

Il regalo più prezioso
che possiamo fare
a qualcuno
è la nostra attenzione.

Thich Nhat Hanh

Messaggio della presidente

Carissimi soci,

ricorre quest'anno l'ottantesimo della fondazione della nostra Lega ticinese contro il cancro.

Un tale significativo traguardo ci riempie di gioia e soprattutto di soddisfazione, in quanto, guardando la nostra storia vediamo che non è semplicemente trascorso del tempo, bensì nei suoi anni di esistenza, la nostra associazione ha saputo evolversi, adattarsi ai cambiamenti sociali, individuare le nuove sfide e i nuovi bisogni delle persone colpite dalla malattia cancro e soprattutto ha saputo dare le risposte – o perlomeno ha tentato di farlo – in modo adeguato alle nostre forze. Il fondamento, i valori, gli obiettivi della nostra Lega ticinese contro il cancro non sono cambiati. Diverso, più strutturato e più ampio, è diventato invece il nostro agire. All'origine rimane sempre la volontà di sostenere, accompagnare, dare conforto e supporto alle persone toccate dalla malattia, sia direttamente sia alle loro famiglie. Sappiamo che la condivisione del dolore contribuisce ad alleviare molte sofferenze. Ed è proprio con questo spirito che gli organi direttivi della nostra associazione, coadiuvati, sostenuti e ispirati dalla direttrice, dai nostri collaboratori, dagli assistenti sociali, dalle infermiere e dai volontari anche quest'anno hanno definito la strategia del nostro intervento.

Rendere migliore la vita e il percorso di cura del malato ha sicuramente una valenza molto ampia, per cui è assolutamente necessario che ci si occupi anche di prevenzione e diagnosi precoce, per evitare, per quanto possibile, l'insorgere della malattia oppure scoprirne l'esistenza in uno stadio iniziale che aumenti le possibilità di successo delle

cure. La prevenzione, non è una novità, è un atto e un compito fondamentale. Varie sono dunque le campagne sia nazionali sia cantonali intraprese anche quest'anno.

Sostenere la ricerca, che instancabilmente tenta di scoprire le cause dell'insorgere dei tumori e nuove cure sempre più efficaci, è altrettanto indispensabile. La Lega ticinese contro il cancro è membro costituente e maggior finanziatrice, della Fondazione ticinese per la ricerca contro il cancro, alla quale ha da anni demandato con successo il compito di occuparsi dell'esame dei progetti di ricerca da sostenere.

Ma l'attività che più ci contraddistingue è senza dubbio il sostegno e la vicinanza al malato e ai suoi familiari, che si esprime in aiuti mirati sia a livello individuale, di gruppo, finanziari e morali, a dipendenza delle necessità concrete. Il 2015 è stato sicuramente un anno intenso, sia per quanto riguarda il nostro intervento a livello sociale, dove è stata aumentata la percentuale di lavoro degli assistenti sociali, sia a livello dei nostri progetti in corso ormai da diversi anni, quali la riabilitazione oncologica, ormai estesa su ampia parte del territorio cantonale, e l'oncologia geriatrica. Questi progetti si sono da tempo consolidati e fanno parte del nostro intervento ordinario con i pazienti.


Ma pure nuovi progetti, di cui parliamo da anni, stanno vedendo la luce. Mi rallegra molto ad esempio poter comunicare che proprio in questi giorni è stata sottoscritta una convenzione di collaborazione con l'organizzazione sociopsichiatrica cantonale (OSC) per ampliare l'offerta di prestazioni in psiconcologia. Tale collaborazione, vista la sensibilità del tema è stata preferita alla via solitaria con l'assunzione di uno psiconcologo da parte della LTC. Abbiamo reputato

fosse meglio sfruttare le competenze già presenti sul territorio, creando delle sinergie. A disposizione dei pazienti che faranno capo alla lega contro il cancro, allo IOSI e eventualmente ad altre strutture pubbliche o private, vi sarà uno specialista in psiconcologia attivo al 100%, stipendiato dalla nostra associazione.

È pure stata formalizzata la collaborazione tra la Lega ticinese contro il cancro, l'Ente ospedaliero cantonale e alcuni istituti privati per poter offrire ai malati e ai loro familiari un'assistenza spirituale, sia nei luoghi di cura sia a domicilio. Questo progetto, cofinanziato dalla nostra associazione per due anni, avrà una durata iniziale di un anno, durante il quale verrà monitorato e ne verrà valutato l'apprezzamento da parte dei malati e dei loro familiari. Pure questo progetto nasce quale risposta ad un bisogno rilevato e viene co-gestito con i vari operatori sul campo. L'ampio ventaglio di attività presso le nostre sedi, i gruppi e le varie offerte di momenti di incontro anche quest'anno sono stati molto apprezzati dalle persone che vi hanno fatto capo. Tutti gli sforzi fatti e le attività proposte vogliono far sì che i malati e chi sta loro vicino possano continuare a guardare avanti, perché – come disse qualcuno – «l'incapacità di pensare in positivo può pesare su un malato di cancro come una seconda malattia». Mi piace pensare che anche quest'anno abbiamo, tutti assieme, contribuito ad evitarlo.

Grazie a tutti, a chi collabora attivamente e a chi ci sostiene finanziariamente, dimostrando fiducia in quello che stiamo facendo. Molto cordialmente.

Michela Celio-Kraushaar
Presidente



Dona a chi ami ali
per volare,
radici per tornare
e motivi
per rimanere.

Dalai Lama

La parola alla direttrice

Ho seguito un seminario di alcuni giorni con Frank Ostaseski fondatore negli Stati Uniti dello Zen Hospice, attività di assistenza di chi sta affrontando malattie gravi; attraverso i suoi corsi e i suoi scritti, introduce all'esercizio della compassione e della consapevolezza nell'accompagnamento dei morenti. Al termine ci ha lasciato questa frase: *«sostenere una persona che sta morendo significa soprattutto essere testimoni, stare con. Ossia non voltarsi dall'altra parte quando le cose diventano difficili, ma rimanere insieme nel territorio del dolore, del mistero e delle domande che non hanno risposta»*.

