

La Nostra salute



LILT
prevenire è vivere



SEZIONE
PROVINCIALE
DI FIRENZE

LA LEGA ITALIANA PER LA LOTTA CONTRO I TUMORI INFORMA • NUMERO 4/2017

Poste Italiane S.p.A. Spedizione in abbonamento postale D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 n. 46) art. 1, comma 1, DCB Firenze

PER LA LILT SEI TU BABBO NATALE

**Fai una donazione, sostieni
la lotta contro i tumori**



Direttore responsabile

Marco Rosselli Del Turco

Redazione

Elisabetta Bernardini

Segreteria

Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori - Sez. prov. Firenze

Viale D. Giannotti 23 - 50126 Firenze

Telefono: 055 576939, Fax 055 580152

e-mail: info@legatumorifirenze.it - <http://www.legatumorifirenze.it>

Progetto grafico e stampa

Elisabetta Bernardini, Gianni Cammili - Tipografia ABC

Tariffa Associazioni senza fini di lucro:

"Poste Italiane S.p.A. Sped. in abb. post. - D.L. 353/2003

(conv. in L. 27.02.2004 n. 46), art. 1 comma 2° DCB Fi"

Autorizz. del Tribunale di Firenze n° 3127 dell'11.04.1983

Questo numero è stato stampato in 20.000 copie inviate e distribuite a Soci e amici della Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori

Consiglio Direttivo della Lilt Firenze

Alexander Peirano

Presidente

Alessandra Chiarugi

Vice Presidente

Eugenio Paci

Alessandro Piccardi

Elena Toppino

Collegio dei Revisori dei Conti

Antonietta Donato *Presidente*

Alberto Maria Sabatino

Giancarlo Viccaro

come **aiutarci**

Per diventare soci, rinnovare la quota o effettuare donazioni

• **c/c postale numero 12911509**

• **c/c bancario 05000/1000/00075424**

Banca Prossima

IBAN IT95C0335901600100000075424

• **Sede L.I.L.T.** in Viale Giannotti, 23 - tel. 055.576939

Siamo aperti dal martedì al giovedì

con orario 9,00-13.30/14.30-18,00

e il lunedì e il venerdì dalle 9,00 alle 13,30

SOCIO ORDINARIO euro 15

SOCIO SOSTENITORE euro 100

SOCIO BENEMERITO da euro 300

Per avere informazioni sui benefici fiscali della tua donazione
consulta il sito www.legatumorifirenze.it

Grazie a te, possiamo stanziare fondi per:

- Ce.Ri.On. - Centro di Riabilitazione Oncologica Firenze
- Servizio Donna Come Prima
per le donne operate di tumore al seno
- Servizio di Prevenzione ed Educazione alla Salute
- Servizio C.A.M.O. Centro di Aiuto al Malato Oncologico
- Unità di Cure Palliative zona Nord Ovest
Hospice Torregalli (personale)
- Finanziamenti per la ricerca

Vi aiutiamo
a diventare grandi.
Con la prevenzione.





Editoriale

Presidente Alexander Peirano

Cari amici,

desidero iniziare l'ultimo editoriale del 2017 con un grande grazie. A voi tutti. In un momento in cui è sempre più difficile trovare le risorse economiche necessarie per portare avanti il nostro impegno, con un panorama associazionistico molto frastagliato, facciamo il bilancio annuale della LILT Firenze e non possiamo che esservi grati per il sostegno che ci avete dato. Quote sociali, donazioni, proventi del 5x1000, campagne di raccolta fondi: grazie alla vostra generosità siamo riusciti a finanziare i servizi e le attività istituzionali, incrementando la presenza sul territorio. Tutto questo a sostegno dei cittadini, del malato e della sua famiglia, verso cui è diretto il nostro impegno. Quindi grazie per aver contribuito in prima persona alla lotta contro il cancro che portiamo avanti da oltre 90 anni.

Dopo l'ennesimo successo di Corri la Vita del 24 settembre scorso, a fine ottobre abbiamo organizzato un momento di incontro aperto a tutti al Ce.Ri.On - Centro di Riabilitazione Oncologica ISPO LILT, per far toccare con mano come vengono impiegati i fondi donati da Corri la Vita alla LILT per Villa delle Rose. È stato un evento particolarmente partecipato ed emozionante. Bona Frescobaldi mi ha consegnato come Presidente LILT l'assegno di 150.000 euro, contributo 2017, e insieme abbiamo scoperto una targa che ricorda l'impegno costante di Corri la Vita e che è ora nell'atrio dell'istituto.

Oltre a Gianni Amunni, Direttore Generale Ispo che ha fatto gli onori di casa, sono intervenuti Eugenio Giani, Presidente del Consiglio Regionale della Toscana e Giovanna Franchi, Responsabile del Servizio di Psiconcologia della Lega.

Bona Frescobaldi e i membri del Consiglio e del Comitato Organizzatore di Corri la Vita presenti all'evento, hanno manifestato un sen-

tito apprezzamento per

l'assistenza che viene data al Ce.Ri.On. ai pazienti

oncologici, presi in carico a 360 gradi con un modello innovativo che coniuga le risorse del servizio pubblico con quelle del volontariato.

Grazie quindi a Corri la Vita, agli operatori, ai professionisti e alle nostre volontarie, con il pensiero costante ai nostri pazienti.

A fine ottobre la Loggia dei Lanzi in Piazza della Signoria si è illuminata di rosa in occasione della Campagna Nazionale della LILT contro il tumore al seno. Ancora una volta sono stati il Comune di Firenze, nella persona dell'Assessore alla Sanità Sara Funaro e Silfi, la Società di illuminazione della nostra Città, a rendere possibile questa importante opera di sensibilizzazione dei cittadini alla prevenzione. Siamo loro grati del sostegno che non mancano mai di darci e orgogliosi di avere ancora una volta le istituzioni al nostro fianco.

Concludo con un pensiero colmo di gratitudine ai nostri volontari. A chi ci aiuta in sede o nelle Delegazioni, a chi si dedica alla raccolta fondi o alla segreteria, a chi è impegnato nel Servizio Donna come prima o nel Camo, a chi dona la propria professionalità gratuitamente alla LILT. La ricchezza della nostra Associazione è poter contare su tutti loro, sulla loro generosità, sull'impegno costante e soprattutto sul loro attaccamento alla Lega Tumori di cui condividono scopi e ideali. Invito chi volesse entrare a far parte di questa grande famiglia, a scriverci o telefonarci in sede.

