



lega cancro ticino

# Prestazioni di Consulenza e Sostegno

Vogliamo migliorare la qualità di vita  
delle persone toccate dalla malattia  
e dei loro familiari

## Lega cancro Ticino

«un luogo di accoglienza dove trovare persone pronte all'ascolto e a offrire aiuto e consulenza»

Il senso del nostro lavoro quotidiano lo abbiamo voluto racchiudere in una semplice e ambiziosa frase: «Vogliamo ridurre il numero di casi di cancro e migliorare la qualità di vita delle persone toccate dalla malattia e dei loro familiari».

## La nostra missione è...

### **Aiuto qui e ora**

Un conforto, un aiuto finanziario, un accompagnamento amministrativo e un supporto psico-sociale per le persone ammalate di cancro e i loro familiari.

Prevenzione mirata alla diagnosi precoce delle malattie tumorali, sensibilizzazione ad adottare stili di vita più salutari, atti a ridurre il rischio di malattia e/o ricadute.

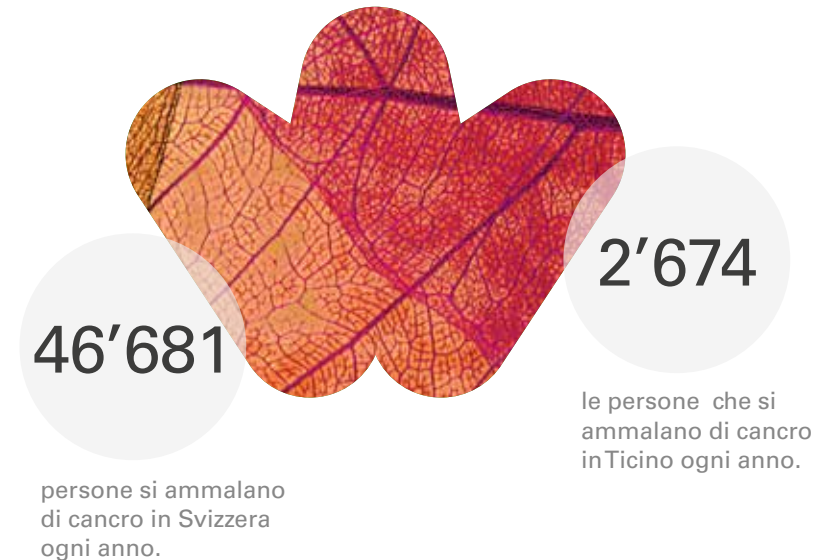
Promozione della ricerca scientifica in ambito oncologico svolta in Ticino oppure legata a ricercatori ticinesi.

Questo opuscolo ha lo scopo di illustrare la panoramica delle offerte e delle prestazioni della Lega cancro Ticino, nelle sue 4 sedi, con i suoi 20 professionisti e i suoi oltre 101 volontari operanti in 5 gruppi regionali.



Scarica l'opuscolo  
in versione digitale

## Qualche cifra\*



Il cancro è una delle malattie più frequenti in Svizzera: colpisce ogni anno circa 46'000 persone, di cui 2'600 in Ticino. È una malattia seria che costringe la persona malata e chi gli sta vicino a confrontarsi con cambiamenti e nuove realtà. Improvvisamente si pongono domande, problemi, sfide, si rompono equilibri, si modificano rapporti e ruoli. Sono situazioni che non si risolvono sempre facilmente e che a volte richiedono l'aiuto e la consulenza di altre persone, di professionisti formati per rispondere a domande, dubbi, paure, e per accompagnare, durante tutto il percorso della cura, sia il paziente che i familiari (coniugi, figli, genitori...), nella vita privata e nel contesto lavorativo.

