



**LILT**

LEGA ITALIANA PER LA LOTTA CONTRO I TUMORI

*prevenire è vivere*

**100**

**LILT. 100 ANNI**  
DI PREVENZIONE

ASSOCIAZIONE METROPOLITANA **LILT** di BOLOGNA

*postatarget*  
*creative*

CN-NE/03325/11.2021

Posteitaliane



#### *In copertina*

Il 25 Febbraio 2022 è stato emesso un francobollo della serie tematica "il senso civico" dedicato alla LEGA ITALIANA PER LA LOTTA CONTRO I TUMORI, nel centenario della fondazione. Un riconoscimento che ha permesso a Poste Italiane di sviluppare un Folder con una tiratura limitata di 2000 esemplari numerati.



Segreteria e informazioni

**LILT Bologna**

Via Turati 67

40134, Bologna

Tel. 051 4399148

segreteria@legatumoribologna.it

www.legatumoribologna.it

#### **Redazione**

Francesco Rivelli,

Piera Stignani, Giorgia Buselli

#### **Consiglio direttivo Presidente**

Domenico Francesco Rivelli

#### **Vice Presidenti**

Maria Claudia Mattioli Oviglio

Piera Stignani

#### **Consiglieri**

Gianni Carciofi

Paola Antonia Cerati

Eliana Grossi

Lorenza Guerra Seragnoli

Rosaria Mesoraca

Angelo Muratori

#### **Organo di controllo**

Maria Grazia Calzolari

Giuseppe Minna

Lorenzo Pascali

**Stampa:** Tipografia AG - Bologna

Siamo vicini alla fine del 2022, l'anno in cui la Lilt ha celebrato il Centenario, per ricordare il passato, i cento anni di prevenzione, e per proiettare la Lilt verso il futuro. È questo lo spirito che anima il libro **I 100 anni. Tra scienza ed arte**, presentato ad apertura delle celebrazioni il 12 marzo nella sede della Società medico chirurgica, alla presenza delle autorità cittadine e dei rappresentanti della medicina bolognese. Il libro ripercorre la storia iniziata nel 1922 e si conclude con le testimonianze di 10 donne che dopo l'incontro con la malattia si sono riappropriate della vita con l'arte, la poesia, la scrittura, il canto, il giardinaggio.



Il libro ci ha accompagnato negli eventi che abbiamo cercato di programmare ogni mese.

Sono stati momenti a volte istituzionali, a volte conviviali, a volte ludici, a volte sportivi che si sono svolti a Bologna, a Casalecchio, a Borgonuovo, a Calderara, a Imola, a Castel San Pietro, a San Benedetto Val di Sambro, a San Giovanni Persiceto, in cui sempre siamo stati confortati dalla numerosa presenza dei cittadini.

Nelle pagine seguenti troverete molte foto che ricordano le tappe del Centenario, voglio ricordare ancora alcuni momenti significativi e direi simbolici di come anche le Istituzioni abbiano accompagnato questo Centenario, condividendo la mission fondamentale della nostra Associazione: la prevenzione salva la vita.

Il 19 marzo, presso il Municipio del Comune di Casalecchio di Reno, hanno partecipato all'incontro l'Assessore regionale alle politiche per la salute Raffaele Donini e il sindaco di Casalecchio Massimo Bosso. Momento emozionante è stata la piantagione dell'acero rosso, già collocato anche nel giardino della sede, albero che a seconda degli Stati simboleggia la dignità, il cambiamento e il rinnovamento, l'amicizia, il sostegno, la comprensione. E io credo che la Lilt si fondi su questi valori!

Anche a Borgonuovo il 18 maggio e a Calderara l'8 ottobre le autorità hanno sottolineato il ruolo della Lilt nella lotta contro il cancro.

L'8 maggio nella Chiesa dei Ss. Giuseppe Ignazio, in occasione del Concerto lirico vocale offerto dalla Corale Giuseppe Ignazio, Sua Eminenza Arcivescovo Matteo Zuppi ha portato il ringraziamento e la vicinanza della Chiesa alla nostra Associazione, impegnata per la salute dei cittadini in un momento molto difficile per la società.