A voi e alle vostre famiglie, auguri di Buone Feste



© istockphoto.narivik



rubrica

il medico domanda il medico risponde

a cura di Grazia Grazzini,
Dir. Medico S.C. Screening, Istituto per lo Studio e la Prevenzione Oncologica

Informarsi attraverso la rete per decidere Il progetto nazionale “Donna Informata” sullo screening mammografico



© istockphoto.monkeybusinessimages

Cari lettori, in questo numero parleremo di screening mammografico e di come le donne possono usare strumenti informativi via web per scegliere in modo consapevole se aderire o meno allo screening. Questo è il tema di uno studio finanziato dall'Associazione Italiana per la Ricerca sul Cancro (Airc) e promosso dall'IRCSS Mario Negri di Milano, che sarà condotto a Torino, Firenze e Palermo e che vede il coinvolgimento anche della nostra Sezione LILT di Firenze.

Ce ne parlerà la **Dr.ssa Paola Mantellini**, Responsabile FF della S.C. Screening e Prevenzione Secondaria dell'Istituto per lo Studio e la Prevenzione Oncologica, che coordina il braccio fiorentino dello studio.

Cara Paola, quando è partito questo studio e che cosa si propone?

Lo studio è partito a metà settembre 2017. Si tratta di un progetto a cui partecipano più centri di ricerca. Come hai già detto tu, è coordinato dall'IRCCS Istituto Mario Negri di Milano con la collaborazione del Gruppo Italiano dello Screening Mammografico (GISMa), della Sezione di Firenze della Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori e dell'editore scientifico Zadig. L'obiettivo dello studio è quello valutare il ruolo che la scelta informata delle donne ha

nel decidere se partecipare o meno allo screening mammografico. Come è noto, lo screening mammografico è un Livello Essenziale di Assistenza, la cui organizzazione è in carico ai servizi sanitari regionali, rivolto alle donne residenti di età compresa tra i 50 e i 69 anni. In alcune regioni italiane tra cui la Toscana, lo screening è stato esteso alle donne dai 45 ai 74 anni.

A Firenze, in base ai dati dell'anno 2016, lo screening mammografico è offerto ogni due anni al 95% delle donne aventi diritto. Il 72% delle utenti invitate a fare una mammografia aderisce all'invito. Il sistema sanitario ha l'obbligo di prendere in carico le donne per tutto il percorso di screening: dalla selezione della popolazione avente diritto fino all'invio al trattamento nei casi in cui ciò si rende necessario. Nell'ambito di questo percorso il sistema sanitario deve anche poter garantire alla donna una informazione bilanciata sui benefici e sui danni che questo intervento può comportare.

Ma questa informazione viene fatta sul serio dai programmi di screening?

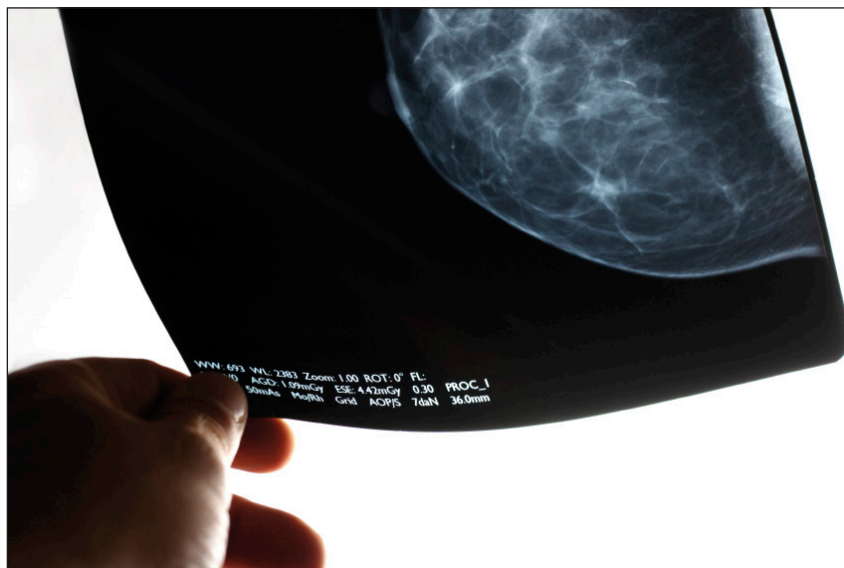
In realtà, i dati a nostra disposizione dalla letteratura scientifica e l'esperienza sul campo evidenziano la scarsa informazione da parte delle donne che, ad esempio, non sempre hanno una consapevolezza

sulla differenza tra diagnosi precoce e prevenzione. In aggiunta a questo, spesso i materiali informativi forniti alle donne tendono ad evidenziare maggiormente i benefici e si soffermano invece poco sugli svantaggi.

Non si tratta di un compito facile, anche perché sullo screening mammografico sono state avanzate incertezze sulla sua validità...

Effettivamente, il compito del sistema sanitario nel garantire un'informazione realmente adeguata è reso ancora più complesso dalle recenti controversie scientifiche relative all'incertezza delle stime dei potenziali danni.

Un esempio per tutti può essere il fenomeno della "sovra-diagnosi". Infatti a volte succede che la mammografia evidenzia tumori maligni molto piccoli, a lenta crescita (circa 10 su 100 tumori trovati) che se non fossero stati diagnosticati non avrebbero causato problemi per la salute della donna. Il fenomeno della "sovra-diagnosi" è purtroppo inevitabile



© istockphoto.photovideostock

uno strumento di supporto alla decisione (Decision Aid) con l'obiettivo di aiutare la donna nella scelta se aderire o meno allo screening mammografico, permettendole di conoscere informazioni dettagliate sui benefici e i danni di questo intervento da un lato e di tenere conto, nella scelta, dei propri valori e delle proprie attitudini, dall'altro. In sostanza l'obiettivo è quello di valutare se e come lo strumento permetta di effettuare una scelta

vito allo screening mammografico per la prima volta.