\*Ufficio federale di statistica, 2021

# Il nostro lavoro a favore dei malati

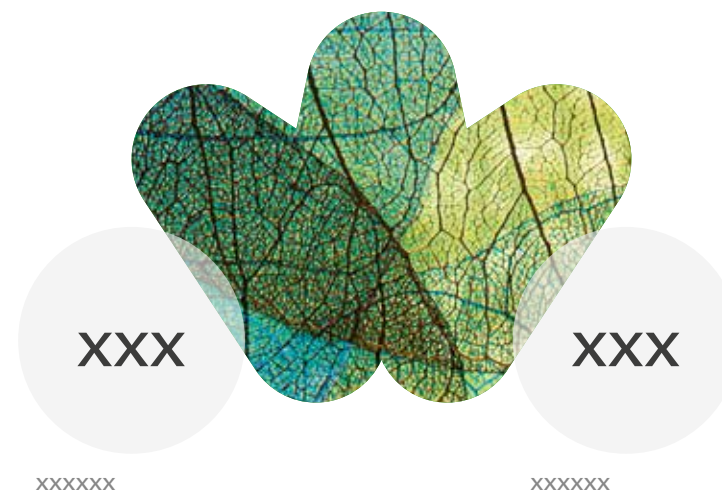
## Consulenza e sostegno

### Assistente sociale

La malattia oncologica è un evento critico nella vita di un individuo che costringe la persona ammalata e chi gli sta vicino a confrontarsi con dei cambiamenti nelle diverse sfere della vita personale, sociale, familiare, professionale.

L'assistente sociale offre ascolto, sostegno e accompagnamento in tutte le fasi della malattia, in collaborazione con i servizi sociosanitari pubblici e privati presenti sul territorio. La consulenza è gratuita e avviene nelle sedi della Lega cancro Ticino, a domicilio del malato o negli istituti di cura. Ogni assistente sociale ha una zona geografica di competenza.

Partendo dai bisogni delle persone e insieme ad esse, l'assistente sociale cerca delle possibili soluzioni che permettano di affrontare la nuova situazione mirando a conservare e migliorare la qualità di vita.



In particolare l'assistente sociale offre quanto di seguito elencato.



Maggiori  
informazioni

- Ascolto e aiuto individuale nella confidenzialità e nel rispetto dell'autonomia.
- Aiuto pratico e concreto nella vita quotidiana (organizzazione di aiuti a domicilio, trasporti, mezzi ausiliari, ...).
- Aiuto finanziario in situazioni di disagio economico legato alla malattia.
- Informazioni su diritti a diverse prestazioni (assicurazione invalidità, AVS, prestazioni complementari, assicurazione malattia, previdenza professionale, indennità giornaliera di malattia, ...) e aiuto per ottenerle.
- Consulenza assicurativa e orientamento in ambito giuridico.
- Sostegno nella ripresa dell'attività lavorativa, compreso i contatti con il datore di lavoro.
- Informazioni sulle altre offerte di sostegno interne alla Lega cancro Ticino o presenti sul territorio e aiuto per attivarle.

## Le applicazioni della psicologia clinica in oncologia

Si stima che una persona su due incontrerà nel proprio percorso di vita una diagnosi di malattia oncologica. La prevalenza elevata di una malattia così complessa e dai molteplici decorsi spinge la comunità dei curanti a prendere sempre più in considerazione l'impatto sulla sfera psicologica della diagnosi e dei trattamenti e a progettare risposte che siano adeguate ed efficaci lungo tutto il percorso di cura e anche oltre, nella fase di sopravvivenza. La psicologia clinica offre interventi che vanno dall'ascolto dei bisogni emergenti, al rinforzo delle risorse della persona e del suo sistema familiare, a interventi di sostegno alla comunicazione e alla condivisione delle esperienze soggettive fino ad arrivare a percorsi psicoterapeutici strutturati che integrino i recenti modelli evidence-based tra cui la psicoterapia Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR). La psicoterapia risulta fondamentale quando l'esperienza di malattia rappresenta l'evento che spinge la persona a risignificare la propria esistenza.



Maggiori  
informazioni



## Infermiera consulente nella riabilitazione oncologica

Le terapie per la cura del cancro sono molto diverse tra loro e alcune possono essere debilitanti; dopo il periodo delle cure possono perdurare degli effetti collaterali che influenzano lo stato fisico e psichico del paziente. Nelle prime settimane che seguono la diagnosi ed in ogni fase del percorso oncologico, l'infermiera consulente nella riabilitazione oncologica, tramite un colloquio approfondito, identifica assieme al paziente stesso gli ambiti soggettivamente importanti da riabilitare.

A seconda delle necessità si attiveranno risorse specifiche (per gli aspetti fisici, psicologici, nutrizionali, sessuali, sociali, etc.) che grazie a una rete di professionisti, permetteranno al paziente di raggiungere gli obiettivi soggettivi prefissati.