Un ricordo particolare è la Cena del 24 giugno organizzata nel giardino della sede. Particolare perché è nata con l'intento di riunire i medici che, con me e la dott.ssa Danila Fabbri, lavorarono all'istituto Addari negli anni "pionieristici" per l'oncologia: cito solo il progetto di sorveglianza oncologica della popolazione anziana avviato nel 1989 e le conferenze in 60 Comuni da parte dell'equipe della Lilt. Sono stati con noi anche i Consiglieri e i Volontari, alcuni dei quali da anni seguono le nostre iniziative.

Come dicevo all'inizio, dopo cento anni, la Lilt deve guardare al futuro ed è quello che è stato solennemente proclamato nel Convegno regionale del 20 ottobre "Cento anni di prevenzione. Il valore di un impegno comune. Un progetto per il futuro", che ha visto riunite le Associazioni dell'Emilia Romagna ed è stato concluso dal Presidente nazionale Francesco Schittulli.

Ora resta un ultimo appuntamento, tradizionale, la Cena di Natale il 15 dicembre, in cui saluteremo il Centenario e ci prepareremo al nuovo anno, su cui purtroppo si addensano molte nubi: il covid non ci ha abbandonato, la guerra in Ucraina continua, la crisi energetica incombe. Di fronte all'aggravarsi della situazione sociale ed economica, mi riesce difficile chiedere a voi soci ed amici di continuare a sostenere i nostri progetti, ma **devo** farlo perché la nostra opera di prevenzione dei tumori e di educazione sanitaria **deve** continuare, per potere fornire i servizi con cui affianchiamo la sanità pubblica.

A tutti voi e alle vostre famiglie tanti auguri di buon Natale e felice anno Nuovo.



*Nelle foto dall'alto a sinistra, troviamo: Il Cardinale Zuppi con il prof. Rivelli; l'Assessore regionale alla Sanità Raffaele Donini; il Sindaco di Casalecchio di Reno Massimo Bosso pianta un acero rosso con il prof. Rivelli; il Club Amici della Vespa festeggia i 100 anni della LILT; Gino Fabbri Maestro Pasticcere crea un dolce per il centenario; il Gruppo Ciclistico Stelvio Over 70 insieme alle istituzioni alla celebrazione dei 100 anni a Casalecchio di Reno.*



*Nelle foto dall'alto a sinistra, troviamo: il prof. Rivelli, Deborah Dirani moderatrice della giornata; Roberta Li Calzi Assessora allo Sport del Comune di Bologna; Stefano Canestrari con il prof. Rivelli; Giuseppe Paladini; Luciano Busutti*



*Nelle foto dall'alto a sinistra, troviamo: Domenico Marrano; Anna Soncini; Laura Baldinini e Maria Cristina Cucchi con il prof. Rivelli; chiudono l'evento Immediato, Rimondi, Rivelli, Soncini, Gubbini e Rosati.*

## LA CROCIERA DELLA PREVENZIONE

Un mare di salute, prevenzione e assistenza. Prevenire è vivere anche in vacanza.

In occasione del Centenario di LILT, abbiamo pensato di partire per un viaggio all'insegna della salute e della prevenzione, a bordo della fantastica nave da crociera MSC Seaview.

Non solo viste mozzafiato, relax e divertimento ma anche tanti appuntamenti programmati a tema benessere. Durante i giorni di navigazione nelle acque del nostro Mediterraneo e tra una escursione e l'altra lungo le tappe d'itinerario previste, Masterclass sui benefici della prevenzione, sull'alimentazione e sull'assistenza sanitaria per tutelare la salute.