Mi è piaciuto iniziare il mio contributo per il Bollettino di quest'anno con la frase di Ostaseski poiché il contenuto di questo pensiero è parlante nei momenti di fine vita, ma pure nei momenti di piena vita e nel quotidiano delle difficoltà correnti. I collaboratori e i volontari della Lega ticinese contro il cancro sanno stare con le difficoltà e restano al fianco di chi lo chiede senza voltare la testa.

Vorrei ora dare qualche cifra concreta – e riassuntiva – dell'attività svolta nel 2015. Oltre 1'100 pazienti hanno potuto beneficiare di una consulenza individuale (con assistenti sociali e/o con infermiere della riabilitazione). I nostri volontari hanno seguito a domicilio oltre 100 pazienti; hanno offerto complessivamente circa 14'000 ore di servizio (considerando anche i turni di presenza nei vari luoghi di cura, le manifestazioni e la formazione). In parallelo alla consulenza individuale, organizziamo e offriamo attività riabilitative in gruppo: 9 corsi su tutto il cantone. Consci dell'importanza della condivisione, sono stati proposti 4 diversi cicli d'incontro: «Pausa pranzo», «Tea time», «Cibo e salute», «Pausa pranzo attiva»; complessivi 43 incontri lungo tutto il 2015, condotti da specialisti; a questi si sono aggiunti gli «storici» incontri di «Gruppo parola per malati e familiari» a cadenza quindicinale, alla presenza dell'assistente sociale LTC della zona. Le campagne di sensibilizzazione, informazione e prevenzione, rivolte alla popo-

lazione, con stand informativi, conferenze pubbliche e altro ancora, ci hanno visti presenti in 20 appuntamenti su tutto il territorio ticinese.

Spesso sono interpellata sul tema delle cure complementari; nei momenti di vulnerabilità, le persone ammalate e i loro familiari vi si affidano, intraprendono viaggi della speranza, danno fondo ai risparmi. A volte i pazienti mi illustrano percorsi di guarigione, rimedi miracolosi, cammini di consapevolezza e di sviluppo personale; mi si invita a divulgare. Adotto un'attitudine di ascolto, mi è difficile esprimere giudizi; ho poche certezze, ma so che c'è chi approfitta e vende false speranze e c'è chi è serio e onesto nello spiegare i limiti del suo credo. Ogni paziente ha la sua storia, assieme a questa le sue convinzioni, ogni scelta esige rispetto. Fino ad oggi ho dovuto constatare che non esistono panacee alla malattia cancro, ma c'è chi ha sperimentato metodi e pratiche per stare meglio sia moralmente che fisicamente; mi piace pensare che tutto è più grande

di noi! Gli operatori sanitari, fanno grandi sforzi per integrare e restare al fianco del paziente e dei familiari anche quando fanno la scelta delle cure non convenzionali; non è possibile misurare tutto con lo stesso metro, ma la serietà dell'approccio con in primis l'onestà dell'operatore di riconoscere i suoi limiti, sono elementi sui quali non derogare.

La LTC è sempre dinamica ed in movimento, con un approccio pragmatico, attento ai bisogni che emergono quotidianamente e il motto che ho sempre presente in me e con me: «qui e ora». Anche per il 2016 il lavoro e le idee non mancano!

Un grande grazie a tutto il team LTC (di ogni ordine di funzione) e a tutti i volontari per tutto questo impegno e motivazione, agli organi direttivi per la fiducia ed il coinvolgimento. Un grande grazie a chi apprezza il nostro lavoro e ci sostiene sia con parole di stima che finanziariamente!

Alba Masullo
Direttrice

Non voltare la testa,
continua a guardare
la tua ferita.
Poiché è da lì che
la Luce entra in te.

Rumi

Riabilitazione oncologica ambulatoriale

Un giorno alla settimana un'infermiera è presente in ogni ambulatorio per offrire ai pazienti – nelle diverse fasi della malattia – una consulenza di riabilitazione. Questo approccio, basato su un programma strutturato, permette la ripresa o il mantenimento della condizione fisica, psicologica, sociale, lavorativa e altro, di una persona colpita da tumore. Secondo l'OMS – Organizzazione Mondiale della Sanità – la riabilitazione comprende sostanzialmente la messa in pratica di tutte le misure che sono atte ad evitare o ridurre le conseguenze di malattie o incidenti sulle capacità funzionali individuali e sulla partecipazione sociale, culturale e professionale¹. Incontrare i pazienti durante la prima fase della malattia, ossia poco dopo aver ricevuto la diagnosi, quando la terapia è già stata impostata, permette di anticipare e quindi contenere alcuni effetti collaterali. Si può dunque parlare in questo caso di **riabilitazione preventiva**.

Un altro aspetto della **riabilitazione è quella curativa**, per la quale s'intende l'attivazione di risorse (professionisti specializzati) che aiutino le persone con un deficit o una affezione dovuti ai trattamenti o alla malattia stessa, in modo da tendere al recupero dei deficit e al riadattamento. L'obiettivo della riabilitazione in questa fase è un ricondizionamento psico-fisico e un reinserimento socio-professionale.

In questo ultimo anno ci siamo anche interessati ad un concetto di sostegno riabilitativo di prevenzione terziaria alla fine del percorso terapeutico (programma survivors). Si tratta di una forma di «coaching» per aiutare i pazienti in follow-up o survivors ad adottare uno stile di vita sano. Sapendo che ci sono attitudini che migliorano la qualità di vita e la salute, proponiamo a chi

lo desidera, un sostegno in questo senso. Sempre secondo la prospettiva del **sostegno riabilitativo**, la Lega ticinese contro il cancro continua ad offrire la possibilità di partecipare ad incontri finalizzati alla riabilitazione e alla prevenzione terziaria: la ginnastica terapeutica è un corso molto frequentato sia nel Sopraceneri che nel Sottoceneri. Sono, inoltre, proposti corsi di acquagym, come pure – novità 2015 – un corso di yoga sia nel Sopraceneri che nel Sottoceneri. Momenti di informazione e di sostegno in gruppo, quali Pausa Pranzo, Tea Time, Cibo e Salute, sono di complemento alle terapie riabilitative già proposte ai pazienti. Nel 2015, nei 5 ambulatori dello IOSI e della Clinica Luganese, sono stati visti 136 pazienti, di cui 23 facenti parte del programma survivors. Sono state attivate le seguenti risorse (professionisti specializzati):

Consulenza dietetica	43
Consulenza psicologa	33
Consulenza assistenti sociali	33
Consulenza fisioterapia	62
Consulenza estetica	13
Consulenza sessuologica	3
Consulenza in tabaccologia	2
Degenza in clinica di riabilitazione	27

La Lega ticinese contro il cancro ha inoltre incrementato, anche grazie all'organizzazione di incontri multidisciplinari trimestrali, la rete di professionisti sul territorio: persone orientate e motivate alla riabilitazione oncologica, sempre più riconosciuta come parte integrante della cura e della presa a carico del paziente oncologico.