Maggiori  
informazioni



## Perle di coraggio

La Lega cancro Ticino ha concretizzato e portato nel Cantone, grazie anche al sostegno finanziario della Fondazione Augusta Valente, un progetto nato e divulgatosi dal Nord Europa. Con le «perle di coraggio» si vuole offrire una sorta di incoraggiamento ai bambini che si sottopongono alle cure oncologiche, regalando di volta in volta le perle corrispondenti al tipo di trattamento (cura, medicamento, gesto tecnico, ...). Ogni bambino, raccogliendo le diverse perle potrà – se lo vorrà – creare la propria collana da Eroe.

## Il bauletto delle bandane colorate

Il gruppo genitori oncologia pediatria della Svizzera Italiana “Insieme con coraggio” in collaborazione con la Lega cancro Ticino e il reparto di pediatria propongono un catalogo di bandane di morbida stoffa naturale, personalizzabili nel colore e nel modello. Il/la piccolo/a paziente che perde i capelli può scegliere ciò che gli piace direttamente dal baule presente in reparto oppure chiedere che venga confezionato quanto desidera e in pochi giorni riceverà il suo prodotto su misura.

## Oncologia pediatrica

Le situazioni di malattia inerenti ai bambini sono sempre toccanti ed emozionalmente molto coinvolgenti. La Lega cancro Ticino ha all'interno del suo team due psicologi psicoterapeuti specialisti in bambini e adolescenti.

Uno è presente nel reparto di oncologia pediatrica dell'Ospedale San Giovanni di Bellinzona una volta a settimana con lo scopo di dare sostegno individuale ai pazienti e ai familiari nel momento della diagnosi e nel percorso della malattia. L'altra psicologa è presente a tempo parziale in sede e svolge la funzione di coordinatrice e persona di riferimento del gruppo di auto-mutuo aiuto e di volontariato denominato «Insieme con coraggio – gruppo genitori oncologia pediatrica della Svizzera italiana». Il gruppo è stato creato per i genitori che hanno, o hanno avuto, un figlio con una malattia tumorale e ha come scopo principale l'auto-mutuo aiuto, ma anche il miglioramento dell'informazione e l'ampliamento delle offerte di sostegno ai genitori che attraversano la difficile e lacerante esperienza di un figlio con una diagnosi oncologica.

In parallelo gli assistenti sociali della Lega cancro Ticino in collaborazione con gli assistenti sociali dell'ospedale, offrono diversi supporti specifici – di tipo pratico, amministrativo ed economico – rivolti alla famiglia del bambino ammalato; sono di sostegno nella riorganizzazione familiare, con attenzione anche ai fratelli e alle sorelle (progetto all together); aiutano ad attivare la rete di servizi sul territorio; favoriscono i contatti con la scuola e se necessario anche il recupero scolastico; offrono consulenza assicurativa (assicurazione invalidità, assicurazione malattia, assicurazione perdita di guadagno dei genitori e problematiche lavorative dei genitori, permessi per stranieri, e altro ancora). Inoltre, possono attivare una consulenza individuale per le problematiche estetiche legate alla perdita dei capelli o altro.



## Il volontario della Lega cancro Ticino: una presenza che conta

La Lega cancro Ticino è sempre grata ai suoi volontari che, con grande generosità, dedicano il loro tempo per dare conforto e aiuto a chi si ammala di tumore. I volontari sono presenti nei seguenti luoghi e contesti.

- Negli ambulatori di oncologia e di radioterapia.
- Al domicilio del paziente.
- Nei reparti di cure palliative (ospedalieri, di cliniche e di case anziani).

### Coordinatrice dei volontari

I nostri volontari vengono selezionati, formati e coordinati da personale professionale; le coordinatrici dei volontari svolgono principalmente i seguenti compiti.

- Reclutare e formare il volontario.
- Tenere i contatti con la rete delle collaborazioni in materia di volontariato.
- Organizzare tutti gli aspetti logistici dei turni negli ambulatori.
- Fare da tramite per attivare i volontari nei più svariati compiti come ad esempio fare compagnia a un paziente, accompagnarlo a fare la spesa, accompagnarlo dal medico, aiutare il paziente e i familiari in altri aspetti pratici.



Maggiori  
informazioni

«Diventando volontario  
non sconfiggi il cancro  
ma la tua presenza  
al fianco dei malati  
è davvero importante.»

S. volontaria

«È un tempo veramente  
speciale, davvero prezioso  
quello che posso passare  
con la mia volontaria.»

