

# La Nostra Salute



SEZIONE  
PROVINCIALE  
DI FIRENZE

LA LEGA ITALIANA PER LA LOTTA CONTRO I TUMORI INFORMA • NUMERO 2/2016

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

**C**ari amici, il 25 maggio al Teatro Puccini è andato in scena lo spettacolo "Il mio corpo è un'opera d'arte. Dal cancro al burlesque". Protagoniste alcune pazienti del Centro di Riabilitazione Oncologica ISPO-LILT di Villa delle Rose, che hanno portato sul palco le loro storie. È stata una serata piena di emozioni: il teatro era gremito ed è stato un successo strepitoso. Siamo profondamente grati a tutti coloro che lo hanno reso possibile e nel prossimo numero del Notiziario potrete trovare un ampio articolo dedicato. Visto che molte persone non sono riuscite a maggio ad avere il biglietto (gli oltre 600 posti disponibili sono andati esauriti in pochi giorni), è stato deciso di fare una replica ad ottobre. Vi faremo sapere la data precisa, ma se nel frattempo volete prenotarvi, potete chiamare il nostro Servizio Donna come prima allo 055.32697826/7 e lasciare il vostro nominativo.

A marzo vi avevamo informati della nascita del Progetto Valentina, un fondo dedicato a coprire le spese di viaggio per pazienti in difficoltà socio-economiche che devono recarsi all'Ospedale Santa Maria Annunziata per terapie oncologiche. Il Progetto, reso possibile dalla generosità di Valentina Pezzini Pallavicino e dei suoi amici, è partito proprio in questi giorni: abbiamo avuto infatti la prima segnalazione dal Reparto di Radioterapia. Per chi volesse contribuire ad incrementare questo fondo solidale, che vorremmo riuscire ad estendere ad altri Ospedali del territorio, è possibile fare una donazione alla Lilt indicando nella causale "Progetto Valentina".

Siamo a metà anno e ci stiamo

preparando agli ultimi eventi prima della pausa estiva.

Vi segnaliamo in particolare la sesta edizione de "Il Galluzzo per la Lilt" che si svolgerà dal 28 giugno al 3 luglio. Tornano le sei serate a tavola nell'Area Feste di Viale Tanini al Galluzzo, per sostenere il Servizio Camo di Assistenza Domiciliare. Ancora una volta saranno gli eccezionali volontari ad aiutarci a cucinare e servire pizze, primi e tanti altri piatti che ogni anno riscuotono tanto successo e ci fanno realizzare oltre mille coperti. Vi aspettiamo numerosi!

Sabato 9 luglio, dalle 16 alle 20, avremo invece una merenda a Villa Machiavelli generosamente offerta dalla famiglia Saraceni. Sarà l'occasione per passare un pomeriggio insieme all'insegna dell'allegria. Portate i bambini, ci sarà un intrattenimento anche per loro. I fondi raccolti, al netto delle spese, verranno interamente devoluti alla nostra Associazione per sostenere le attività istituzionali.

Come tutti gli anni è ormai abitudine, ci stiamo inoltre occupando dell'organizzazione di Corri la Vita, la grande manifestazione ideata da Bona Frescobaldi ben

13 anni fa, che per noi è importantissima perché ci consente di mantenere il nostro impegno al Centro di Riabilitazione Oncologica dopo aver contribuito in modo determinante alla sua nascita undici anni fa.

Quest'anno preparatevi per domenica 25 settembre, con partenza come sempre da Piazza Duomo e arrivo in Piazza Signoria.

Concludo ricordando che siamo nel periodo di dichiarazione dei redditi e che anche quest'anno esiste la possibilità di scegliere a chi donare il proprio 5x1000 dell'Irpef. È un gesto che non costa nulla, ma per le Associazioni come la Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori è linfa vitale.

Se volete sostenerci, vi chiedo di scrivere il codice fiscale della LILT Firenze 94051880485 nell'apposito riquadro riservato al "Sostegno del Volontariato e delle organizzazioni non lucrative di utilità sociale...". Grazie di cuore.



Alexander Peirano  
Presidente  
Lilt Firenze



DARE È RICEVERE

**5X MILLE**

Il tuo **5x1000**  
per credere  
in un futuro  
senza cancro.