Le donne ricevono una lettera di partecipazione allo studio che le invita a collegarsi alla piattaforma internet accedendo con un codice personale contenuto nella lettera. Se accettano di partecipare allo studio vengono "randomizzate", cioè divise casualmente in due gruppi: un gruppo potrà accedere allo strumento di Decision Aid (aiuto decisionale ndr), mentre l'altro avrà accesso ad una brochure che contiene le informazioni standard attualmente offerte dai tre programmi di screening.

“valutare il ruolo che la scelta informata delle donne ha nel decidere se partecipare o meno allo screening mammografico”

Come è stato pensato questo strumento?

Lo strumento informativo è stato costruito sulla base di alcune tappe. Per primo sono stati condotti dei focus group, cioè dei gruppi di discussione con le donne che hanno permesso di approfondire le aspettative e le informazioni che le donne stesse vogliono ricevere. Si è poi fatto una revisione della letteratura scientifica e di tutti gli strumenti decisionali già disponibili sullo screening mammografico, con particolare attenzione sul modo di comunicare le controversie e le incertezze esistenti sul tema. Il risultato è quello di uno strumento di "Decision Aid" che contiene informazioni multilivello

poiché non esistono al momento tecniche che permettano di distinguere questi tumori da quelli maggiormente aggressivi.

Poter spiegare le ragioni dei molteplici punti di vista non è affatto semplice perché gran parte delle controversie sono legate alle differenti metodologie impiegate negli studi dai vari scienziati, per misurare appunto la sovra-diagnosi.

È da questo che prende spunto lo studio che si propone di costruire

informata e consapevole rispetto alla partecipazione allo screening mammografico.

Come si svolge lo studio?

Si prevede il coinvolgimento dei programmi di screening di Firenze, Palermo e Torino.

Nell'area fiorentina lo studio è coordinato da ISPO ed è rivolto a donne residenti nel territorio della ex Azienda USL 10 Firenze che sono in attesa di ricevere l'in-



il medico domanda il medico risponde

sui benefici, sui rischi e sulle controversie scientifiche che riguardano lo screening mammografico. È uno strumento molto flessibile e lascia libera la donna di interrompere la sua navigazione in un qualsiasi momento quando cioè ritiene di saperne abbastanza per poter prendere una decisione. Alle donne di entrambi i gruppi verrà chiesto di rispondere a delle domande che misurano le dimensioni di una scelta informata cioè la conoscenza, l'attitudine e l'intenzione se sottoporsi o meno allo screening.

Quante sono le donne coinvolte nello studio?

In tutti i centri, lo studio prevede che vengano contattate nell'arco di un anno circa 8.000 donne. Per quanto riguarda Firenze, ISPO sta già spedendo l'invito allo studio a circa 3.000 donne (tra i 50 ed i 52 anni), immaginando una partecipazione del 10%. In tutti i centri complessivamente si prevede di arruolare circa 800 donne. Il termine dell'arruolamento è previsto per Maggio 2018. L'analisi dei dati sarà invece disponibile tra la fine di quell'anno e l'inizio del 2019. Se lo strumento di Decision Aid si dimostrasse efficace nel supporto alla decisione, potrebbe diventare in futuro uno strumento di utilizzo corrente da

parte dei programmi di screening mammografico italiani.

Grazie Paola, veramente interessante! Chi vuole avere ulteriori informazioni può scrivere a info@legatumorifirenze.it Arrivederci al prossimo numero!



Dott.ssa Paola Mantellini

In sintesi

Studio "Donna Informata"

Da chi è promosso

Coordinato a livello nazionale dall'Istituto Mario Negri di Milano (dott.ssa Paola Mosconi), a Firenze è organizzato da ISPO (dott.ssa Paola Mantellini) e dalla LILT Firenze (dott. Eugenio Paci), che hanno collaborato alla realizzazione dello strumento informativo e decisionale online insieme ai rappresentanti del Gruppo Italiano dello Screening Mammografico, dell'agenzia di editoria scientifica Zadig e dai coordinatori dei centri di screening mammografico.

Da chi è finanziato

Associazione Italiana Ricerca Cancro.

A chi è rivolto

Donne invitate allo screening mammografico.

Cosa si propone

Valutare la validità di un innovativo modo di fare informazione. Lo studio vuole dare indicazioni sulle scelte decisionali delle donne per quanto riguarda lo screening mammografico, nonché la soddisfazione

per avere avuto l'opportunità di avere una maggiore informazione rispetto a quella usuale.

Quali sono le modalità di attuazione

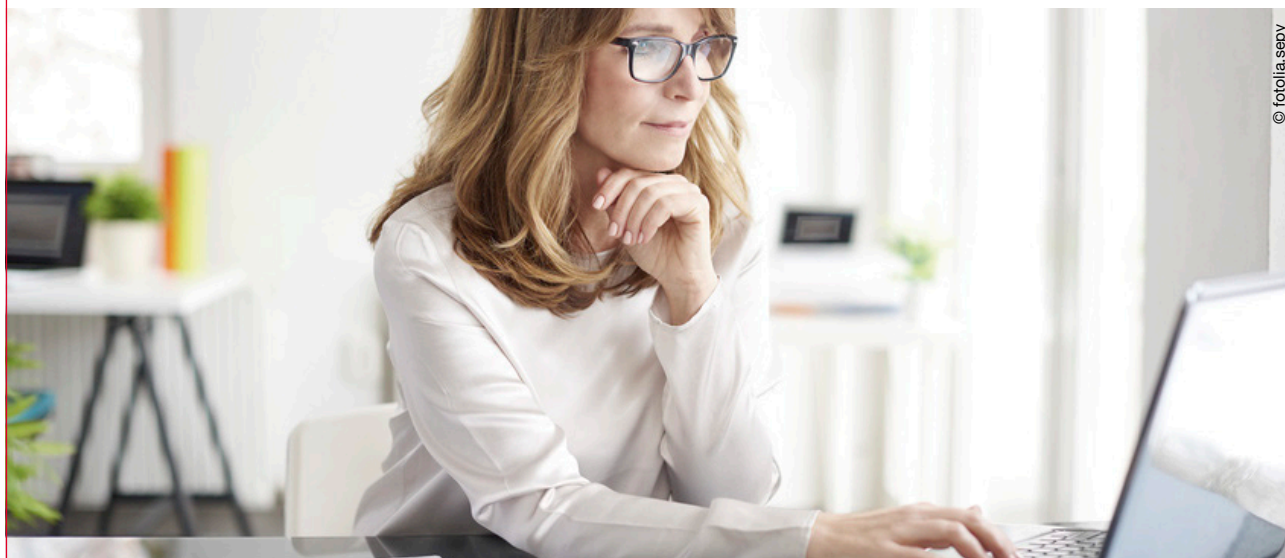
A 10.000 donne di Torino, Firenze e Palermo, nella fascia di età tra i 45 e i 53 anni, invitate per la prima volta a fare una mammografia all'interno del programma organizzato di screening, viene chiesto di partecipare allo studio accedendo ad un sito online dedicato, in cui vengono presentate informazioni dettagliate sullo screening mammografico, sui potenziali benefici e i danni, nonché sulle incertezze e le controversie ancora oggi presenti tra i ricercatori.