M. malato

# Altre forme di sostegno

---

## Consulenza per la redazione delle Direttive anticipate plus - ACP

La persona gravemente malata dovrebbe poter esprimere il suo parere a riguardo dei trattamenti, affinché questi siano rispettosi dei suoi valori e dei suoi desideri. La pianificazione anticipata delle cure (ACP) è uno strumento per il paziente per formulare le proprie aspettative in modo chiaro e comprensibile. Ben informata e istruita sulle possibilità, la persona formula le sue direttive anticipate "plus", una sorta di testamento biologico esteso con il quale può specificare quale obiettivo terapeutico deve essere applicato in diverse situazioni di malattia o complicazioni. Le direttive anticipate si applicano qualora il paziente non fosse più in grado di prendere decisioni. Un professionista della Lega cancro Ticino, appositamente formato, sostiene e accompagna il paziente che intende redigere le proprie direttive anticipate e/o un loro familiare; la consulenza prevede in media 4/5 incontri per ogni persona.

**Gli incontri hanno luogo su appuntamento in una delle sedi della Lega cancro Ticino.**

## 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 online.**

## 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 l'autostima, l'umore e i rapporti con le persone che ci circondano. I consigli individuali, che tengono conto dei bisogni dei malati durante e dopo i trattamenti oncologici, riguardano la scelta e la possibilità d'utilizzo di diversi copricapi (parrucche, foulard, cappelli, altro), il maquillage, la cura del viso, la cura delle unghie, e un'ampia scelta di colori adatti al proprio stile.

**La consulenza estetica individuale è ora offerta anche ai giovani pazienti del reparto di pediatria oncologica (con l'accordo del medico e del personale di reparto ciò è possibile direttamente in camera del paziente).**

## Gruppi di auto-mutuo aiuto per persone in lutto (AMA-TI)

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 e fanno fatica ad adattarsi ad una vita che è cambiata. A queste persone dedichiamo uno spazio di condivisione per elaborare il proprio lutto.

- Insieme per non sentirti solo.
- Insieme per trovare la forza di continuare a vivere.
- Insieme per condividere esperienze simili.

**Gli incontri hanno luogo settimanalmente a Bellinzona, Chiasso, Locarno e Lugano.**

## Incontri di gruppo per malati e/o familiari

### Insieme con coraggio

#### **Sedi Lega cancro Ticino Bellinzona e Lugano**

Gruppo genitori oncologia pediatrica della Svizzera italiana.  
Incontri volti ad accompagnare le famiglie durante e dopo la malattia di un figlio, con incontri in reparto, aiutando ad interagire con l'ambiente ospedaliero nel cantone e fuori cantone informando e sostenendo.

### Prendersi cura di chi cura

#### **Per familiari**

#### **Sedi Lega cancro Ticino di Bellinzona e Lugano**

Incontri per familiari curanti (*caregiver*); con una psico-oncologa (psicologa e psicoterapeuta) e/o un'infermiera counsellor professionale.

### Gruppo Parola Procasi

#### **Per pazienti e familiari**

#### **Incontri in modalità online**

Il tumore alla prostata e le sue terapie hanno spesso delle conseguenze importanti sulla qualità di vita. Proponiamo questi incontri al fine di darvi informazioni, alla presenza di specialisti diversi a seconda del tema.

### Gruppo Parola

#### **Per pazienti**

#### **Sede Lega cancro Ticino Locarno**

Momenti di incontro, di scambio, dedicati ai pazienti.  
A questi appuntamenti è presente un assistente sociale o un counsellor della Lega cancro Ticino che facilita la discussione.



# Incontri a tema aperti a tutti

## Cibo e salute

### **Sede Lega cancro Ticino Lugano e Bellinzona**

Incontri formativi ed informativi dedicati all'apprendimento di una sana alimentazione senza perdere di vista gusti e sapori.

## Medicina integrata

### **Incontri in modalità online**

Per alleviare i sintomi causati dalle terapie oncologiche e migliorare la qualità di vita del paziente durante un percorso di cura oncologica può essere utile integrare alcuni trattamenti complementari, quali l'agopuntura, la medicina antroposofica, l'ipnosi, l'ayurveda, la fitoterapia, e altro ancora.

## Campagne di informazione e prevenzione

### **Tutto l'anno – presso le aziende**

Incontri dedicati alla prevenzione e all'informazione su specifici tipi di cancro, animati da medici, infermieri, fisioterapisti, psicologi, sessuologi, assistenti sociali.



