



**lega ticinese contro il cancro**

# Prestazioni di Consulenza e Sostegno

# Lega ticinese contro il cancro

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

## **La nostra missione è...**

Aiuto qui e ora, di conforto e/o finanziario, accompagnamento amministrativo e psico-sociale degli ammalati e dei loro familiari.

Prevenzione mirata alla diagnosi precoce delle malattie tumorali, sensibilizzazione ad adottare stili di vita più salutari, atti a ridurre il rischio di 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 ticinese contro il cancro, nelle sue 3 sedi, con i suoi 20 professionisti e i suoi oltre 100 volontari operanti in 5 gruppi regionali.

# Qualche cifra\*

Il cancro è una delle malattie più frequenti in Svizzera: colpisce ogni anno circa 40'000 persone, di cui 2'200 in Ticino. È una malattia seria che costringe il malato 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...); e anche nel contesto lavorativo.

\*Fonte registro dei tumori del Canton Ticino

# 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, accompagnamento e sostegno in tutte le fasi della malattia in collaborazione con i servizi socio sanitari pubblici e privati presenti sul territorio. La consulenza è gratuita e avviene nelle sedi della Lega ticinese contro il cancro, a domicilio del malato o negli istituti di cura.

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.

- 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 contro il cancro o presenti sul territorio e aiuto per attivarle.



## 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, 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, ...) che grazie a una rete di professionisti, permetteranno al paziente di raggiungere gli obiettivi soggettivi prefissati.

## Psicologo specialista in psiconcologia, l'approccio psicoterapeutico

A seguito della diagnosi o della cura di una malattia tumorale, si possono manifestare diverse sensazioni o turbamenti ed emergono bisogni specifici che vanno ascoltati e accolti per fronteggiarne l'impatto traumatico destabilizzante.

Lo psicologo specialista in psiconcologia ascolta, integra e sostiene il peso globale delle emozioni provate dai pazienti e dai loro familiari, aiutandone e favorendone la gestione durante tutto il periodo delle cure e oltre.

Sul piano operativo questo specialista progetta interventi di counseling, di psicoterapia e di riabilitazione comportamentale volti a ripristinare il benessere bio-psico-sociale dell'individuo e della famiglia.



## Perle di coraggio

La Lega ticinese contro il cancro ha concretizzato e portato in Ticino, 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 ogni 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.

## Oncologia pediatrica

Le situazioni di malattia inerenti ai bambini sono sempre toccanti ed emozionalmente molto coinvolgenti.

La Lega ticinese contro il cancro ha all'interno del suo team due psicologhe psicoterapeute specialiste in bambini e adolescenti.

Una è dislocata nel reparto di oncologia pediatrica dell'Ospedale San Giovanni di Bellinzona ed è presente due volte a settimana con lo scopo di dare sostegno individuale ai pazienti e ai familiari.

Una è presente a tempo parziale in sede e svolge la funzione di coordinatrice e persona di riferimento del gruppo di auto 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 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 tumorale.

In parallelo gli assistenti sociali della LTC 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; 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.



# Volontario della Lega contro il cancro: una presenza che conta

La Lega ticinese contro il cancro è sempre grata ai suoi volontari, che dedicano con grande generosità il loro tempo per dare conforto e aiuto a chi si ammala di tumore; 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; la coordinatrice dei volontari svolge principalmente i seguenti compiti.

- Reclutare e formare un 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.



«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

## 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 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 copricapo (parrucche, foulard, cappelli, altro), il maquillage, la cura del viso, la cura delle unghie, e un'ampia scelta di colori 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).**

## Gruppi di accompagnamento 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 a una vita 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 Chiasso, Lugano, Locarno e Bellinzona.**

# Incontri di gruppo per malati e familiari

## La psicologa risponde

### **Sedi LTC di Bellinzona e Lugano**

Uno spazio per porre le vostre domande a una psicologa condividendo le riflessioni in un piccolo gruppo. Le domande possono riguardare gli aspetti psicologici che accompagnano l'esperienza di malattia (l'impatto della diagnosi, la reazione dei familiari, la comunicazione con i figli, convivere con l'incertezza, etc.).

## Prendersi cura di chi cura

### **Sedi LTC di Bellinzona e Lugano**

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

## Incontri dedicati al cancro della prostata

### **Sedi LTC di Bellinzona e Lugano**

Momenti di informazione e condivisione per persone affette da cancro della prostata ma anche per persone che desiderano chiarimenti sul tema.

## Incontriamoci a raccontarci

### **Gruppi di condivisione alla presenza di un professionista**

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

- a Locarno il mercoledì
- a Bellinzona il giovedì



# Incontri a tema per malati e non

## Prevenzione anticancro nel piatto

### **Corso di cucina nella sede LTC di Locarno**

Prevenzione e sostegno alle terapie.

Incontri mensili formativi, pratici e con degustazione, in piccoli gruppi.

## Cibo e salute

### **Sedi LTC di Bellinzona e Lugano**

Incontri mensili formativi e informativi in piccoli gruppi.

## Pausa caffè

### **Sede LTC di Lugano**

Momenti di incontro conviviali, informativi, ricreativi e attivi in presenza di professionisti e specialisti durante il pomeriggio.

## Tea time

### **Centro giovani di Mendrisio**

Momenti di incontro, di sostegno e di condivisione con professionisti e specialisti all'ora del tè.

## 90 minuti con...

### **Sede LTC di Locarno**

Momenti di incontro conviviali, informativi, ricreativi e attivi in presenza di professionisti e specialisti durante il pomeriggio.



