



Le Belle Donne Oristano

INSIEME CONTRO IL TUMORE AL SENO



Progetto Charity Goal Solo Women Run 2024

“Esiste un domani”

Ci sono situazioni fortemente traumatiche che alterano la percezione del tempo e la prospettiva del futuro. La diagnosi di un tumore ne è un chiaro esempio. Nelle donne che ricevono una diagnosi di carcinoma mammario spesso si verifica una riduzione o una perdita della capacità di progettare il futuro. Con questo progetto la nostra Associazione vuole trasmettere a quelle donne un messaggio positivo e incoraggiante: il tumore non è la fine di tutto, anche dopo la diagnosi e il trattamento continua ad **esistere un domani**.

Linea di azione 1: Riabilitazione del pavimento pelvico

Scopo: attenuare gli effetti indesiderati sul pavimento pelvico della menopausa e delle terapie endocrine per il trattamento del carcinoma mammario. Infatti, la terapia endocrina che riduce la quantità di estrogeni presenti nel corpo della paziente, può provocare sintomi simili a quelli della menopausa, tra cui la sindrome genito-urinaria. La riabilitazione del pavimento pelvico può essere utile per mitigare tali effetti.

Attuazione: organizzazione di un corso gratuito di riabilitazione del pavimento pelvico tenuto da una terapeuta specializzata.

Linea di azione 2: Sessuologia

Scopo: aiutare le donne colpite da tumori che causano disturbi della sfera sessuale a ritrovare la propria sessualità e viverla. I trattamenti antitumorali possono determinare, ad esempio, un calo del desiderio oppure sintomi simili a quelli della menopausa (secchezza vaginale). Anche le emozioni negative che possono insorgere durante il percorso di guarigione (paura, disperazione) possono interferire nella vita sessuale della paziente. In questi casi, la consulenza sessuologica può rivelarsi molto utile.

Attuazione: organizzazione di convegni con esperti del settore.

Linea di azione 3: Aumento dell'autostima

Scopo: riuscire ad accrescere l'autostima e amare il proprio corpo dopo l'intervento per carcinoma mammario. Il trattamento del tumore al seno prevede, nella maggior parte dei casi, un intervento che può essere più o meno invasivo in base alle caratteristiche della massa tumorale: da una semplice quadrantectomia alla rimozione totale della mammella (mastectomia). Naturalmente, questo tipo di intervento ha un enorme impatto sull'immagine della donna, che non sempre riesce ad accettarsi. Per questo motivo la nostra Associazione vuole aiutare le donne a sentirsi nuovamente belle, ad ammirare e amare il loro corpo, con le sue cicatrici e asimmetrie.

Attuazione: organizzazione di un laboratorio fotografico.

Il Soggetto Proponente chi siamo, cosa facciamo

L'Associazione “LE BELLE DONNE A.P.S.” con sede in Oristano, Vico Umberto I n.1, è stata costituita nel 2019, ma è nata nel 2012 come gruppo di amiche che si sono ritrovate dopo essersi imbattute nell'esperienza del tumore mammario, con l'intento di aiutarsi ed aiutare altre donne che hanno vissuto la

stessa esperienza, attraverso la condivisione di informazioni, di consigli pratici, di scambio di esperienze ed emozioni, di scambio di notizie utili nell'ambito del K Mammario, ed anche attraverso l'organizzazione di eventi, convegni, dibattiti ed incontri conviviali, tali da creare occasioni di incontro e di coesione sociale per sensibilizzare noi donne ad una attenta e costante cura della propria salute attraverso la prevenzione.

La condivisione è fondamentale per poter ricostruire una capacità di progettazione e “BUTTARE IL CUORE OLTRE L'OSTACOLO”,

Parlare con altre donne che conoscono e vivono la nostra medesima situazione ci fa sentire comprese e sostenute e possono così nascere amicizie veramente profonde. Sulla stessa barca condividiamo tacitamente la nostra esperienza.

L'esperienza di chi ha combattuto la stessa battaglia e magari ha vinto la guerra, dà un input positivo ed incoraggia a proseguire verso un miglioramento della propria qualità di vita.

Dà la forza e la voglia di riprendere in mano la propria vita, di vincere e soprattutto di ritrovare la fiducia nel corpo che ci ha tradite, imparando ad indossare con coraggio la nostra malattia, senza temere di renderla pubblica, senza temere di sentire la colpa di esserci ammalate.

Essere di aiuto alle altre donne condividendo le nostre esperienze, le nostre emozioni e le informazioni, accresce l'autostima ed aumenta il livello di competenza interpersonale. Il nostro fine è quello di portare una testimonianza positiva, di forza e fiducia, perchè DI TUMORE AL SENO SI PUO' GUARIRE; perchè la battaglia si può vincere!

Insieme per affrontare questa nostra esperienza con speranza, positività, con un pò di ironia, leggerezza e perchè no?... anche un pizzico di follia!

L'Associazione Le Belle Donne A.P.S., senza scopo di lucro, persegue finalità civiche, solidaristiche e di utilità sociale mediante lo svolgimento di attività di interesse generale in favore dei propri soci, dei loro familiari e di terzi. Svolge diverse attività tra cui l'auto mutuo aiuto ed attività gratuita di informazione e prevenzione sui problemi attinenti il tumore mammario. Si propone di promuovere ed organizzare conferenze, incontri, attività ricreative e ludiche, dibattiti, lezioni, seminari, percorsi formativi ed eventi pubblici di ogni genere per il pubblico ed in particolare con i soggetti professionali, tecnici ed operativi della struttura sociosanitaria che si occupa delle terapie fisico-psicologiche e del recupero, dell'educazione alla salute e dello stato di benessere delle persone colpite da tumore con particolare attenzione a quelle colpite da carcinoma mammario, mirati al fine di sensibilizzare ed informare l'opinione pubblica sul problema. Promuovere e valorizzare lo sport, l'attività fisica e la sana alimentazione come arma efficace per la prevenzione, cura e riabilitazione dal tumore.