# CENTO ANNI DI PREVENZIONE IL VALORE DI UN IMPEGNO COMUNE UN PROGETTO PER IL FUTURO

8.30

REGISTRAZIONE

9.00

SALUTI DI BENVENUTO

**Moderatore**

**Alessandra Ferretti, GIORNALISTA SCIENTIFICA**  
**Francesco Rivelli, PRESIDENTE LILT DI BOLOGNA**  
**Matteo Lepore, SINDACO DI BOLOGNA**  
**Raffaele Donini, ASSESSORE REGIONALE ALLE POLITICHE PER LA SALUTE**

9.30

**Giovanna Mattei, RESPONSABILE DELL'AREA MALATTIE INFETTIVE E PROGRAMMI DI PREVENZIONE COLLETTIVI**  
**Dagli screening in tempo di COVID alla prevenzione oncologica nel nuovo piano regionale della prevenzione 2021-2025**

9.50

**Fabio Falcini, DIRETTORE DEL DIPARTIMENTO ONCOLOGICO DELL'AZIENDA USL DELLA ROMAGNA**  
**Diamo i numeri, il Registro Tumori della Regione Emilia Romagna**

10.15

**Antonio Maestri, DIRETTORE UOC DI ONCOLOGIA OSPEDALE BELLARIA**  
**Prevenire i tumori: l'importanza dello stile di vita**

10.30

**Sandra Bosi, DIRETTORE LABORATORIO DIDATTICO MULTIMEDIALE REGIONALE LUOGHI DI PREVENZIONE**  
**Guadagnare salute con LILT**

10.45

**Alfredo Cecconi, COORDINATORE EMERITO DELLA LILT LAZIO**  
**Nuovo assetto normativo del terzo settore**

11.00

Discussione

11.30

**Tavola rotonda "Progetto per il futuro"**

**Moderatore**

**Alessandra Ferretti, GIORNALISTA SCIENTIFICA**

**Relatori**

**Luigi Bagnoli, PRESIDENTE ORDINE DEI MEDICI E DEGLI ODONTOIATRI DI BOLOGNA**  
**Alberto Bellelli, SINDACO DI CARPI E DELEGATO POLITICO AL WELFARE DI ANCI EMILIA ROMAGNA**  
**Paola Berardi, RAPPRESENTANTE DEL COMITATO UNITARIO DEGLI ORDINI PROFESSIONALI DELL'EMILIA ROMAGNA (CUP-ER)**  
**Livia Galletti, BIOLOGA NUTRIZIONISTA**  
**Loredana Pau, EUROPA DONNA ITALIA**  
**Antonio Talamo, PRESIDENTE DEL COMITATO UNITARIO DEGLI ORDINI PROFESSIONALI DELL'EMILIA ROMAGNA (CUP-ER)**  
**Achille Toschi Gallina, PRESIDENTE FEDERFARMA EMILIA ROMAGNA**  
**Furio Veronesi, DELEGATO PROVINCIALE CONI**  
**Luigi Viana, COORDINATORE REGIONALE LILT EMILIA ROMAGNA**

**Conclusioni**

**Francesco Schitulli - PRESIDENTE NAZIONALE LILT**

**20 OTTOBRE 2022**

**SALA TASSINARI - PALAZZO D'ACCURSIO**

**BOLOGNA**

*Giovedì 20 ottobre a Palazzo d'Accursio il convegno del Comitato regionale LILT in collaborazione con Regione Emilia - Romagna su prevenzione, reti, innovazione*

Prevenzione, reti, innovazione, comunità d'intenti. La Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori compie 100 anni e a Bologna, dove di fatto nacque il 25 febbraio 1922, fa il punto sui traguardi raggiunti e su quelli ancora da tagliare. Il convegno, organizzato dal Comitato Regionale della LILT in collaborazione con la Regione Emilia - Romagna per giovedì dalle 9 alle 13 a Palazzo d'Accursio, tratterà, tra gli altri, dei dati degli screening oncologici, dei numeri del Registro Tumori, del valore degli stili di vita, del progetto "Guadagnare salute della Lilt" nelle scuole e del nuovo assetto normativo del Terzo Settore. Chiuderà il confronto una tavola rotonda con diversi esperti ispirata ad un patto comune per la diffusione della cultura della prevenzione.

"Alla LILT, ai volontari e ai pazienti va il nostro grazie per un impegno che negli anni si è consolidato", dichiara l'Assessore alle Politiche per la Salute della Regione Emilia - Romagna, **Raffaele Donini**, "fino a fare dell'Associazione un interlocutore prezioso e determinante nel concorrere alla progettazione e all'organizzazione dei servizi sanitari in ambito oncologico. Una collaborazione che si allarga anche alla formazione ai pazienti e ai caregiver, oltre che al supporto psicologico e all'umanizzazione dei servizi, elemento, quest'ultimo, in grado di fare la differenza nel complesso percorso della malattia".