Noëlle Bender Rizzuti
Infermiera

Non importa quanto lontano possa andare lo spirito, non andrà mai più lontano del cuore.

Confucio



¹ www.eoc.ch/Clinica di riabilitazione Novaggio

Attività degli assistenti sociali

Prima ancora di ricevere una diagnosi di cancro una persona intuisce che la sua quotidianità potrebbe presto modificarsi; a volte questa sensazione inizia già dai primi sintomi, quando nasce il sospetto che qualcosa nel proprio corpo sta cambiando e non funziona più come prima.

Poi la comunicazione della malattia porta con sé disordine, proietta in un'altra dimensione, distante da quella fino ad ora conosciuta. Una nuova condizione di vita dettata da trattamenti e terapie nelle quali vengono impiegate risorse e energie che si sarebbero volute investire altrove. La concezione del tempo e gli equilibri dei ruoli abituali si modificano. Possono sorgere limitazioni fisiche, stanchezza e dolori che mutano l'immagine di sé e portano a non più riconoscersi nel proprio corpo: sono possibili disagi, difficoltà e sentimento di colpa nei confronti degli altri familiari da cui si è più dipendenti, così come l'incertezza verso il proprio futuro.

Si fa strada un senso di solitudine, di smarrimento e d'impotenza che rischiano di togliere fiducia e dignità, se non sufficientemente supportati. Può essere utile un aiuto esterno, capace di lavorare in favore della persona malata e dei suoi cari, per capirne i bisogni, le preoccupazioni e aiutarli a trovare risposte adatte alla loro situazione, rispettandone le esigenze, i valori e i desideri.

Tra gli operatori capaci di fornire questi strumenti ci sono gli assistenti sociali della Lega ticinese contro il cancro, che lavorano a contatto con i numerosi professionisti presenti nel processo di cura e con le figure istituzionali del territorio. Si tratta di un lavoro complesso, fatto di collaborazione, condivisione, fiducia e rispetto delle competenze reciproche, la cui efficacia è basa-

ta sulla comprensione di un linguaggio specialistico e il riconoscimento dei differenti ruoli. Esso è costruito nel tempo, tessendo le relazioni con gli operatori e seguendo formazioni continue di aggiornamento.

Per favorire e migliorare la cooperazione e la comunicazione tra i professionisti che spesso si trovano ad operare soli, perdendo efficacia nell'intervento in favore del malato, è nato il Certificate of Advanced Studies in Psiconcologia presso la Supsi; frequentando io stessa il CAS mi sono trovata inserita in un gruppo motivato, molto unito, consapevole dell'importanza che possono assumere le relazioni umane nel percorso di malattia. Il clima che si è creato in classe è di totale fiducia. Ognuno si sente libero di portare i propri vissuti ed esperienze, per poterli rivivere con i compagni, fermandosi ad analizzare le dinamiche venutesi a creare in un determinato contesto. Cercando di trovare insieme dei modelli d'intervento applicabili ad altre situazioni, al fine di permettere all'operatore di riuscire a dare alcune risposte, con l'intento di lenire il senso d'impotenza e sopraffazione che può venire a crearsi.

Doris Cippà
Assistente sociale



Anche se la felicità
ti dimentica un po',
tu non dimenticarla
mai del tutto.

Jacques Prévert

Statistiche pazienti 2015

	Pazienti seguiti dal servizio sociale	Pazienti che hanno ricevuto aiuti finanziari	«Nuovi» pazienti	Consulenze brevi	Pazienti visti dalle infermiere coordinatrici della riabilitazione
Bellinzonese e Valli	144	73	58	72	
Moesano	7	5	3		
Locarnese e Valli	139	41	56	82	
Malcantone	46	30	17		
Veduggio	28	16	13		
Luganese e Valli	200	86	81	107	
Mendrisiotto e Valli	110	50	52	43	
Fuori Cantone	4	1	1		
Totale	678	302	281	304	136

L'importo elargito per aiuti finanziari nel 2015 ammonta a Fr. 490'000.- (di cui 39'000.- destinati ai bambini). La Fondazione Realini ha messo a disposizione Fr. 50'000 per l'aiuto ai pazienti.

Volontariato oncologico nel 2015 «nuovi arrivi»

Quest'anno, nel mese di dicembre, sono stati consegnati una ventina di nuovi certificati di partecipazione alla formazione di base quale volontario della Lega ticinese contro il cancro.

Su una cinquantina di candidati, la commissione interna – tenendo conto soprattutto delle disponibilità di tempo da dedicare al volontariato – ha scelto poco più di venti persone, che hanno poi seguito, con motivazione ed entusiasmo, la formazione sull'arco di tre mesi – da settembre a dicembre – e vanno ora ad aggiungersi ai 100 volontari già attivi sul territorio ticinese. Tutti insieme prestano sostegno, ascolto attivo e accompagnamento alle persone ammalate di cancro e ai loro familiari presso i domicili privati, gli ambulatori di oncologia nei diversi ospedali della Regione e nei reparti dell'Istituto Oncologico della Svizzera Italiana (IOSI), un sostegno fatto di presenza, tempo dedicato e sensibilità.

La formazione di base viene organizzata ogni due anni e, dopo una impegnativa serie di colloqui, vengono scelti i candidati che inizieranno questo percorso di crescita personale e di confronto con la relazione di aiuto, in un contesto dove l'aspetto umano assume un'importanza rilevante. La formazione comprende diverse materie, che vanno dalla conoscenza degli aspetti fisici e psichici della malattia stessa, alle svariate attività della Lega ticinese contro il cancro sul territorio e alle strutture con cui collaboriamo (reparti, ambulatori e servizi sul territorio). In particolare si mette l'accento su tutto ciò che concerne gli aspetti della comunicazione, in particolare quelli che evidenziano un ascolto attivo senza pregiudizi, l'accoglienza incondizionata e gli aspetti non verbali.