Qual è il ruolo della LILT

La LILT di Firenze dedica molta della sua attività alla comunicazione e informazione sulla prevenzione primaria e sulla diagnosi precoce del cancro. Partecipando a questo studio vuole contribuire con la sua esperienza e competenza a migliorare, grazie alla ricerca, la possibilità per le donne di fare scelte consapevoli e informate.

Quando si concluderà

Lo studio verrà concluso entro il 2018.



© fotolia.sepy



Largo ai dolci tradizionali regionali

Per una volta vi parlerò di dolci per il piacere di parlarne e non per mettervi in guardia da questo o da quello. I dolci nel passato erano addolciti solo con la frutta o al massimo col miele ed erano riservati solo ad occasioni speciali. In Europa il primo zuccherificio risale all'inizio del 1800: da allora il consumo dello zucchero è aumentato e il consumo di dolci, che troviamo già pronti per il consumo, è diventato molto più frequente che nel passato. Prima che la biodiversità dei dolci regionali venga appiattita dal panettone e dal pandoro low cost, che invadono per mesi e mesi i supermercati di tutta Italia, ecco una piccola selezione di alcuni dolci natalizi del nostro Paese: non riporto le ricette, ma solo qualche aneddoto ed un accenno agli ingredienti. Principalmente i dolci natalizi sono di tre tipi: quelli lievitati a pasta soffice, quelli fritti e quelli a base di frutta secca. Cosa li accomuna? La bontà, le spezie, il miele e le calorie.

Buccellato (Sicilia)

Dal latino buccellatum, è un pane da trasformare in buccelli, ossia in bocconi. Ne esistono diverse varianti, che hanno in comune una pasta frolla arrotolata, farcita con mandorle, fichi, zuccata (la zucca candita) e frutta candita.

Buccellato (Toscana)

È un dolce lievitato, non natalizio e molto più semplice del buccellato siciliano.

Caragnoli (Molise)

Pasta fritta, modellata a forma di elica arrotolandola su un ba-

stoncino e cosparsa di miele.

Cartellate o Carteddate (Puglia, Calabria, Basilicata)

Impegnano tutte le donne di casa in un lavoro di squadra: c'è chi tira la sfoglia, chi taglia le strisce con la rotella, chi le arrotola a forma di corolla, chi le frigge. La preparazione è laboriosa, ma il risultato è eccellente.

Chinuliddhre (Puglia)

Dolci salentini, simili a crosticine a forma di piccoli vassoi o di mezzelune, ripieni (chinu) di marmellata di mele cotogne. Messe in vassoi di terracotta, venivano scambiate tra parenti come segno di unione familiare durante le feste natalizie.

Cicerchiate (Marche)

Palline di pasta dolce, fritte nello strutto e unite da una colata di miele.

Cubaita (Sicilia)

Un croccante da sgranocchiare mentre si gioca a carte o a tombola durante le serate di festa. La si trova in tutta la Sicilia, preparata con la giugghiulena o giuggiulena (semi di sesamo) o con le mandorle e, in provincia di Ragusa, con il miele dei Monti Iblei.

Gubana (Friuli Venezia Giulia)

Forse di origine Slovena (guba significa piega) è una sfoglia o una pasta lievitata, ripiena di uva, mandorle, pinoli, noci, datteri, vaniglia, cannella, grappa e miele, arrotolata come un salame e poi disposta a forma di chiocciola.

Nadalin (Verona)

Ai bambini che giravano cantan-

do per le strade di Verona durante le feste di Natale, veniva offerto il Nadalin, un dolce basso a forma di stella. La sua origine è legata ai Della Scala, che nel 1260 diedero l'incarico al pasticcere di corte di inventare un dolce, simbolo della grandezza di Verona.

Pandoro (Verona)

Nato dall'esclamazione di un garzone alla vista di questo pane color oro, questo alto dolce a forma di stella, morbidissimo e ricoperto di zucchero a velo, è per eccellenza il rivale del panettone. Forse deriva dal Nadalin o dal Pane di Vienna. La sua nascita ufficiale risale al 14 ottobre 1884, giorno in cui il pasticcere veronese Domenico Melegatti chiese il brevetto per la ricetta.

Pangiallo Romano (Lazio)

Forma a cupola, colorato di giallo, a base di frutta secca: è una presenza irrinunciabile sulle tavole natalizie laziali. La superficie esterna è coperta con acqua di zafferano che gli dona il colore.

Panettone (Milano)

Nato forse per caso, in origine si chiamava il pan del Toni, cioè del garzone di bottega che preparò il dolce con quanto trovato in dispensa – farina, uova, burro, scor-





za di cedro e uvetta - salvando la faccia al cuoco che aveva bruciato il dolce previsto per una cena di gala. Oggi, insieme al suo rivale pandoro, viene prodotto su larga scala ed è disponibile in tutto il paese per molti mesi all'anno.

Panforte di Siena IGP (Siena)

Storicamente derivato dal panpepato, nell'anno mille era preparato dagli speziali: oltre ad arancia, cedro e melone canditi e alle mandorle, gli speziali aggiungevano il pepe, spezia pregiata e rara. Grazie al panforte i soldati senesi vinsero la battaglia di Montaperti contro la città di Firenze!

Parrozzo (Pescara)

Il dolce più caratteristico dell'Abruzzo è nato negli anni venti del 1900 per iniziativa del pescarese Luigi D'Amico, che s'ispirò all'antico pane delle mense contadine, a cupola, con crosta scura, cotto nel forno a legna e fatto con la farina di mais, poco pregiata. D'Annunzio fu il padrino di questo dolce, chiamato parrozzo, cioè pane rozzo.