Prosegue poi l'Assessore: "Ora, in vista del nuovo Piano Sociale e Sanitario, si aprono nuove prospettive di collaborazione anche sul fronte della telemedicina, puntando a quella "vicinanza nella distanza" che rappresenta la nuova frontiera delle cure. Il riconoscimento formale del ruolo delle associazioni di pazienti nelle Reti cliniche rappresenta una grande conquista per i malati, ma anche una nuova prova di maturità per le loro rappresentanze, che troveranno sempre nella Regione un interlocutore pronto ad affiancarle".

Non è un caso che il convegno sia stato pensato e organizzato nel mese di consueto dedicato alla prevenzione del tumore della mammella, "ottobre rosa".

Come spiega il dottor **Luigi Viana**, coordinatore regionale LILT Emilia - Romagna, "il convegno di oggi, nell'ambito delle numerose celebrazioni organizzate nell'anno del centenario di LILT, intende anzitutto fare il punto sull'interlocuzione collaborativa che da tempo intercorre con la Regione Emilia - Romagna e che auspichiamo si possa ulteriormente consolidare. Il convegno darà voce ai diversi soggetti, pubblici e privati, che, a vario titolo e nel proprio campo di operatività, fanno e divulgano la prevenzione. Un'azione e un messaggio preziosi e meritevoli, ma che forse necessitano di un momento di confronto e di omogeneizzazione nell'enunciazione di proposte e nella ricerca di direttrici comuni".

"Come coordinatore regionale - prosegue il dottor Viana - abbiamo voluto creare un'occasione in cui tutte le Associazioni provinciali LILT della regione potessero consolidare ulteriormente il respiro unitario che le caratterizza. L'incontro consentirà ad un buon numero di associati di ritrovarsi anche fisicamente e di cementare maggiormente l'appartenenza associativa solo in apparenza indebolita dall'emergenza Covid. Quella di oggi è soprattutto un'occasione per riarticolare la continuità di un percorso di prevenzione, laddove "prevenzione" non è solo "fare qualcosa", ma anche confrontarsi su tempi, luoghi e modalità del fare. Vale a dire, costruire insieme".

I 100 anni della LILT segnano un traguardo importante, che non vuole essere punto di arrivo, ma tappa di un percorso in continuo divenire.

Come sottolinea il Presidente di LILT Bologna, professor **Francesco Rivelli**, “dall’inverno 2020 ci si è molto interrogati, anche in ambito medico, su cosa stesse davvero accadendo in questo momento storico. Il Covid-19 ci ha colti senza preavviso, senza lasciare scampo ai più deboli. Quanto accaduto in questi ultimi mesi ha mutato profondamente l’intera percezione del vivere umano, ma anche, non sempre in positivo, il rapporto nei confronti della scienza. Oggi la LILT può affermare, con ancora più vigore, quanto la conoscenza medica, la ricerca, la prevenzione e la fiducia nella scienza siano di fondamentale rilevanza per il benessere della popolazione”.

Conclude il professor Rivelli: *“Il convegno si propone di analizzare i dati degli screening oncologici, i numeri del Registro Tumori, il valore degli stili di vita per prevenire l’insorgenza dei tumori, l’importanza del progetto “Guadagnare salute con Lilt” nelle scuole e la conoscenza e diffusione del nuovo assetto normativo del Terzo Settore. Inoltre si è voluta fortemente organizzare una tavola rotonda dove si è proposto un patto fra i vari partecipanti per la diffusione della cultura della prevenzione”.*



*Le associazioni provinciali LILT dell’Emilia Romagna al convegno regionale per i 100 anni.  
Siamo insieme, siamo in rete.*



È toccato al dott. Alfredo Cecconi, Coordinatore emerito LILT Lazio, relazionare sugli aspetti riguardanti il Terzo settore. Il relatore ha anzitutto precisato che il Terzo settore non è mercato né istituzione pubblica: è, appunto, “terzo” tra istituzioni pubbliche e mercato.