# Corsi e attività di gruppo

## Corsi per pazienti

Per persone toccate da malattia oncologica

**Acquagym** – Locarno, Lugano

**Nordic Walking** – Bellinzona, Sementina, Chiasso

**Yoga** – Locarno, Lugano

**Arte terapia** – Lugano, Mendrisio

**Logoteoria e narrazione** – Bellinzona, Lugano

**Ginnastica terapeutica** – Locarno, Lugano, Mendrisio, online

**Mindfulness** – online

**Passeggiate in gruppo** – Lugano

**Pilates** – Locarno

**Qi Gong** – Bellinzona

**Schema** – Sopraceneri, Sottoceneri

**I corsi sono a pagamento, informazioni sui costi presso il segretariato.  
N.B. I corsi partono con un minimo di 6 iscritti.**



Maggiori  
informazioni

## «Seminario quattro giorni per me»

Atelier di arteterapia, esercizi e momenti di rilassamento guidato, incontri di logoteoria e narrazione. Programma dettagliato e informazioni sui costi presso il segretariato.



Maggiori  
informazioni

## «Due giorni per me»

### Scopriamo la MBM (Mind Body Medicine)

Promozione della salute dedicata alle persone toccate dal cancro. Utilizzo di esercizi fisici e di conduzione dell'energia per avere un corpo più in salute.



Maggiori  
informazioni



## Il vostro sostegno conta

La Lega cancro Ticino offre le sue prestazioni gratuitamente a tutta la popolazione residente. Essa può svolgere la sua attività grazie al sostegno dei suoi soci, alle offerte, alle donazioni della popolazione e ai contributi di organizzazioni private e pubbliche. Potete sostenere il nostro lavoro ed esprimere la vostra solidarietà alle persone colpite dalla malattia in diversi modi.

- Diventando nostro socio.
- Con offerte o donazioni libere.
- Promuovendo manifestazioni e iniziative a nostro favore.
- Prestando una parte del vostro tempo e delle vostre forze per il volontariato.

### I fondi raccolti e maggiormente utilizzati sono i seguenti

- Fondo sussidi e consulenza agli ammalati
- Fondo bambini, adolescenti e cancro
- Fondo ricerca scientifica
- Fondo informazione / prevenzione
- Fondo medicina palliativa / riabilitazione oncologica



Scoprite di più sulle attività, l'impegno e i servizi della Lega cancro Ticino guardando il nostro video

## Chi siamo

### “Ogni giorno, al fianco di chi affronta la malattia”

La Lega cancro Ticino si avvale di un gruppo multidisciplinare di professionisti impegnati nel supporto alle persone colpite dalla malattia oncologica e ai loro familiari. L'organizzazione comprende una direzione amministrativa che coordina le attività, un team di segretariato dedicato alla gestione dei servizi per i pazienti e un gruppo di assistenti sociali che garantisce consulenza e sostegno personalizzato.

L'area psico-oncologica è composta da psicologi e psicoterapeuti specializzati, che offrono supporto sia agli adulti che ai minori, in collaborazione con strutture sanitarie del territorio. Il settore della prevenzione e riabilitazione oncologica include infermieri esperti, pronti ad accompagnare i pazienti nel percorso di recupero e a migliorare la loro qualità di vita.

Un ruolo fondamentale è svolto anche dal nostro servizio di volontariato, coordinato da professionisti che formano e supportano un gruppo di volontari attivi in diversi contesti, dagli ospedali alle visite domiciliari.

Infine, il nostro InfoCancro (WhatsApp lingua italiana +41 31 389 92 42) offre un servizio di consulenza gratuito per informazioni aggiornate e risposte alle domande di pazienti e familiari.

### **Lega cancro Ticino**

Direzione e sede principale  
Piazza Nosetto 3  
6500 Bellinzona

### **Sede del Sottoceneri**

Via L. Ariosto 6  
6900 Lugano

### **Sede di Locarno**

Via Trevani 1  
6600 Locarno

### **Sede di Mendrisio**

Nuova ala sud OBV  
Via A. Turconi 23  
6850 Mendrisio

T 091 820 64 20/40  
F 091 820 64 60  
[www.legacancro-ti.ch](http://www.legacancro-ti.ch)  
[info@legacancro-ti.ch](mailto:info@legacancro-ti.ch)

**CCP 65-126-6**

**IBAN CH19 0900 0000 6500 0126 6**

**TWINT**



Seguici su Facebook, Instagram e YouTube