Passulate (Calabria)

Secondo i dati storici, questi biscotti ricchi di uvetta, mandorle e cannella erano presenti già nel 1700 nella zona di Crotone e venivano consumati in occasione del Natale.

Pitta 'mpigliata o pitta 'nchiusa (Calabria - Sila Calabrese)

Un dolce tipico calabrese, il cui nome deriva dall'ebraico e dall'arabo pita, che significa schiacciata. Ne esistono numerose varianti, a seconda della frutta secca e del tipo di miele usati, dall'uso del cognac o del vermouth nell'impasto: in ogni caso il dolce ha la classica forma di pitta, ossia come una pizza piatta e rotonda.

Ricciarelli di Siena IGP (Siena)

Pare che Ricciardetto della Gherardesca (da cui il nome Ricciarelo) rientrando dalle Crociate, introdusse l'uso di dolcetti arabi che ricordavano la forma arricchita delle babbucce dei Sultani. Gli ingredienti, riportati anche nell'Artusi, sono quelli ancora in uso oggi: zucchero bianco fine, mandorle dolci e amare, chiare d'uovo, odore di buccia d'arancio.

Roccocò (Napoli)

Ciambelline secche nate nel 1320 per opera delle monache del Real Convento della Maddalena: sono ancor oggi il dolce che chiude il pranzo delle famiglie napoletane l'8 dicembre (giorno dell'Immacolata Concezione) e che le accompagna per tutto il periodo delle feste natalizie. Un impasto semplice a base di farina, zucchero e mandorle tritate, arricchito di buccia d'arancia e spezie pestate.

Sassanelli (Puglia)

Si preparano dai primi di novembre (commemorazione dei defunti) fino a tutto il periodo natalizio e sono dolci ricchi di profumi e di aromi. Assomigliano ai sassi, ma hanno un gusto inconfondibile ed una irresistibile nota speziata. Tra gli ingredienti il vincotto, fatto col mosto d'uva, oggi spesso sostituito da uno sciroppo di fichi.

Struffoli (Campania)

Portati a Napoli dai Greci, il loro nome deriva dal greco strongoulos, arrotondato. Il vero struffolo dev'essere piccolo, perché così aumenta la superficie di pasta fritta che entra in contatto col miele. Decorati con i diavolilli (zuccherini colorati), ricordano la cicerchiata marchigiana.

Subiachini (Lazio)

Biscotti semplici, ma preziosi,

fatti con gli appositi stampini in legno e dolcificati solo con il miele. Oggi arricchiti da una glassa in superficie, ma sempre riservati a momenti importanti, come il Natale.

Torrone (Cremona, Sicilia)

Originario della Cina o tramandato dai Romani? Parente della cubbaita Siciliana, o derivato dallo spagnolo turrón, cioè abbrustolito? Notizie e leggende si intersecano, ma pare certo che nel 1441 fu servito a Cremona, al banchetto nuziale di Bianca Maria Visconti e di Francesco Sforza, sotto forma di torrazzo, la torre campanaria del Duomo, da cui avrebbe preso il nome. Miele, mandorle e chiare d'uovo sono gli ingredienti principali, ma le varianti oggi sono quasi infinite.

Turdilli (Calabria)

Il dolce natalizio calabrese più antico, fatto di ingredienti poveri come la farina, il vino e il miele, fritto in abbondante olio. In ogni famiglia se ne tramanda la ricetta di generazione in generazione.

Vov (Veneto)

Questo ricco liquore è nato da un'idea del pasticciere di Padova Pezziol per la necessità di usare i tuorli delle uova non utilizzate nella preparazione dei torroni.

Zelten (Trentino Alto Adige)

Una pasta del pane amalgamata con tantissima frutta secca, ci ricorda quanto fossero saggi gli antichi: la parola tedesca selten significa raramente ... e chi ha orecchie da intendere, intenda!

Auguri a tutti.

Per saperne di più: www.taccuinistorici.it, *L'Italia dei dolci - Slow Food Editore*, www.turismo.it, www.struffoli.it, www.gentedelfud.it, www.wikipedia.it



CORRI LA VITA

Un nuovo successo
con oltre 30.100 partecipanti!



Corri la Vita arriva al quindicesimo traguardo e si conferma un evento imperdibile per gli oltre **30.100 iscritti** che sono arrivati in **piazza Vittorio Veneto** da ogni parte di Firenze, della Toscana ma anche d'Italia, per prendere parte a questa importante manifestazione per la **lotta al tumore al seno**, che quest'anno ha raccolto più di **500.000 euro**.

Lo starter **Niccolò Campriani**, insieme a **Bona Frescobaldi**, presidente della Associazione Corri la Vita Onlus e a **Stefano Pioli** allenatore della ACF Fiorentina, ha dato il via ad una folla festosa, con indosso la **maglietta ufficiale di colore blu navy**, realizzata da **Salvatore Ferragamo**, che ha scelto tra la corsa non competitiva di 11 Km o la passeggiata di 5,5 Km. I percorsi sono stati resi possibili dai **volontari di LILT e Firenze Marathon**. Molte le soste per le mete culturali inedite con visite guidate gratuite a cura di **Associazione Città Nascosta**.

In piazza Vittorio Veneto, in attesa delle premiazioni, la madrina **Mara Venier**, affiancata dalla speaker di Lady Radio/RDF **Eva Edili** e dalla interprete dell'ENS Ente Nazionale Sordi, ha presentato gli ospiti **Ilaria Mauro**, **Susanna Cicali**, **Luca Calvani**, **Renato Raimo**, e le esibizioni di **Street Clerks con Lorenzo Baglioni**, **Large Street Band**, **Bandierai degli Uffizi**, **Fanfara dei Carabinieri**.

Numerosi gli interventi sul palco, tra cui **Alexander Peirano**, Presidente LILT Firenze e molte personalità cittadine da sempre vicine a Corri la Vita, come il Presidente del Consiglio regionale della Toscana **Eugenio Giani**, l'Assessore al diritto alla salute, al welfare e all'integrazione socio-sanitaria della Regione Toscana **Stefania Saccardi**, gli Assessori allo Sport e al Welfare e Sanità del Comune di Firenze, **Andrea Vannucci** e **Sara Funaro**.