Coinvolge in attività no profit o interamente solidali, con oltre 360 mila associazioni, circa 5 milioni di persone in Italia (anche se in Europa altri paesi raggiungono una percentuale più alta di operatori). Ciò, *“al fine di sostenere l'autonoma iniziativa dei cittadini che concorrono, anche in forma associata, a perseguire il bene comune, ad elevare i livelli di cittadinanza attiva di coesione e protezione sociale, favorendo la partecipazione, l'in-*

*clusione e il pieno sviluppo della persona, a valorizzare il potenziale di crescita e di occupazione lavorativa, in attuazione degli articoli 2,3,4,9,18 e 118, quarto comma della Costituzione”*.

Il dott. Cecconi ha illustrato la riforma in maniera precisa e puntuale e con un linguaggio accessibile puntando specialmente sul significato della riforma e l'apporto del cittadino, anzi l'apporto del volontariato come pilastro di questa “architettura” sociale.

Il dott. Cecconi ha voluto sottolineare il motivo per cui, nell'incontro promosso dalla LILT di Bologna, è stata inserita una relazione sul Terzo settore. Ha pertanto illustrato l'assetto proprio della LILT nazionale che, attraverso una particolare forma di “ingegneria amministrativa”, fa convivere nella LILT sia la parte centrale, ente pubblico vigilato dal Ministero della Salute, sia l'apporto delle Associazioni provinciali quali entità del Terzo settore e iscritte al RUNTS (Registro Unico Nazionale del Terzo Settore). Dunque parte pubblica e privata basata sul volontariato che formano la straordinaria operatività della LILT, una vera e propria rete associativa diffusa in tutta l'Italia per la lotta contro il cancro. Rete innervata in province e delegazioni comunali e che, partita da Bologna cento anni fa, rappresenta per eccellenza la più importante realtà associativa presente in Italia nel campo oncologico. Il Decreto legislativo n. 117 del 2017, e successive integrazioni e modificazioni, rappresenta una vera e propria svolta con la quale si provveduto al riordino e alla revisione organica della disciplina vigente in materia di Enti del Terzo settore.

Il dott. Cecconi nell'unire passo dopo passo quanto previsto nel Codice del Terzo settore agli aspetti attuativi di esso da parte delle Associazioni provinciali della LILT ha abilmente richiamato alla fiera del lavoro svolto in questa articolazione orizzontale dell'ente riscuotendo visibile consenso da parte del folto uditorio.

100  
LILT. 100 ANNI  
DI PREVENZIONE

In ottica di prevenzione, lo stile di vita è l'aspetto più importante. Nello stile di vita includiamo: cosa e quanto mangiamo, come e quanto ci muoviamo, le relazioni sociali che abbiamo, l'ambiente in cui viviamo e le nostre abitudini. Tra tutti i fattori modificabili dello stile di vita, la nutrizione è al primo posto. **Scegliere cosa, quando e quanto mangiare è alla portata di tutti noi.** Per questo, per celebrare i 100 anni della LILT, la d.ssa Livia Galletti, biologo nutrizionista, ha creato per voi una ricetta al mese. Perché sì: **nutrizione è prevenzione**

Cinque i punti fondamentali di ogni ricetta:

- proprietà nutrizionali per la prevenzione dei tumori
- stagionalità
- ingredienti locali
- facilità di esecuzione
- gusto

Qui vi proponiamo **Brownies al cioccolato**, preparati con l'uovo di Pasqua della LILT.

**Ingredienti per uno stampo quadrato 20 cmx20 cm (8-10 brownies)**

80 g di farina

170 g di cioccolato fondente (rigorosamente uovo al cioccolato fondente della LILT)

1 avocado medio troppo maturo (circa 200-220 g pesato col nocciolo)

100 g di zucchero o 75 g di sciroppo di agave

3 uova

opzionale: due pugni di nocciole

1 cucchiaino di cacao amaro (per lo stampo)



## Preparazione

Accendiamo il forno a 180°.

