



LEGA ITALIANA PER LA LOTTA CONTRO I TUMORI

prevenire è vivere

Sezione Provinciale di Trieste Onlus

Prot. _____

Trieste, _30/08/2017_____

Progetto solidale Donna e dintorni WOMEN RUN

LILT Trieste in collaborazione con la Breast Unit di Asuits

PRESERVARE LA SALUTE DELLE DONNE DOPO UN INTERVENTO AL SENO

Relazione conclusiva

E' con vero piacere che esprimo il mio ringraziamento per aver contribuito a concludere un percorso di salute per le donne che hanno affrontato o che stanno affrontando un tumore al seno e le cure che ne conseguono, che spesso minano l'aspetto della donna e causano stress e distress non solo personali ma anche nei rapporti con la famiglia.

Grazie a questo progetto sono stati realizzati un "Corso di cosmeceutica" articolato in 5 incontri e seguito da 14 pazienti oncologiche ed uno di "Pranayama" articolato in 7 incontri e seguito interamente da 8 pazienti.

Nel primo corso le pazienti hanno ricevuto attenzioni e consigli per i loro problemi di cosmetica e cura della pelle, informazioni sulle scelte più appropriate per i prodotti di igiene personale durante e dopo le cure, e istruzioni su come migliorare con il trucco il loro aspetto. Il Corso è stato tenuto dalla Dott.ssa Laura Carolina Scevola, Medico Chirurgo, specialista in Chirurgia e Medicina Estetica e Dorina Forti, truccatrice professionista. Il costo dell'intero Corso è stato di 360.00 Euro.

Il Corso di “pranayama” è dedicato al superamento delle fasi di stress e distress emotivo e ai disturbi del sonno. Le tecniche di respirazione statica e dinamica dello yoga aiutano la mente a rilassarsi per migliorare il tono dell’umore, gestire gli stress emotivi e, migliorando l’ossigenazione del corpo, eliminare meglio le tossine. Insegnante del Corso è stata la Dott.ssa Monica Zorzetto, laureata in Psicologia ed iscritta all’albo degli psicologi. Il costo dell’intero corso è stato di 180.00 Euro.

Il successo dei Corsi, che hanno avuto un alto gradimento da parte delle pazienti, è dovuto anche, oltre alla partecipazione attenta e partecipativa dei Docenti, al contributo delle volontarie della LILT, delle infermiere della SC Oncologia di ASUITS, delle oncologhe e delle psico-oncologhe del Centro Sociale Oncologico e della SC Oncologia di ASUITS, che hanno diffuso l’iniziativa ed arruolato le pazienti.

Con l’auspicio che iniziative quali la “Women Run” prendano sempre più piede e facciano sentire il senso di vicinanza e solidarietà alle donne che stanno compiendo questa corsa per la salute e la vita, ringrazio ancora per il contributo versato alla LILT e porgo i miei più sentiti saluti

La Vice Presidente LILT

Sandra Dudine