I fondi raccolti saranno destinati al sostegno di iniziative e progetti specializzati nella prevenzione, nella cura, nell'assistenza e nella riabilitazione psico-fisica di donne malate di tumore al seno, tra cui il **Ce.Ri.On. Centro Riabilitazione Oncologica Ispo Lilt di Villa delle Rose** che Corri la Vita sostiene attraverso la LILT Firenze fin dalla sua nascita.

Vi diamo appuntamento a Domenica 30 settembre 2018!



Formare per crescere insieme

L'open day con Corri la Vita al CeRiOn visto dalle nostre tirocinanti di psicologia

Venerdì 27 ottobre 2017 il **Centro di Riabilitazione Oncologica ISPO-LILT** di Villa delle Rose si è aperto all'associazione **Corri La Vita** e a tutte le persone che volevano visitarlo e conoscerne i servizi. È stata una mattinata emozionante e coinvolgente, con tutti gli operatori pronti a mostrare le attività che costellano il percorso di riabilitazione e con tante pazienti presenti per portare la loro testimonianza.

Sono intervenuti **Bona Frescobaldi**, Presidente dell'Associazione Corri La Vita, da sempre vicina al CeRiOn con passione e determinazione, **Gian-ni Amunni**, Direttore Generale ISPO, che ha fatto gli onori di casa, **Alexander Peirano**, Presidente della LILT Firenze ed **Eugenio Giani**, Presidente del Consiglio regionale della Toscana. Come Responsabile del servizio di Psico-Oncologia della LILT, ho poi avuto l'opportunità di ringraziare tutti i collaboratori che insieme a me operano a Villa delle Rose. In questa cornice, Corri la Vita, il progetto nato per sostenere le strutture sanitarie del territorio fiorentino specializzate nell'assistenza al paziente oncologico, ha consegnato alla LILT Firenze l'assegno di **150.000 euro**, donazione derivante dalla raccolta fondi della quindicesima edizione dell'evento che si è svolto il 24 settembre scorso.

Da sempre **il contributo di Corri la Vita è il sostegno fondamentale per le attività del Ce.Ri.On coordinate dal Servizio Donna come prima della LILT**. Il sostegno psicologico alla persona e ai familiari, la terapia di gruppo, la consulenza nutrizionale, tutte le attività di riabilitazione collettiva e parte di quelle individuali, sono rese possibili dall'importante donazione che annualmente il Consiglio Direttivo di Corri la Vita decide di erogare alla Lega Tumori.

Il giorno dell'Open Day avevamo al nostro fianco anche due giovani ragazze, **Erika e Matilde**, che stanno svolgendo a Villa delle Rose il loro tirocinio. Il **tirocinio post lauream** è un periodo di esperienza professionale guidata per i neo laureati in psicologia. È un momento cruciale nella formazione dei nuovi psicologi perché è il loro primo affacciarsi dalla dimensione teorica alla pratica di una professione impegnativa e coinvolgente.

Fin dall'apertura del Ce.Ri.On. abbiamo pensato che il Centro poteva e doveva avere tra i suoi obiettivi quello di essere uno spazio di accoglienza

e di formazione per i giovani che si apprestavano a diventare psicologi. E **dal 2005 ad oggi più di cinquanta neo laureati si sono avvicinati nelle nostre stanze**, portandoci la loro competenza, la loro freschezza e il loro entusiasmo.

Abbiamo chiesto ad Erika e Matilde, partendo dal racconto di questa bella giornata, di dar voce anche a tutti i ragazzi che le hanno precedute con una riflessione sulla loro esperienza a Villa delle Rose.



La targa nell'atrio di Villa delle Rose

che a tutti i ragazzi che le hanno precedute con una riflessione sulla loro esperienza a Villa delle Rose.

Il racconto di Erika Khiari e Matilde Ragghianti

L'Open Day del 27 ottobre a Villa delle Rose è stato per noi una bellissima giornata di festa.

Il nostro tirocinio formativo post-laurea al Ce.Ri.On. è iniziato da pochi mesi ma già ci sentiamo parte di questa grande squadra, e possiamo dirci orgogliose di affiancare ogni giorno i professionisti che operano al Centro e si impegnano per garantire alle pazienti una migliore qualità di vita ed offrire un percorso multidisciplinare e personalizzato che va dall'assistenza psico-oncologica, alla riabilitazione motoria, alle consulenze nutrizionali e molto altro ancora.



Le foto sono di Matteo Brogi

Bona Frescobaldi consegna ad Alexander Peirano il contributo di Corri la Vita 2017

Quando abbiamo iniziato il nostro tirocinio al Ce.Ri.On., mai ci saremmo aspettate di diventare parte di una realtà unica nel suo genere, che offre alle pazienti la possibilità non solo di elaborare la malattia e di integrarla nel proprio vissuto, ma anche di mettersi in gioco attraverso varie attività come il teatro, l'arte e la musica, la lettura condivisa e la scrittura creativa, scoprendo nuovi aspetti di sé e del loro modo di relazionarsi con ciò che le circonda. È proprio partecipando attivamente ai gruppi insieme alle pazienti, che ci siamo rese conto di come per molte di loro la malattia, che senza dubbio le ha segnate in maniera indelebile, rappresenti anche una risorsa che ha permesso loro di rivalutare la propria esistenza e di inserirsi in una solida rete di sostegno.

Grazie al percorso psico-oncologico, piano piano il tumore si sposta sullo sfondo, per lasciare spazio alla persona: i gruppi di terapia diventano spesso terreno fertile per la nascita di rapporti d'amicizia che vanno oltre l'esperienza di malattia che lega queste donne. Nessun libro universitario ci racconta quante sfaccettature dell'essere umano possano emergere da un'esperienza così totalizzante come quella del tumore. Eppure, qui dentro, è come se il tumore perdesse la propria arroganza, la propria prevaricazione, e le persone riuscissero a riven-

dicare con forza il proprio Io: *Io esisto ancora e sono qui, in ogni mio aspetto, a prescindere dalla malattia, che fa parte di me ma non mi definisce.* E questo forse è l'aspetto essenziale del processo riabilitativo che prende forma qui al Ce.Ri.On., che prevede una presa in carico del paziente non solo dal punto di vista fisico, ma anche psicologico, attraverso un approccio globale alla persona accogliendone disagi e preoccupazioni ma anche ponendo attenzione a sogni e bisogni del paziente oncologico, perché possa tornare a guardare con fiducia al futuro. Come tirocinanti fin dal primo giorno siamo state accolte come se fossimo sempre state qui. Questo è uno dei punti di forza di questo posto: lavoriamo insieme, nessuno è fuori luogo, l'obiettivo comune è il benessere della persona, e ciascuno di noi può portare il proprio contributo. Per questo siamo continuamente stimulate ad esprimere la nostra opinione e a partecipare con entusiasmo ad ogni attività che si svolge dentro il centro. In quest'ottica, niente è un compito da sbrigare, ma tutto diventa un'opportunità per imparare qualcosa di nuovo.