Le lezioni sono condotte da specialisti in ambito oncologico: medici, infermieri, assistenti sociali, psicologi, altro. Essi formano i volontari della Lega ticinese contro il cancro, trasmettendo loro non solo il sapere scientifico, ma anche la passione che accompagna il sostegno all'ammalato, valorizzando il loro intento e gratificando la scelta e l'operato di ognuno.

A fine formazione, ogni neo volontario ha potuto iniziare il suo mandato nei diversi contesti, assegnati in base alle sue preferenze e ai nostri bisogni (turni di presenza nelle strutture e/o richieste per visite a domicilio). Il luogo dove sono maggiormente attivi e presenti i volontari, perché espressamente richiesti, è l'Istituto Oncologico della Svizzera Italiana in tutte le sue sedi. Le «new entry» sono attualmente attive nelle seguenti occupazioni:

Turni in ambulatori: 8 persone
Turni in reparto IOSI: 3 persone
Domicilio: 7 persone

Anche per noi coordinatrici è stato molto interessante e piacevole, incontrare, seguire e accompagnare questo gruppo di persone, con esperienze totalmente diverse tra loro, che si sono affiatate ed hanno condiviso lo stesso desiderio di mettersi in gioco per dedicarsi alla realtà oncologica offrendo del tempo all'associazione Lega ticinese contro il cancro e a chi si ammala.

Carina Urriani e Katia Tunesi
Coordinatrici dei volontari



Le cose più importanti della nostra vita non sono né straordinarie né grandiose. Sono i momenti in cui ci sentiamo toccati gli uni agli altri.

Jack Kornfield

Statistiche volontariato 2015

Volontari attivi	103
Pazienti seguiti a domicilio	100
Ore di volontariato prestate in ambulatorio	5'890
Ore di volontariato prestate a domicilio	3'295
Ore di volontariato prestate nei reparti IOSI a Bellinzona	1'365
Ore di volontariato dedicate a manifestazioni	170
Ore dedicate a incontri e formazioni	2'535
Ore di volontariato complessive prestate	13'255

Tumore alla prostata: assieme possiamo

Da molti anni pensavamo fosse tempo di colmare una lacuna, quella di occuparci della sensibilizzazione, della prevenzione e dell'auto-aiuto per il tumore alla prostata. Verso la fine del 2014 e l'inizio del 2015, in maniera capillare ed inclusiva, abbiamo invitato numerosi professionisti attivi nell'ambito della diagnosi, della cura e del dopo cura, del tumore alla prostata ad incontrarci e incontrarsi con lo scopo di costituire un gruppo di interesse dal quale poi fare nascere anche un gruppo di auto-aiuto composto da pazienti.

Con grande disponibilità, medici, infermieri, sessuologi, stoma terapeuti, assistenti sociali, psicologi, si sono riuniti per condividere le problematiche legate a questa specifica forma tumorale, che coinvolge la popolazione maschile.

Grazie poi all'interesse di alcuni pazienti, abbiamo iniziato a proporre degli incontri a cadenza mensile così da creare anche un gruppo a sostegno delle persone coinvolte dalla malattia.

Una conferenza pubblica sul tema del tumore alla prostata, con l'accento sull'importanza della prevenzione e dell'auto aiuto, tenutasi il 24 novembre 2015 a Bellinzona, che ha avuto molta partecipazione di pubblico, ha rappresentato un importante momento di sensibilizzazione e ha incrementato la partecipazione agli incontri di gruppo ormai avviati. Il successivo appuntamento di ini-

zio dicembre è stato infatti contraddistinto dalla presenza di un numero maggiore di pazienti e familiari che hanno portato nuova linfa al gruppo con nuove proposte di tematiche da trattare. I temi principali portati e sostenuti dai pazienti sono stati: necessità di promuovere delle attività di informazione e prevenzione anche attraverso l'aiuto dei media, migliorare la sensibilizzazione presso la popolazione e ridurre i tabù sul tumore alla prostata. È risultato inoltre importante rivolgere particolare attenzione alla diagnosi precoce della malattia e alla buona interazione tra il corpo medico e i pazienti stessi, soprattutto per quanto attiene alla descrizione degli effetti collaterali e delle conseguenze delle cure oncologiche.

Ci è data occasione per ringraziare tutti i pazienti e i familiari che hanno partecipato attivamente agli incontri serali e a tutti i professionisti del gruppo di interesse che hanno sostenuto l'iniziativa; pensiamo si tratti di un punto di partenza che potrà condurre a importanti sviluppi negli anni a seguire nell'interesse della popolazione maschile in generale, e più in particolare nell'interesse di una migliore qualità di vita per chi è - o è stato - colpito da tumore alla prostata alle nostre latitudini.

Luca Feller
Assistente sociale

Corsi per pazienti 2016 Incontri per pazienti e familiari

Corsi per pazienti

- **Acquagym** (Locarno e Savosa)
- **Movimento e Sport** (Tenero)
- **Nordic Walking** (Bellinzona)
- **Yoga e rilassamento** (Lugano e Muralto)
- **Arte terapia** (Bellinzona e Lugano)
- **Logoterapia** (Bellinzona e Lugano)
- **Gruppo di attività sportiva terapeutica** (Castione, Trevano, Locarno, Chiasso)

Incontri per pazienti e familiari

«Gruppi parola per malati e familiari»

Incontri a cadenza quindicinale, dalle ore 16.00 alle 17.30, presso le diverse sedi della Lega ticinese contro il cancro

- a Locarno il mercoledì
- a Bellinzona il giovedì

Cibo e salute – Lugano

Incontri mensili formativi e informativi in piccoli gruppi.

Pausa pranzo – presso la sede LTC di Lugano e Centro Diurno ATTE di Mendrisio

Momenti di incontro conviviali, informativi, ricreativi e attivi in presenza di professionisti e specialisti, durante la pausa pranzo (calendario e programma dettagliato da richiedere al segretariato o all'infermiera addetta alla prevenzione).

Tea time – presso la sede LTC di Lugano

Momenti di incontro, di sostegno e di condivisione con professionisti e specialisti all'ora del tè (calendario e programma dettagliato da richiedere al segretariato o all'infermiera addetta alla prevenzione).