Per destinare il **5x1000** dell'IRPEF alla lotta contro il cancro, firma nell'apposito allegato dei modelli 730, CU o Unico nella casella riservata al "Sostegno del Volontariato e delle organizzazioni non lucrative di utilità sociale" e scrivi il codice fiscale della LILT Firenze

**94051880485**

LILT Sezione di Firenze ONLUS  
www.legatumorifirenze.it • www.lilt.it  
info@legatumorifirenze.it  
Cod. Fisc. 94051880485  
c/c postale 12911509  
c/c bancario 05000/1000/00075424  
Banca Prossima  
Iban IT95C0335901600100000075424



www.legatumorifirenze.it

© foto: Robert Koreschke



Dott.ssa Giada Baldini  
Specialista nella valorizzazione dell'immagine e dello stile personale

curare corpo e mente

# Benessere con stile

“Benessere con stile” è un percorso gratuito offerto dalla LILT ai suoi soci e ai pazienti oncologici, suddiviso in 4 appuntamenti individuali, per “curare finalmente anche la salute della propria immagine”.

Un progetto che va quindi al di là dell'estetica e che rappresenta una vera esperienza legata alla salute, al benessere dell'immagine esteriore. Alla base di tale progetto c'è la convinzione che, per riabilitare una persona ammalata di tumore, oltre a far riferimento alle tradizionali cure mediche, si debba tener conto anche degli aspetti fisici e psicologici, con cui senza dubbio la malattia interferisce. Essendo che il nostro corpo è solo la facciata

del nostro vero IO (la personalità), è inevitabile che nel momento in cui si passa un momento di grande sofferenza, questa emerga anche in superficie. Ecco perché, per la prima volta, si arriva ad applicare la consulenza di immagine in ambito medico: gli strumenti che questa professione mette a disposizione, danno un contributo preziosissimo alle pazienti, portandole alla consapevolezza dei loro punti di forza, con l'obiettivo di creare sicurezza e fiducia in loro stesse, così da affrontare cure e percorso riabilitativo in modo più sereno.

*“Ho dovuto affrontare un momento molto difficile nella mia vita, perché ho avuto un tumore al seno. Prima di questa brutta esperienza, non dedicavo troppo tempo alla cura di me, perché pensavo fosse una perdita di tempo. Soltanto in seguito alla malattia ed al percorso fatto con Giada, che mi ha aiutata a tirar fuori la mia femminilità latente, sono riuscita a piacermi. Se prima non avevo nemmeno una foto, ora mi tempesto di Selfie!!”* (Daniela, 40 anni). *“Grazie mille a tutti voi. Ci avete dato la possibilità di ricomin-*

*ciare a piacermi. Il nostro corpo è cambiato e trovare una nuova strada per “amarlo” non è così immediato. I consigli di Giada sono e saranno oro...con il suo appoggio ho imparato a evidenziare i miei pregi!”* (Monica, 45 anni).

Come fare quindi a “ricominciare a piacersi in una situazione medica delicata”?

A prescindere dal fatto che una cosa possa risultare soggettivamente “giusta o sbagliata, bella o brutta”, sappiate che esistono delle regole scientifiche, che vengono riconosciute universalmente e che, se ap-

“ un progetto che va al di là dell'estetica e che rappresenta una vera esperienza legata alla salute ”

plicate in modo corretto, possono aiutare le persone a curare tutti quegli aspetti legati all'immagine esteriore.

Lo sapevate che il nostro aspetto (immagine esteriore) è il risultato di una serie di fattori che lavorano silenziosamente tra loro? Questi fattori sono quelli fisici (forma del volto, del corpo e caratteristiche fisiognomiche; colori naturali di capelli, oc-

chi, carnato); quelli emotivi (legati ai così detti “stati dell'IO”); quelli relativi allo stile di vita (come la praticità, il comfort...); quelli economici e culturali (l'estrazione sociale, la professione, l'educazione...); quelli legati al linguaggio (il vocabolario, l'esposizione dei concetti, la gestualità...). Questo significa che soltanto 1 gruppo di fattori su 5, riguarda esclusivamente la parte “visibile” e che la predominanza è invece di quella “invisibile”. Il corpo, osservato da questo punto di vista, altro non è che il campo operativo in cui si sperimentano gli input che arrivano dalla parte interiore. Ogni volta che

andiamo a manipolare la nostra immagine lo facciamo al fine di dare un'ottimale percezione di noi al

nostro “pubblico” e lo facciamo sulla base del nostro giudizio personale, che non è detto quindi essere universalmente riconosciuto! Soltanto applicando un metodo scientifico si possono acquisire quelle consapevolezza reali ed oggettive che ci porteranno a valorizzare il nostro corpo nel modo corretto, suscitando in chi ci sta davanti quelle risposte positive (es: “Come stai bene oggi!”, “Ti trovo in forma!”, “Sei dimagrita?”) che, nei momenti più bui, vanno a lavorare sulla nostra autostima, rafforzando la persona e creando quelle premesse per continuare a lavorare su se stessi e quindi garantire la reale salute della nostra immagine esteriore. Il percorso “Benessere con Stile” prende in esame i colori naturali, le forme del viso e del corpo, lo stile di vita e lavorando su obiettivi, di volta in volta, stabiliti, accompagna le pazienti nel viaggio per tornare a guardare con ottimismo il presente verso il futuro.