Quello che facciamo ogni giorno non è un'osservazione distaccata della sofferenza delle pazienti. Al contrario, siamo immerse nelle loro storie e tocchiamo con mano le loro difficoltà, così come le loro

conquiste. Siamo sollevate dagli esiti positivi dei loro esami e ci preoccupiamo se qualcuna manca per troppe settimane dal Centro. Costruiamo i nostri rapporti già a partire da una semplice telefonata, che spesso diventa occasione di sfogo per chi ci contatta, e di arricchimento per noi. Nel corso degli incontri che seguiamo, ci avviciniamo in punta di piedi a ciascuna di queste donne, cercando di non fare rumore, di essere una presenza sicura ma discreta, mai invadente. Allo stesso tempo, facciamo anche noi un percorso insieme a loro, ci mettiamo in gioco e scopriamo aspetti di noi taciuti, ignorati o sconosciuti. Spesso è una scoperta positiva, altre volte può destabilizzare. La cosa bella è che qui ci sentiamo libere anche di farci destabilizzare, perché sappiamo che nelle psicologhe e nei conduttori dei gruppi possiamo trovare in qualsiasi momento un porto sicuro a cui tornare, per raccontare cosa succede anche dentro di noi, che siamo al contempo osservatrici e partecipanti di questa realtà così intensa, per cui ogni descrizione a parole sarà sempre e comunque riduttiva. E, alla fine, siamo felici se le pazienti in corridoio ci riconoscono, ci chiamano per nome, perché forse significa che, come loro hanno lasciato un segno forte dentro di noi, anche noi abbiamo lasciato in loro qualcosa di noi.

App “Lilt FI seno”

LA PREVENZIONE A PORTATA DI MANO

**La prima App che parla
di tumore al seno
e prevenzione**



**Disponibile
gratuitamente
per iOS e Android
SCARICALA
ANCHE TU!**



rubrica

alleniamoci a star bene

FIRENZE
MARATHON

a cura di Diego Petrini,
Associazione Sportiva Firenze Marathon

Il valore dell'attività fisica per il nostro territorio

Intervista a **Giovanni Bettarini**, Assessore Comune di Firenze

Ultimo appuntamento del 2017 con le interviste a persone della nostra Città legate al mondo dello sport per ruolo istituzionale, lavoro o passione.

In questo numero intervistiamo **Giovanni Bettarini**, Assessore Urbanistica, Politiche del Territorio, Città metropolitana, Decentramento e Smart City del Comune di Firenze.

Classe 69, un passato di Sindaco, da sempre impegnato nel campo dell'amministrazione pubblica... ma chi è Giovanni Bettarini?

Domanda Semplice: un uomo appassionato del proprio lavoro! Musicista, maestro di clarinetto, per 10 anni sindaco di Borgo San Lorenzo, presidente dell'Unione dei comuni del Mugello, da sempre appassionato di politica. Ora assessore all'Urbanistica del Comune di Firenze, dopo aver avuto per quasi tre anni la delega allo Sviluppo economico.

Un incarico decisamente importante, soprattutto in questo periodo di forti cambiamenti nella mobilità cittadina. Quali, ad oggi, gli obiettivi raggiunti dal tuo assessorato? E quali i prossimi progetti?

Ho avuto la delega allo Sviluppo economico e turismo per circa tre anni e mi piace ricordare alcuni risultati: l'aumento della permanenza media dei turisti in città, che è arrivata a tre notti, grazie a una politica contro il mordi e fuggi; le cento nuove licenze taxi per migliorare il servizio ai cittadini, di cui settanta riservate ad auto esclusivamente elettriche. Ma anche il forte risalto del Wedding, che ha visto a Firenze il più grande evento mondiale del settore.

Sull'urbanistica, stiamo portando avanti un enorme lavoro di rigenerazione delle aree della città, partendo dal principio dei 'volumi zero'. Dal 2015 non consumiamo nuovo suolo, ma ridestiniamo spazi: abbiamo già all'attivo 300mila metri quadrati di rigenerazione urbana.



Un'interessante ricerca del sole 24h ha evidenziato come Firenze sia in quest'ultimo anno la quinta città Italiana per indice di ambiente-servizi-welfare: come commenti questo dato? Quali pensi siano stati gli elementi trainanti di questo importante risultato?

Penso che i dati evidenziati dal Sole24Ore siano il risultato di un'azione combinata tra più fattori. A partire dalla riduzione delle emissioni di Co2 ottenuta con la messa in esercizio della linea 1 della tramvia, che arriverà a meno 26mila tonnellate l'anno con le linee 2 e 3 in corso di realizzazione. Saranno 37milioni i fiorentini che utilizzeranno la tramvia. Ma penso anche al primato di Firenze sull'elettrico: siamo la prima città italiana per numero di colonnine elettriche, ben 183 (il 10% del totale nazionale); penso alle 4mila auto elettriche in circolazione, agli investimenti sul verde pubblico con 800 nuovi alberi e al Welfare, che storicamente connota Firenze per i servizi di accoglienza e assistenza.

Hai avuto di recente possibilità di confronto con altre città Europee? Quali spunti o best practices potremmo prendere ad esempio e riprodurre nella nostra città?

Sono stato di recente ad Amsterdam per l'incontro



delle città sulla 'resilienza'. Indubbiamente il primo tema lì è quello della mobilità, con un numero impressionante di persone che si sposta in bicicletta, nonostante la

vendo lo sport di alto livello, ma anche il turismo legato allo sport. È il turismo che vogliamo attrarre perché fatto di persone che vogliono vivere la città. Puntiamo a pro-

Un sogno per il futuro sportivo della nostra città?