La psicologa risponde – presso le sedi LTC di Bellinzona e Lugano

Momenti di incontro, sostegno per familiari di persone ammalate (genitori, figli, marito, moglie, partner) e/o malati stessi, ma pure per amici, docenti, educatori e colleghi di lavoro.

Seminario di riabilitazione alle Isole di Brissago

Ultime settimane di agosto, da lunedì 22 agosto a venerdì 26 agosto 2016
Programma dettagliato da richiedere al segretariato o a uno degli assistenti sociali LTC.

Ai nostri corsi e alle nostre attività ci si può annunciare in ogni momento. I gruppi sono aperti e si partecipa a seconda del proprio stato di salute senza obbligo di frequenza.

Altre forme di sostegno 2016

Consulenze specialistiche individuali

• Consulenza estetica

Per la persona malata i trattamenti oncologici possono rivelarsi una dura prova a livello sia psichico che fisico. I mutamenti dell'aspetto fisico (per esempio a seguito di una chemioterapia o di una radioterapia) possono influenzare direttamente anche l'autostima, l'umore e i rapporti con le persone che la circondano. I consigli individuali, che tengono conto dei bisogni dei malati durante e dopo i trattamenti oncologici riguardano scelta e possibilità d'utilizzo di diversi copricapo (parrucche, foulard, cappelli, ecc...); maquillage e cura del viso, cura delle unghie, scelta di colori e abiti adatti al proprio stile.

• Consulenza sessuologica

Il cancro e le rispettive terapie lasciano profonde tracce nella vita di una persona. In seguito alla diagnosi le priorità di vita cambiano improvvisamente e molti aspetti della propria esistenza vengono messi in dubbio. Questo vale anche per la sessualità e la sfera intima della coppia. Il consulto si basa su un'accurata anamnesi e l'obiettivo è di offrire uno spazio di ascolto, capire la domanda e il problema, informare e rassicurare, contribuire con suggerimenti pratici e consigli utili.

Le consulenze vengono effettuate su appuntamento e gratuitamente in ognuna delle nostre sedi (Bellinzona, Lugano e Locarno).

InfoCancro – per ogni tipo di domanda

- è un numero di telefono 0800 11 88 11 (numero verde chiamata gratuita)
- è un indirizzo e-mail helpline@legacancro.ch
- è un forum «online» www.forumcancro.ch

Gruppi di accompagnamento per persone in lutto

- insieme per non sentirsi solo
- insieme per trovare la forza di continuare a vivere
- insieme per condividere esperienze simili

Molte persone, dopo la morte di un loro congiunto e anche a distanza di qualche anno, restano nella sofferenza, si sentono sole, rinunciano a relazioni sociali, fanno fatica ad adattarsi ad una vita cambiata. A queste persone dedichiamo uno spazio di condivisione per elaborare il proprio lutto. **Gli incontri hanno luogo settimanalmente a Chiasso, Lugano e Bellinzona. Per informazioni rivolgersi al nostro segretariato sociale 091 820 64 40.**

Prevenzione del disagio legato alla malattia oncologica

Progetto «Adolescenti e malattia in famiglia»

Un percorso didattico – volto a favorire l'espressione dei vissuti e delle emozioni (paura, tristezza, rabbia, speranza, ...) legate alla presenza di malattia in famiglia – specialmente rivolto agli allievi delle Scuole Medie (su richiesta adattabile anche ad altri ordini di scuola).

Campagne di prevenzione e informazione 2016

NO al cancro dell'intestino!

Il mese di marzo lo dedichiamo alla prevenzione del tumore dell'intestino. Una conferenza pubblica – organizzata in partenariato con l'Ente ospedaliero cantonale – martedì 22 marzo presso l'Auditorium dell'Ospedale San Giovanni a Bellinzona; altri incontri dedicati al tema durante gli appuntamenti settimanali di: «Pausa pranzo», «Tea time», presso le sedi LTC.

Lotta ai tumori della pelle in particolare del melanoma

Lunedì 30 maggio alla sede di Bellinzona LTC, a cura della società ticinese dei medici dermatologi, diversi specialisti in dermatologia si mettono a disposizione della popolazione per controllare le macchie pigmentate sospette. Altri incontri dedicati al tema durante gli appuntamenti settimanali di: «Pausa pranzo» e «Tea time», presso le sedi LTC.

Il bus della prevenzione

Nel corso del mese di settembre farà tappa in Ticino il bus della prevenzione. Potremo informare in maniera ludica e con materiale interattivo, sui metodi di diagnosi precoce e gli stili di vita sani; verrà distribuito materiale informativo e saremo a disposizione per rispondere a domande specifiche.

Uniti contro il cancro al seno – Dona luce!

Durante il mese di ottobre, mobilitiamo le forze per la nuova campagna di sensibilizzazione sul tumore al seno e di solidarietà verso le donne toccate da questo tipo di tumore; la suggestiva cerimonia di accensione delle lanterne rosa sarà parte integrante delle iniziative in programma. I dettagli saranno comunicati attraverso la nostra pagina internet e tramite i media.

Tumore alla prostata, assieme possiamo...

Durante il mese di novembre, metteremo l'accento sul tumore alla prostata proponendo momenti di divulgazione al grande pubblico ed incontri dedicati ai pazienti e ai famigliari durante gli appuntamenti settimanali di: «Pausa pranzo», «Tea time», «La psicologa risponde» presso tutte le sedi LTC.

Lotta al tabagismo

Linea Stop Tabacco 0848 000 181 a cura della Lega svizzera contro il cancro. Si tratta di una linea telefonica dedicata alle persone che desiderano smettere di fumare. Operatrici appositamente formate nelle tre lingue nazionali sono in grado di motivare al cambiamento e dispensare semplici ed efficaci consigli per smettere di fumare. **L'Associazione svizzera non fumatori (ASN)** opera nel nostro Cantone con competenza e prossimità, soprattutto negli ambienti sportivi giovanili informando e sensibilizzando sui rischi del fumo. La **Fondation Idée et Sport** con il progetto «Ever fresh» si adopera per prevenire il tabagismo negli ambienti giovanili, con attività serali del fine settimana nelle palestre delle sedi di Scuola Media del nostro Cantone. La Lega ticinese contro il cancro sostiene finanziariamente ed incoraggia le attività della ASN e della Fondation Idée et Sport.

