermatologica:** Grazie alla collaborazione volontaria del dott. Franco Perino (già Vice Primario del reparto di dermatologia dell'Ospedale di Bolzano) già dagli ultimi mesi del 2021 è e sarà a disposizione dei cittadini un ambulatorio presso la nostra sede di prevenzione dei melanomi e degli altri tumori della pelle attraverso la verifica dei nei.
- Nel mese di ottobre si tiene la **campagna di prevenzione "Nastro Rosa"** con l'obiettivo di sensibilizzare le donne sulla necessità di sottoporsi ad esami periodici per prevenire l'insorgenza del tumore al seno. L'attività delle volontarie per questa iniziativa è andata di anno in anno intensificandosi ottenendo sempre maggiore visibilità:
 - grazie al patrocinio del Comune di Bolzano l'illuminazione in rosa della facciata e l'affissione di uno striscione sul balcone della Sala del Consiglio
 - grazie all'adesione alla campagna da parte della Sparkasse di Bolzano l'illuminazione della facciata della Sede della Banca stessa angolo Via Cassa di Risparmio e Via Museo con il nastro rosa simbolo della campagna e il logo della LILT
 - Verranno illuminati in rosa alcuni castelli della conca bolzanina.
 - Presso l'Ospedale di Bolzano, per un'intera giornata, (Covid permettendo) verrà allestito uno stand dove le nostre volontarie distribuiranno materiale informativo sulla prevenzione del tumore al seno.
 - Se sarà possibile anche per il 2022 si provvederà all'allestimento del centro commerciale Twenty con tutto il materiale legato alla prevenzione.
 - Durante il mese di ottobre si auspica verranno effettuate visite specialistiche di prevenzione grazie al contributo volontario dell'esperta senologa dott.ssa Carmen Stevanin e organizzate conferenze di informazione e sensibilizzazione sulla prevenzione del tumore al seno.
- In occasione della **"Giornata mondiale della spirometria"** verrà allestito uno stand in una delle piazze cittadine dove medici pneumologi saranno a disposizione della popolazione che gratuitamente potrà sottoporsi a test per misurare l'efficienza polmonare.
- Nel mese di novembre prenderà il via la campagna di prevenzione del tumore alla prostata con visite effettuate dai medici del Reparto di Urologia dell'Ospedale di Bolzano presso la sede LILT.

Sarà come sempre in programma nel mese di settembre, sperando di poterla effettuare, avendo già saltato due anni, la manifestazione denominata **"I 100 passi della speranza"**, una giornata intera in un luogo significativo della città per presentare, in una cornice

divertente e rilassante, le attività della Lega per la Lotta contro i Tumori ed i vari servizi offerti.



Continua, a cura dei nostri volontari dell'ufficio stampa la redazione e la distribuzione del periodico semestrale della Lega "**LILT MAGAZINE**" così come la distribuzione di materiale informativo presso le farmacie e gli ambulatori medici.

Assegnazione di **borse di studio** finalizzate all'aggiornamento in campo oncologico, in Italia o all'estero, di medici e/o personale paramedico.

AUTOFINANZIAMENTO e VISIBILITA' - 5 per mille - campagna per la destinazione della quota percentuale dall'imposta sul reddito delle persone fisiche da destinare con indicazione sul modello integrativo CUD o sul 730/1-bis o sul modello Unico persone fisiche.

Manifestazioni varie: partecipazione a manifestazioni cittadine dove viene distribuito materiale informativo con la finalità di sensibilizzare la popolazione alla prevenzione.

Vendita del libro con logo LILT "**Attivi contro il cancro**" scritto dalla dott.ssa Valentina Vecellio. (edizioni Athesia)

Settimana Nazionale Prevenzione Oncologica: Stand informativo con distribuzione di olio extra vergine d'oliva fornitoci dalla ns. sede centrale.

Una luce per la vita - una giornata nel mese di novembre dedicata alla distribuzione di candele confezionate con cera d'api naturale confezionate manualmente dalle nostre volontarie.

Mercatino di Natale "Fiocco Rosa" - "Noi Insieme" in Piazza del Grano (Mercatino della solidarietà) con la vendita degli oggetti prodotti artigianalmente dalle volontarie dei gruppi di auto-aiuto.

UFFICI SEDE

Tutte le attività comprese quelle dei volontari verranno coordinate dalle dipendenti della Lega per la Lotta contro i Tumori. Si auspica che grazie al contributo della Provincia Autonoma di Bolzano sarà possibile garantire anche per 2022 lo svolgimento di tutte attività con il lavoro di tre dipendenti per la sempre crescente mole di iniziative.

Oltre ai servizi sopra elencati svolti da molti nostri volontari, prestano regolarmente servizio in segreteria, secondo un turno settimanale, anche diversi volontari che mettono a disposizione la loro esperienza lavorativa in attività d'ufficio. Questo è il senso ed il valore del volontariato che la Lega per la Lotta contro i Tumori considera come una vitale occasione di contributo alla coesione sociale.

Bolzano, 1 settembre 2021

Il Presidente
Dott. Giulio Donazzan