Il mio sogno per la città, per il quale stiamo lavorando, è quello di realizzare il nuovo stadio per la Fiorentina e di vedere ancora la nostra squadra campione d'Italia! Mi piace poi molto il progetto della Bicipolitana, le linee di trasferimento veloce pensate per facilitare gli spostamenti dei ciclisti urbani. È fondamentale pensare alla bicicletta come a un vero e proprio mezzo di trasporto per la città. Il mio sogno è che la maggioranza dei fiorentini si sposti in bici e non in auto. Su questo stiamo lavorando e da pochi giorni ho ricevuto dal sindaco Dario Nardella una delega specifica di coordinamento. Nel frattempo, i dati di utilizzo del bike sharing sono entusiasmanti e per certi versi inattesi. Il primo gestore arrivato in città ad agosto scorso con le ormai note biciclette arancioni, Mobike, ha raggiunto gli 88mila utenti registrati con gli utilizzi che hanno raggiunto una media giornaliera di 11mila. Sono davvero tanti. A breve arriverà anche il secondo gestore, Gobe Bike, che metterà in strada nuove bici di colore verde, sempre a flusso libero.

“Puntiamo a promuovere tutti gli sport, dal grande rugby al volley, fino alle palestre gratuite all'aperto”

pioggia. Il punto forte sono le infrastrutture e su questo anche noi ci stiamo attrezzando.

Attività fisica come volano per il mantenimento di un sano stile di vita, di una migliore mobilità cittadina, ma anche di promozione turistica del nostro territorio: quale le tue riflessioni?

Questa Amministrazione ha puntato e punta molto sui grandi eventi sportivi, così come sul sostegno all'attività sportiva di base. Un binomio che caratterizza ormai questa città e che vede tra i propri simboli sportivi un evento ormai classico come la Firenze Marathon. Una manifestazione che ogni anno porta a Firenze un fiume di podisti da tutta Italia e non solo, promuo-

muovere tutti gli sport, dal grande rugby al volley, fino alle palestre gratuite all'aperto che hanno avuto grande successo questa estate in dieci giardini della città.

Sappiamo che sei uno sportivo: quale sono le tue passioni e quali i risultati?

Mi piace molto lo sport. Ho giocato nelle giovanili della Fortis Juventus fino a 15 anni, poi gli impegni mi hanno costretto ad abbandonare. Mi sono dedicato all'atletica che mi consentiva una maggiore flessibilità di orari. Non ho avuto grandi risultati, ma mi sono divertito molto. Ho fatto diverse gare di lunga durata, ma il mio sogno sportivo è quello di correre la maratona fiorentina.



STILI DI VITA SANI CON L'AIUTO DELLA LILT

PRENDITI CURA DI TE CAMBIA STILE DI VITA!

Partecipa agli incontri informativi su alimentazione e movimento, sono gratuiti e aperti a tutti. Per sapere le date dei prossimi appuntamenti chiamaci in sede allo 055 576939 o scrivi a info@legatumorifirenze.it



Una luce rosa contro il tumore al seno

La sera di martedì 24 ottobre la **Loggia dei Lanzi** in Piazza della Signoria si è tinta di rosa in occasione della **Campagna "Lilt for Woman - Nastro Rosa"** promossa dalla Lega Tumori in tutta Italia per focalizzare l'attenzione sull'importanza della **prevenzione contro il tumore**

al seno. La speciale illuminazione è stata resa possibile dalla generosa disponibilità del **Comune di Firenze** nella persona dell'Assessore **Sara Funaro** e di **S.I.L.F.I spa** (Società Illuminazione Firenze), che da anni sostengono la LILT e il suo messaggio di prevenzione.

Il tumore alla mammella rappresenta il 28% delle neoplasie femminili e continua a essere per le donne il **"Big Killer n.1"**. Secondo le stime più recenti, nel 2018 in Italia saranno oltre **52.000** i nuovi casi. Quando tuttavia il tumore viene identificato sul nascere grazie a una diagnosi precoce, **la guaribilità può raggiungere il 98% dei casi.**

Oggi una donna con tumore al seno diagnosticato precocemente nell'ambito di un programma di screening mammografico, offerto dal Servizio Sanitario pubblico (nella Regione toscana progressivamente alle donne di età compresa tra i 45 e i 74 anni), ha la stessa attesa di vita di una donna che non l'ha avuto.

È importante **sensibilizzare a migliorare il proprio stile di vita**, una scelta che potrà contribuire, specialmente se fatta da giovane, a ridurre i rischi futuri di soffrire di questa malattia.

A.I.P. Associazione Italiana Prostatectomizzati

**Contro il tumore alla prostata,
senza reticenze**

La Lilt Firenze collabora da tempo con l'**A.I.P. Associazione Italiana Prostatectomizzati**. Gli obiettivi di questa associazione sono sostenere la ricerca farmacologica per le terapie successive agli interventi di prostatectomia radicale, sostenere iniziative scientifiche volte a diffondere risultati della ricerca medica, chirurgica e riabilitativa in questa patologia, sostenere da un punto di vista psico-sociale coloro che sono stati operati per tumore prostatico.

L'A.I.P. ha sede a Firenze presso il Ce.Ri.On. Centro Riabilitazione Oncologica di Villa delle Rose (Via Cosimo il Vecchio, 2) tel. 055 32697805 ed è aperta tutti i giovedì dalle 15 alle 18. Per qualsiasi informazione è possibile anche contattare direttamente il sig. **Pietro Scialpi** al 347 8856327 considerando il valore aggiunto di parlare con persone che sono passate attraverso la stessa malattia e che hanno la sensibilità e la comprensione del problema.



**La Lilt Firenze augura a tutti voi
Buon Natale
e felice Anno Nuovo**

www.legatumorifirenze.it



Con 1€ regali un chilometro al Servizio “Camo”

Il Servizio Camo
Centro di Aiuto al Malato Oncologico
della Lilt Firenze, si occupa di assistere i pazienti
in fase avanzata di malattia.
Ogni anno vengono percorsi oltre **30.000 km.**

Il tuo aiuto è importante, grazie di cuore.
c/c postale numero 12911509