**La Dott.ssa Giada Baldini vi aspetta presso la sede LILT di Viale Giannotti a Firenze, il 1° e 3° lunedì di ogni mese, dalle 10 alle 18.**  
**Per appuntamenti: 055.576939.**



# CAMO: Neve, cura, eredità

**L**a strada continua avanti per un centinaio di metri e poi c'è una curva.

Da lì c'è uno sterrato, macchie di neve ai bordi.

Mi viene in mente una cosa che diceva mio zio: "La neve è il pane della terra".

Intendeva che sotto alla neve la terra riposava e si nutriva e veniva protetta dal troppo freddo.

Il furgone avanza con cautela, altri dieci minuti e ci siamo.

Primo intervento, alcuni ausili per la deambulazione, il paziente si alza, e, con l'indicazione del fisioterapista, è stato deciso che potrebbe essere utile un deambulatore ascellare, tanto per sicurezza, per quei giorni in cui viene a mancare un poco la forza, un piccolo aiuto per rassicurare.

La casa è isolata e quando entriamo noto gli scaffali con i libri, vedo le fotografie sulle mensole, alcune teche con dentro modelli di navi da guerra e antichi vascelli; ci sono anche alcune navi in bottiglia, le vele spiegate, il minuscolo sartame teso, le bocche dei cannoni. È stato un inverno strano, caldo, poche manciate di giorni veramente freddi. Quassù, sulla montagna sopra a Reggello qualche macchia di neve in queste notti si è formata. Presto si scioglierà tutta.

La neve si è sciolta, la strada continua. Gli alberi cominciano a gemmare, tenere foglioline rinascono sui rami, c'è il sole oggi: la curva, lo sterrato e i soliti dieci minuti.

Ritorniamo a prendere il deambulatore e portare un letto articolato ed un materassino antidecubito. Il paziente non si muove più come prima, adesso è principalmente allettato: nuove esigenze, nuovi piccoli problemi da risolvere e noi ci siamo.

C'è un uomo stavolta, l'altra volta la moglie del paziente. Lo riconosco dalle foto che ancora mi guardano dalle mensole: un bambino al mare, alla prima comunione, poi un ra-

gazzo e uno sposo.

L'uomo si presenta come il figlio del paziente.

Facciamo la consegna, parliamo un poco, ci soffermiamo a commentare di una nave in bottiglia.

Il sole in mezzo al cielo azzurrisimo è una macchia gialla che riscalda l'aria, la campagna è piena di verde brillante, ci sono alcuni sbuffi rossi di papaveri sul ciglio della strada sterrata dopo la curva che punteggiano i dieci minuti del percorso. Siamo venuti a ritirare il materiale.

  
**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 il furgone Camo percorre **oltre 30.000 km** consegnando e ritirando ausili come carrozzine, letti ospedalieri, materassini antidecubito, portaflebo...

© iStockphoto.com/ilyb

Ci apre il figlio. Ci stringiamo la mano, facciamo quello per cui siamo venuti, con calma e precisione, cerchiamo di dare meno fastidio possibile.

Il figlio mi parla mentre smontiamo il letto. Parla di suo padre. Ascolto e continuo a guardarmi in giro: le foto, i libri, le navi.

Quando stiamo per andare via, in salotto, mi accorgo che c'è un bambino che guarda un grande veliero dentro ad una tecca appoggiata su un tavolinetto basso.

Forse è lui l'autore di un foglio con un disegno colorato, infantile, e la scritta "Al mio nonno", infilato sullo specchio sul comò.

Andiamo via e vedo l'uomo e il bambino accanto, l'uomo piegato su di un ginocchio con la testa all'altezza di quella del bambino, e assieme guardano la nave dentro la tecca; non parlano ma la mano dell'uomo è sulla spalla del bambino.

Penso all'eredità.

A quel che, di impalpabile e difficilmente definibile, costituisce il concetto di eredità.