Manifestazioni e simposi 2016

Giovedì 4 febbraio 2016

Giornata mondiale contro il cancro – Lugano

Conferenza pubblica.

Radon: quali rischi, quale impatto sulla salute, quale prevenzione possibile

Giovedì 12 maggio 2016 ore 18:00 – Bellinzona

Assemblea annuale dei soci

Sala del Consiglio Comunale

Sabato 21 maggio 2016 ore 9:30–16:30 – Lugano

80 anni della Lega ticinese contro il cancro

Incontro paziente-curante, la condivisione di vissuti.

Spazi dell'ex asilo Ciani

Sabato 17 settembre 2016 – Lugano

Corsa della Speranza

Una corsa, una festa, un momento spensierato, una manifestazione di solidarietà...

per adulti e bambini in un clima festoso e carico di energia positiva!

Saremo presenti anche con il bus della prevenzione.

Sabato 5 novembre 2016 ore 15:00 – Lugano

Spettacolo per gli 80 anni della Lega ticinese contro il cancro

Compagnia Finzi Pasca

Ben oltre le idee
di giusto
e di sbagliato,
c'è un campo.
Ti aspetterò laggiù.

Rumi

Consigli di lettura...



Editrice: Lega svizzera
contro il cancro, 2015

Cancro del seno – Carcinoma mammario, opuscolo informativo della Lega contro il cancro

La Lega svizzera contro il cancro ha pubblicato un opuscolo informativo sul cancro al seno per aiutare pazienti e familiari ad adattarsi ai cambiamenti imposti dalla malattia.

Una diagnosi di cancro è uno shock, sia per chi la riceve in prima persona, sia per i familiari e gli amici. Stravolge la quotidianità e cambia, da un momento all'altro, le prospettive di vita. Scatenata una tempesta di sentimenti contrastanti di paura e di speranza. Suscita mille interrogativi. L'opuscolo tratta dell'insorgenza, della diagnosi e della cura dei diversi tipi di cancro al seno, ponendo particolare attenzione all'accuratezza della diagnosi del particolare tipo di tumore così, da poter programmare il trattamento più adeguato. Oggigiorno, nella maggior parte dei casi, il cancro al seno è curabile se diagnosticato precocemente. Nei casi in cui il cancro al seno si trova già in uno stadio avanzato al momento della diagnosi, spesso è possibile rallentare la progressione della malattia e lenire i sintomi, nell'intento di salvaguardare la qualità di vita del/della paziente.

Il moto fa bene – Esercizi per donne operate al seno

Studi scientifici dimostrano che un'attività fisica regolare influisce positivamente sul decorso della malattia.



Castelgrande Editore,
Bellinzona 2013

Franco Cavalli. Curare le persone e la società – Conversazione con Giulia Fretta

Una delle migliori giornaliste della RSI (purtroppo scomparsa), nella sua conversazione con Franco Cavalli fa emergere il mondo articolato dello studioso, ricercatore, medico oncologo di fama internazionale. Lo fa, spaziando da temi sociali e politici a lui cari, addentrandosi nel mondo della medicina, dell'oncologia. Il capitolo 'Farmaci e business', mette in luce il rapporto tra costo eccessivo dei farmaci e paesi poveri, ma il discorso si estende alla qualità di vita dei pazienti, la valutazione circa l'affiancamento di terapie complementari, l'attenzione per un'etica responsabile verso il malato terminale e la sua scelta – autodecisione – rispetto al momento della propria morte.

Progetti sostenuti finanziariamente dalla LTC

Riabilitazione oncologica ambulatoriale

Una presa a carico riabilitativa – dell'area fisica, nutrizionale, sociale, psicologica – per i pazienti che ricevono cure chemioterapiche e radioterapiche ambulatoriali; all'Istituto Oncologico della Svizzera Italiana IOSI e alla Clinica Luganese. In parallelo creazione di una rete di professionisti sul territorio, specializzati per le varie aree della riabilitazione, disponibili ad incontrarsi e ad approfondire in un approccio multidisciplinare le problematiche dei pazienti malati di cancro. Costo Fr. 120'000.– all'anno

Sviluppo dell'oncologia geriatrica

La popolazione invecchia, il paziente anziano che si ammala di cancro presenta caratteristiche diverse e non uniformi secondo l'età, di conseguenza necessita di cure adeguate al suo stato fisico, il progetto si prefigge di sistematizzare un approccio atto a valutare lo stato psicofisico del paziente anziano, prima di impostare il programma di cure specifico; all'Istituto Oncologico della Svizzera Italiana IOSI e alla Clinica Luganese. Costo Fr. 50'000.– all'anno.

Consulenza spirituale

Lo scopo del progetto è quello di inserire nell'equipe curante dei reparti di cure palliative e degli ambulatori, anche la figura del «consulente spirituale laico»; la LTC valorizza molto questo progetto pilota volto a migliorare l'assistenza spirituale degli ammalati di cancro in Ticino. Costo Fr. 25'000.– all'anno.


Sostegno psiconcologico

Sappiamo quanto sia importante il sostegno psicologico al paziente e proprio per questo abbiamo deciso di colmare le lacune esistenti per essere di supporto alla famiglia dell'ammalato e soprattutto quando ci sono bambini e adolescenti. Il supporto professionale viene dato da uno specialista in psiconcologia che aiuta a superare lo choc della diagnosi, a far fronte a eventuali recidive, ad accompagnare nella comunicazione all'interno della famiglia e della scuola; operiamo affinché il sostegno psiconcologico sia garantito nei luoghi di cura, al domicilio dell'ammalato e presso le nostre sedi aperte al pubblico. Costo Fr. 120'000.– all'anno.

Ricerca scientifica in ambito oncologico

La Lega ticinese contro il cancro sostiene la ricerca scientifica in ambito oncologico e lo fa in partenariato con la Fondazione ticinese ricerca sul cancro; attualmente sono in corso progetti legati al tumore della prostata e ai tumori al cervello; le ricerche sono svolte in Ticino oppure sono legate a ricercatori ticinesi. Costo attorno ai 250'000.– all'anno, Fr. 150'000.– sono coperti dalla LTC.

Alba Masullo



Io posso fare cose
che tu non puoi,
tu puoi fare cose
che io non posso.
Insieme possiamo fare
grandi cose.