Sciogliamo il cioccolato dell'uovo di Pasqua, a bagnomaria nel microonde o sul fornello. Prendiamo il frullatore e mettiamo nel boccale le uova con lo zucchero e montiamole per qualche minuto, finché non diventano giallo chiaro e spumose. Aggiungiamo l'avocado e torniamo a frullare. Ne uscirà una pappetta verde alla quale aggiungeremo la farina e torneremo a frullare.

Imburriamo lo stampo, che deve essere quadrato o rettangolare, e cospargiamo di cacao amaro il fondo.

Togliamo il composto dal boccale del frullatore, mettiamolo in una ciotola capiente e aggiungiamo il cioccolato fuso oramai tiepido. Aggiungiamo anche le nocciole (facoltativo) e mescoliamo bene.

Mettiamo nello stampo.

Cuociamo in forno per circa 30 minuti, facciamo sempre la prova stecchino. I brownies devono rimanere morbidi e dalla consistenza fondente, nel caso il vostro forno scaldasse troppo, cuocete coprendo lo stampo con della carta stagnola.

Tagliamo le porzioni quando il tutto sarà freddo!

Tra tutti i fattori modificabili dello stile di vita, la nutrizione è al primo posto. **Scegliere cosa, quando e quanto mangiare è alla portata di tutti noi.**

Non è sempre facile, anzi, ma, una volta capita l'importanza del cibo per la nostra salute, possiamo tutti dare priorità a questo aspetto della nostra vita e trovare il modo e il tempo per organizzarci la spesa e i pasti.

Come prima cosa dobbiamo occuparci del nostro peso: un peso in eccesso fa parte dei fattori di rischio che aumentano la probabilità di sviluppare un tumore. Questo per vari motivi, il corpo umano non è esattamente una macchina, ma un sistema integrato e complesso di sistemi integrati e complessi. Il peso in eccesso promuove un fenomeno, che si chiama infiammazione cronica silente, che, tra le altre cose, sta alla base di quasi tutte le malattie non trasmissibili: tumori, neuro - degenerazione, problemi cardiovascolari ...

Anche un peso in difetto, soprattutto se il difetto lo abbiamo nella componente muscolare, aumenta il rischio di sviluppare un tumore. Infatti, avere una buona massa muscolare è un po' un'assicurazione sulla salute. I muscoli vanno sviluppati - e poi mantenuti - con una corretta attività fisica, ma vanno anche nutriti in modo appropriato, col cibo.

Ciò che la letteratura scientifica ci dice in tema di prevenzione, soprattutto dei tumori, è che, nei paesi occidentali, mangiamo troppo e troppi cibi confezionati.

## Quali sono le regole base di una sana nutrizione per la prevenzione?

- Mangia sempre le verdure, a ogni pasto, possibilmente sia cotte che crude
- Se puoi, inizia sempre con una piccola porzione di verdure crude ogni tuo pasto
- Non esagerare con gli zuccheri (semplici e complessi): dolci, frutta, pane, pasta, riso, patate, cereali, ...
- Scegliere, se non ci sono problemi intestinali, sempre cereali integrali, possibilmente in chicco
- Scegliere sempre cibi non industriali, torniamo a cucinare, non importa diventare chef (per questo ci sono le mie ricette per il Centenario LILT e tutte le altre nella sezione Kitchen LILT)
- Scegliere fonti proteiche di altissima qualità: uova da galline razzolanti o bio, carne bianca da animali razzolanti o bio, poca carne rossa, ma da animali allevati al pascolo
- Scegli sempre delle fonti di grasso di origine vegetale: olio extravergine di oliva, avocado, frutta secca, semi, privilegiando il nostro meraviglioso olio extravergine di oliva
- Limitare le quantità dei cibi: non importa esagerare a tavola, anzi. Un trucco può essere quello di mangiare lentamente, per consentire al segnale di sazietà dell'apparato digerente di arrivare al cervello. Servono circa 20 minuti, se consumiamo i nostri pasti alla velocità della luce, mangeremo più del necessario
- Ricordarsi che la buona nutrizione inizia quando fai la spesa: prepara una lista e compra solo quello che c'è in lista, scegli botteghe, negozi, supermercati e prodotti di qualità
- Godersi la compagnia e la socialità a tavola