Quel che rimane. Penso alla cura dei gesti di qualcuno che costruisce una nave in bottiglia, penso alle foto, quegli attimi in cornice, ai libri e alle parole scritte e lette, diventate parole e pensieri propri. Penso alla possibilità che si riesca a rendere i mesi, le settimane e i giorni più liberi possibili da dolore, fastidi, problemi, estraneità.

Alla possibilità di rimanere se stessi, non essere sostituiti dalla malattia, il più a lungo possibile. Siamo tutti un'eredità che si forma giorno dopo giorno, stagione dopo stagione; piccoli atti quotidiani, pensieri, parole, gesti: dai più futili ai più difficili e importanti.

Siamo un'eredità di cui non ci accorgiamo poiché diviene tale solamente quando non siamo più, ma lo siamo continuamente.

Quel che lasciamo dopo l'in-esperibile momento in cui ci congeliamo.

E chiunque, sempre, in questo intangibile modo, rimane.

La strada continua e spero che si possa continuare a risolvere piccoli problemi, dare aiuto, fare in modo che il dono prezioso di essere un'eredità possa venire trasmesso senza il fardello della malattia che porta lontani da sé.

Dieci minuti, lo sterrato si immette nella strada, all'altezza della curva. Sotto la neve il terreno è stato protetto, nutrito, in attesa che il tempo migliorasse.

Sotto la neve, la terra, e tutto quel che significa, è rimasta.

# Dal 28 Giugno al 3 Luglio IL GALLUZZO PER LA LILT SESTA EDIZIONE

CENA CON NOI E SOSTIENI LA LOTTA CONTRO IL CANCRO

**Pizza, primi e tanti altri piatti**

ti aspettano dal **Martedì alla Domenica dalle 19,30**  
presso l'Area Feste di Viale Tanini al Galluzzo

Il ricavato andrà a sostegno delle attività  
della Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori,  
in particolare del servizio CAMO che si occupa dell'assistenza  
domiciliare al malato oncologico.

La Lilt Firenze ringrazia di cuore tutti i **volontari e i cittadini del Galluzzo** per il prezioso aiuto.

© Istockphoto: Dusan Zidar



**VILLA MACHIAVELLI**  
**Ristorante L'Albergaccio dal 1450**  
Località Sant'Andrea in Percussina  
Via Scopeti, 64 - Tel: (+39) 055 828471  
50026 San Casciano Val di Pesa (Firenze)  
[www.villamachiavelli.it](http://www.villamachiavelli.it) | [info@villamachiavelli.it](mailto:info@villamachiavelli.it)

Località Sant'Andrea in Percussina  
Firenze - Place of Italy  
www.villamachiavelli.it

ASSOCIAZIONE NAZIONALE CASE DELLA MEMORIA  
Un modo nuovo di concepire il museo, la cultura, la storia

**SABATO 9 LUGLIO, dalle 16.00 alle 20.00**  
**UNA MERENDA PER LA LILT!**

**Degustazioni di prodotti toscani**  
**intrattenimento musicale**  
**e truccabimbi**

**Possibilità di visita guidata**  
**alla Tenuta Machiavelli**  
**su prenotazione**

La Lilt Firenze ringrazia di cuore la **famiglia Saraceni** per il generoso sostegno

**Ingresso 10 euro | gratis** per i bambini fino a 12 anni  
Il ricavato, al netto delle spese, andrà a sostegno delle attività istituzionali della **Lega Italiana Lotta contro i Tumori Firenze**

**I TRE PINI**  
FIRENZE

**SARACENI**

## Fai una donazione

• **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 9-13.30/14.30-18 e il lunedì e il venerdì dalle 9 alle 13,30

Per avere informazioni sui benefici fiscali della tua donazione consulta il sito [www.legatumorifirenze.it](http://www.legatumorifirenze.it)

**Grazie a te, possiamo stanziare fondi per:**

- Ce.Ri.On. - Centro di Riabilitazione Oncologica Firenze
- Servizio Donna Come Prima
- 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

**N. 2 • Giugno 2016**

**La Nostra Salute**

**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](mailto:info@legatumorifirenze.it) - <http://www.legatumorifirenze.it>

**Progetto grafico e stampa**

Elisabetta Bernardini - Gianni Cammilli, 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 15.000 copie inviate e

distribuite a Soci e amici della Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori



Per essere aggiornato sulle nostre attività  
iscriviti alla newsletter della Lilt su  
[www.legatumorifirenze.it](http://www.legatumorifirenze.it)