Madre Teresa di Calcutta

I gruppi di auto-aiuto

Per persone laringectomizzate

Presidente

Associazione Laringectomizzati Svizzera italiana
Signor Anton Meier
Nucleo – 6986 Curio
Tel. +41 (0)79 651 63 67 (solo SMS)
magiclan@bluewin.ch

Oppure:

Lega ticinese contro il cancro
Tel. +41 (0)91 820 64 40

Per persone con stomia

Presidente

Segretaria

Associazione ILCO Ticino
Signor Tiziano Belotti
Signora Patrizia Belotti
6618 Arcegno
Tel. +41 (0)91 791 46 78
ilcoticino@bluewin.ch

Oppure:

Lega ticinese contro il cancro
Tel. +41 (0)91 820 64 40

Per donne operate al seno

Gruppo «Sostegno pazienti»
Centro di Senologia EOC

Tel. +41 (0)79 605 12 60
sostegno.senologia@gmail.com

Per uomini con tumore alla prostata


Gruppo di interesse e sensibilizzazione
per pazienti e professionisti

Il gruppo di auto aiuto si incontra una volta al mese

Lega ticinese contro il cancro
Tel. +41 (0)91 820 64 40
luca.feller@legacancro-ti.ch
noelle.bender@legacancro-ti.ch

Per persone con linfoma

ho/noho
info@lymphome.ch



Ci sono solo due giorni all'anno
in cui non puoi fare niente:
uno si chiama ieri,
l'altro si chiama domani,
perciò oggi è il giorno giusto
per amare, credere, fare e,
principalmente, vivere.

Jacques Prévert

Il rendiconto dettagliato 2015

Ricavi	2015	2014
Offerte diverse, donazioni	564'275	184'192
Offerte in memoria	126'754	114'401
Offerte destinate alla ricerca	89'015	34'820
Offerte destinate a progetti per bambini/adolescenti	10'476	8'237
Devoluzioni mortis causa	625'000	1'142'084
Proventi da manifestazioni e eventi	42'602	25'072
Proventi da azioni organizzate dalla Lega ticinese	13'251	14'049
Contributi dei soci	144'027	137'897
Lega svizzera collette diverse	584'378	609'262
Raccolta fondi LTC	124'323	108'905
Sussidi Confederazione	236'995	180'171
Sussidi del Cantone Ticino	60'000	60'000
Totale ricavi	2'621'097	2'619'090

Costi diretti delle prestazioni	2015	2014
Stipendi, oneri sociali e altri costi del personale	-767'451	-745'700
Sussidi ad ammalati	-451'288	-395'343
Progetti e aiuti «Bambini adolescenti e cancro»	-42'983	-29'903
Spese per servizi di sostegno e progetti	-177'060	-192'088
Contributi ad associazioni di auto-aiuto e sponsoring	-9'603	-7'000
Formazione e trasferte volontariato	-59'130	-55'554
Sussidi ricerca scientifica	-148'202	-124'085
Prevenzione	-66'502	-154'753
Totale costi delle prestazioni	-1'722'220	-1'704'426

Costi amministrativi	2015	2014
Stipendi, oneri sociali e altri costi del personale	-413'243	-509'408
Affitti e spese accessorie	-98'014	-98'096
Altre spese d'esercizio	-358'556	-225'875
Ammortamento mobili e macchine d'ufficio	-10'660	-21'958
Totale costi amministrativi	-880'473	-855'337
Risultato intermedio 1	18'404	59'327

Risultato finanziario	2015	2014
Ricavi finanziari	82'995	226'815
Costi finanziari	-49'724	-10'758
Totale risultato finanziario	33'270	216'057
Risultato intermedio 2	51'674	275'384

Risultati straordinari	2015	2014
Ricavi diversi	10'141	400
Ricavi da gestione immobili	1'618	3'064
Ricavi straordinari e relativi ad esercizi prec.	-	8'167
Totale risultato straordinario	11'759	11'631
Risultato d'esercizio 1	63'434	287'014

Attribuzioni e impieghi a/di fondi del capitale	2015	2014
Attribuzioni ai fondi	-111'916	-246'556
Impiego dei fondi	104'922	16'247
Totale attribuzioni e impieghi a/di fondi	-6'994	-230'309
Risultato d'esercizio 2	56'439	56'705

La ZEWO e il controllo dei conti

La vostra donazione è in buone mani

La Lega ticinese contro il cancro nasce nel 1936 come ente privato di utilità pubblica, organizzato in forma associativa e finanziata essenzialmente da donazioni private. I contributi a organizzazioni di pubblica utilità sono riconosciuti e deducibili dalle imposte (Liberalità ad enti di pubblica utilità).

A fine gennaio di ogni anno, ai donatori e alle donatrici che ne fanno espressa richiesta, viene inviato un «Attestato di donatore» nel quale sono riassunte le donazioni effettuate l'anno precedente a favore della Lega **ticinese** contro il cancro.

Mentre, invece per ricevere l'attestato delle offerte e donazioni versate alla Lega **svizzera** contro il cancro è necessario rivolgersi direttamente alla Lega «nazionale» a Berna.

Marchio di qualità ZEWO

La Lega contro il cancro merita la vostra fiducia. Essa è sottoposta alle rigide norme del marchio di qualità ZEWO, un'associazione al servizio delle istituzioni di utilità pubblica in tutta la Svizzera. A questo scopo ZEWO vigila affinché le donazioni siano gestite coscientemente. Il marchio di qualità attesta la trasparenza con cui si forniscono informazioni sulle attività svolte, la trasparenza con cui si gestisce la contabilità, l'economicità e la conformità agli scopi dichiarati con cui si utilizzano le donazioni.



Controllo della contabilità

Il rendiconto, il conto economico ed il bilancio annuale sono soggetti ai principi di allestimento dei conti della Swiss GAAP FER 21. Inoltre la nostra contabilità ed i rendiconti annuali sono verificati dalla società fiduciaria PricewaterhouseCoopers SA. I conti di chiusura sono pubblicati. I soci e i sostenitori possono richiederli al segretariato.