# SI CORRE PER LA LILT

*Corse e camminate rappresentano un toccasana per la salute e possono diventare anche occasione di raccolta fondi. Sono diverse le iniziative sportive che sostengono la LILT, consentendoci al contempo, di sensibilizzare la cittadinanza sull'importanza di un corretto stile di vita: l'attività fisica in primis.*

## CorrImola - febbraio

A febbraio nell'autodromo Dino ed Enzo Ferrari di Imola si svolge la CorrImola, una camminata amatoriale, non agonistica, in favore di un tenore di vita sano.

La nostra Delegazione imolese riunisce famiglie, sportivi, adulti e bambini - e anche i nostri amici a 4 zampe - per trascorrere una mattinata all'aria aperta all'insegna della prevenzione.



## Tre monti - ottobre



La Tre Monti (così detta perché ci sono tre vette da scalare) è una gara competitiva che si svolge la terza domenica di ottobre. Si parte dall'autodromo che si percorre per circa 3 km e all'altezza della variante alta si esce lungo un percorso collinare che sale fino a oltre 200 m di altitudine. Al termine della discesa, si rientra in autodromo all'altezza della curva della Rivazza e si percorre un ultimo chilometro fino alla linea del traguardo: lo stesso della F1.

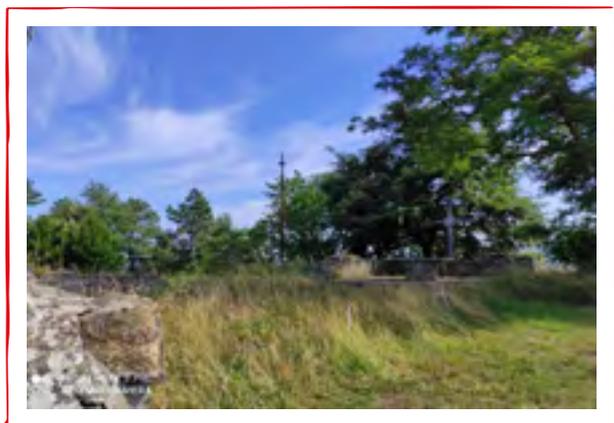
Il percorso in totale è di Km 15,300.

La camminata non competitiva si svolge su due tracciati: o un giro completo dell'autodromo per una distanza di circa 5 km oppure lo stesso giro della gara competitiva.

## Ripoli Trail - settembre

La Ripoli TRAL Coppa LILT è una corsa competitiva, inserita nel calendario della FIDAL e del Comitato Coordinamento Podistico Bolognese, giunta ormai alla sua 6° edizione

L'anello di 17km è il percorso più completo, non solo dal punto di vista agonistico, ma anche per godere a pieno della natura, con i suoi boschi e sentieri, e dei punti di interesse architettonico o storico che attraversa.



### Lungo il percorso - Cosa vedere

#### *Montearmato (m 795)*

L'oratorio di stile romanico di Montearmato fu costruito agli inizi del '900 sulle rovine del precedente, intitolato alla Beata Vergine dei Capuccioli, per volontà del conte Pio Ranuzzi de' Bianchi, su progetto dell'ingegner Ugo Ughi, organista della cattedrale di San Pietro a Bologna.

Durante la Seconda Guerra Mondiale Montearmato, presidiato dalle truppe tedesche, venne bombardato dopo un lungo assedio e il campanile, lesionato ma in piedi, venne successivamente abbattuto da un carro armato americano.

Tra i ruderi, ricomposti alla fine della guerra, si celebra ancora oggi la Festa dell'Assunta.

#### *Le Serrucce*

Il borgo Le Serrucce, a Ripoli, è appollaiato sul costone della Valle del fiume Setta.

Arrivati ai piedi del borgo si ha subito la sensazione di trovarsi in un luogo che ha una vita lunga e colma di storia, di personaggi e di avvenimenti che si possono percepire nelle sue costruzioni.