# Attività di gruppo per malati

## Corsi per pazienti

**Acquagym** – Locarno, Savosa

**Movimento e Sport** – Tenero

**Nordic Walking** – Giubiasco, Locarno, Mendrisio

**Yoga e rilassamento** – Lugano, Muralto

**Arte terapia** – Bellinzona, Locarno, Lugano

**Logoteoria e narrazione** – Bellinzona, Lugano

**Ginnastica terapeutica** – Bellinzona, Lugano-Trevano, Locarno, Mendrisio

**Mindfulness e/o rilassamento guidato** – Bellinzona, Locarno, Mendrisio

## «Cinque giorni per me» sulle Isole di Brissago

Atelier di arteterapia, esercizi e momenti di rilassamento guidato, incontri di logoteoria e narrazione. L'ultima settimana di agosto .



# Il vostro sostegno conta

La Lega ticinese contro il cancro 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 sussidio ai pazienti.
- Fondo bambini, adolescenti e cancro.
- Fondo ricerca scientifica.

La Lega ticinese contro il cancro è un ente privato d'utilità pubblica e fa parte delle 19 leghe cantonali e regionali raggruppate sotto il mantello della Lega svizzera contro il cancro.

## **Marchio di qualità Zewo**

La Lega contro il cancro merita la vostra fiducia perché ha ottenuto il marchio di qualità ZEWO, un'associazione al servizio delle istituzioni di utilità pubblica in tutta la Svizzera. Ciò significa che ZEWO esegue controlli regolari e scrupolosi per verificare che le donazioni siano gestite coscientemente. Ogni donazione ci è di enorme aiuto e può essere dedotta dalle tasse!



# Assistenti sociali

## ● Veduggio

**Alessandra Luque Pizzetti**

alessandra.luque@legacancro-ti.ch

## ● Lugano e Valli (A-M), Malcantone

**Micaela Bernasocchi**

micaela.bernasocchi@legacancro-ti.ch

## ● Mendrisio e Valli

**Cristina Steiger**

cristina.steiger@legacancro-ti.ch

## ● Lugano e Valli (N-Z)

**Doris Schmid-Cippà**

doris.cippa@legacancro-ti.ch

## ● Bellinzona e Valli, Biasca e Valli

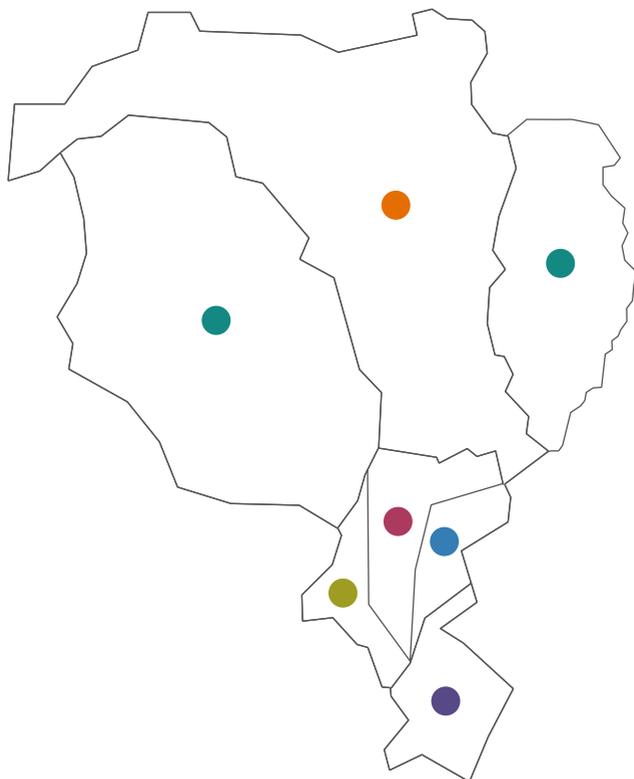
**Mirko Beroggi**

mirko.beroggi@legacancro-ti.ch

## ● Locarno e Valli, Moesano

**Luca Feller**

luca.feller@legacancro-ti.ch



# Team

## Direzione e Amministrazione

Direttrice

Resp. contabilità/amministrazione

Comunicazione

Segretariato

Apprendista IC

**Alba Masullo**

**Loredana Turri**

**Mara Straccia**

**Vasfi Aydin**

**Alexia Borradori**

## Segretariato dei servizi ai pazienti

**Doris Brugger**, Bellinzona

**Patrizia Marziale**, Lugano

**Desirée Lavizzari**, Locarno

## Psicologa psicoterapeuta e psico-oncologa

**Paola Arnaboldi**

in collaborazione con OSC-SPPM

## Coordinamento volontariato oncologico

Coordinatrici dei volontari

**Carina Urriani**, Mendrisio, Lugano, Locarno

**Katia Tunesi**, Bellinzona, Biasca

**110 Volontari attivi** (suddivisi in 5 gruppi regionali)

## Prevenzione e riabilitazione oncologica

Infermiere

**Noëlle Bender Rizzuti**, IOSI

**Paola Colombo**, Clinica Luganese

**Maria Girardi Chiarella**, IOSI

## Oncologia pediatrica

Psicologhe e psicoterapeute

**Linda Giudicetti**, reparto di pediatria OSG

**Alessandra Uccelli Walser**,

coordinamento gruppo genitori

«Insieme con coraggio»

# Recapiti

## **Lega ticinese contro il cancro**

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

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 no. CH19 0900 0000 6500 0126 6**

Visitaci su Facebook



**lega ticinese contro il cancro**