Uno sguardo alla Legge tributaria

Le Lega ticinese contro il cancro è stata esonerata dal pagamento delle imposte cantonali sull'utile e sul capitale a norma dell'art. 65, lett. f) della Legge tributaria e dal pagamento delle imposte di successione e di donazione a norma dell'art. 154 cpv. 3 lett. a) della Legge tributaria, in quanto riconosciuta di pubblica utilità. Una donazione fatta alla Lega ticinese contro il cancro può essere dedotta dal reddito imponibile a norma dell'art. 32 cpv. 1, lett. h) della Legge tributaria (ammontare delle deduzioni consentite: almeno CHF 100 per anno fiscale e al massimo 10% dei proventi imponibili).

Per sostenerci: CCP 65-126-6

IBAN CH19 0900 0000 6500 0126 6

Il rapporto dell'ufficio di revisione



Relazione dell'Ufficio di revisione
sulla revisione limitata
all'Assemblea dei soci della
Lega ticinese per la lotta contro il cancro
Bellinzona

In qualità di Ufficio di revisione abbiamo verificato il conto annuale (bilancio, conto d'esercizio, conto dei flussi di mezzi, prospetto delle variazioni del capitale e allegato) della Lega ticinese per la lotta contro il cancro per l'esercizio chiuso al 31 dicembre 2015.

Il Comitato è responsabile dell'allestimento del conto annuale in conformità agli Swiss GAAP FER, mentre il nostro compito consiste nella sua verifica. Confermiamo di adempiere i requisiti legali relativi all'abilitazione professionale e all'indipendenza.

La nostra revisione è stata svolta conformemente allo Standard svizzero sulla revisione limitata, il quale richiede di pianificare e svolgere la revisione in maniera tale che anomalie significative nel conto annuale possano essere identificate. Una revisione limitata consiste essenzialmente nello svolgere interrogazioni e procedure di verifica analitiche come pure, a seconda delle circostanze, adeguate verifiche di dettaglio della documentazione disponibile presso l'azienda sottoposta a revisione. Per contro, la verifica dei processi aziendali e del sistema di controllo interno, come pure interrogazioni e altre procedure miranti all'identificazione di atti illeciti o altre violazioni di disposizioni legali, sono escluse da questa revisione.

Sulla base della nostra revisione non abbiamo rilevato fatti che ci possano fare ritenere che il conto annuale non fornisca un quadro fedele della situazione patrimoniale, finanziaria e reddituale conformemente allo Swiss GAAP FER 21. Inoltre, non abbiamo rilevato fatti che ci possano far ritenere che il conto annuale non sia conforme alle disposizioni legali, all'atto di fondazione e ai regolamenti.

Confermiamo inoltre che le disposizioni della Fondazione Zewo, sottoposte a revisione secondo le disposizioni esecutive concernenti l'art. 12 del regolamento relativo al marchio di qualità Zewo, sono state rispettate.

PricewaterhouseCoopers SA

Roberto Caccia
Perito revisore
Revisore responsabile

Giosia Berri

Lugano, 21 marzo 2016

Allegato:

- Conto annuale (bilancio, conto d'esercizio, conto dei flussi di mezzi, prospetto delle variazioni del capitale e allegato)

PricewaterhouseCoopers SA, via della Posta 7, casella postale, 6901 Lugano
Telefono: +41 58 792 65 00, Fax: +41 58 792 65 10, www.pwc.ch

PricewaterhouseCoopers SA fa parte di una rete internazionale di società giuridicamente autonome e indipendenti tra loro.

Team

Direzione e Amministrazione

Direttrice	Alba Masullo
Resp. contabilità/amministrazione	Loredana Turri
Segretariato	Vasfi Aydin
Comunicazione (20%)	Mara Straccia
Apprendista al 1° anno	Sofija Simic

Segretariato dei servizi ai pazienti

Doris Brugger, Sopraceneri
Patrizia Marziale, Sottoceneri

Consulenza sociale specializzata

Assistenti sociali	Alessandra Luque Pizzetti
	Cristina Steiger , Mendrisio e Valli
	Doris Cippà , Lugano e Valli, Malcantone
	Luca Feller , Locarno e Valli, Vedeggio
	Micaela Bernasocchi , Lugano e Valli
	Mirko Beroggi , Bellinzona e Valli, Biasca e Valli, Moesano

Coordinamento volontariato oncologico

Coordinatrici dei volontari	Carina Urriani , Mendrisio, Lugano, Locarno
	Katia Tunesi , Bellinzona, Biasca
	Volontari attivi 103

Riabilitazione oncologica e prevenzione

Infermiere	Noëlle Bender Rizzuti
	Paola Colombo
	Sabina Minola

Collaborano con noi...

InfoCancro	Cornelia Orelli infermiera specialista in oncologia
Adolescenti e malattia in famiglia	Linda Giudicetti psicologa e psicoterapeuta FSP
Revisione dei conti	PricewaterhouseCoopers SA

Inoltre... diversi docenti per i corsi, per le consulenze individuali, per le supervisioni, tutti professionisti con esperienza e rigorosamente in possesso di diplomi riconosciuti.

Organi direttivi

Presidente **Michela Celio-Kraushaar***

Vicepresidente **Carlo Marazza***

Responsabile finanze **Giorgio Lavizzari***

Membri di comitato
Andrea Bordoni*
Pierluigi Brazzola
Simonetta Caratti
Fabrizio Cieslakiewicz
Vittoria Espeli
Alessandra Franzetti-Pellanda
Michele Ghielmini*
Vanni Manzocchi
Hans Neuenschwander
Raffaele Rosso
Sandro Rusconi
Vito Spataro

*membri di Consiglio direttivo

Bollettino

Resoconto dell'attività e proposte aggiornate della Lega ticinese contro il cancro; è distribuito una volta all'anno all'indirizzo dei soci e dei donatori, assieme all'invito all'assemblea annuale e alla polizza per il rinnovo della tassa sociale.

Recapiti



Lega ticinese contro il cancro

Direzione e sede principale
Piazza Nosetto 3
6500 Bellinzona

Sede del Sottoceneri
Via L. Ariosto 6
6900 Lugano

Antenna per il Locarnese
Via Balestra 17
6600 Locarno

+41 (0)91 820 64 20 *direzione e amministrazione*
+41 (0)91 820 64 40 *consulenza ai pazienti*
+41 (0)91 820 64 60 *fax*

Info@legacancro-ti.ch
www.legacancro-ti.ch

CCP 65-126-6



Redazione A. Masullo
Segretariato V. Aydin
Tiratura 7'000 copie
Grafica Variante SA
Stampa Salvioni arti grafiche