Inoltrandoci per le sue stradine acciottolate ci imbattiamo in piccoli cortili, terrazzi e ballatoi costruiti davanti alle porte delle case, a fontanelle dove gli abitanti attingevano l'acqua per le loro necessità quotidiane, in voltoni e sottopassaggi che permettono di spostarsi nel borgo, scoprendo così cortili interni, giardini fioriti, e angoli deliziosi.

Le case, (una volta tutte in pietra del luogo e lavorata a mano) sono state negli anni intonacate e trasformate, ma la loro finestratura delimitata da stipiti e architravi di sasso scalpellate a mano mostrano la loro antichità.



## Pigiama run - settembre

La corsa e camminata non competitiva della LILT per donare accoglienza, assistenza e supporto ai bambini malati di tumore in tutta Italia. Giunta ormai alla sua 4a edizione, la Pigiama Run diventa ancora più grande e ricca di novità, in occasione del centenario della LILT! Scoprila nelle prossime pagine ...

## La corsa e camminata a sostegno dei bambini malati di tumore

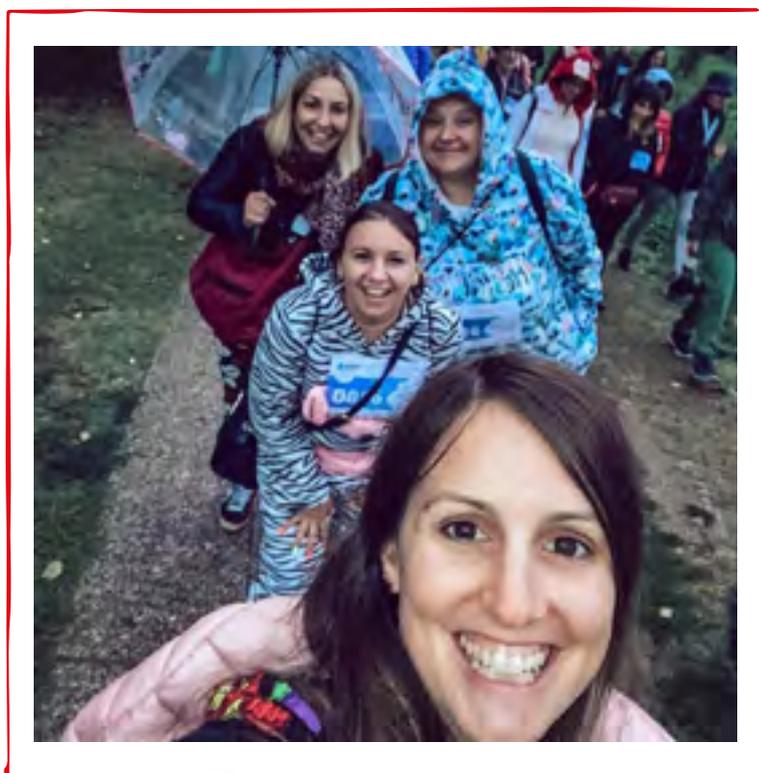
Il 30 settembre 2022 al tramonto ci siamo trovati al Parco dei Cedri per la Pigiama Run, una corsa e camminata, rigorosamente in pigiama! a sostegno dei bambini malati di tumore.

**In pigiama per manifestare affetto e vicinanza a chi in pigiama sta tutto il giorno perché malato.** Una corsa per divertirsi e fare sport, quindi, ma anche all'insegna della solidarietà.

Settembre è, infatti, il mese dedicato in tutto il mondo al Gold Ribbon ovvero ai tumori pediatrici: un'importante occasione di solidarietà per manifestare vicinanza e aiuto nei confronti delle famiglie e dei bambini che stanno lottando contro la malattia. Proprio da questo desiderio di vicinanza nasce la Pigiama Run, che, giunta quest'anno alla sua 4° edizione, ha visto la partecipazione di 18 LILT su tutto il territorio nazionale, con un unico scopo, sostenere bambini e ragazzi che lottano contro la malattia.

Le iscrizioni e le donazioni derivanti dalla Pigiama Run bolognese verranno utilizzate per sostenere le particolari esigenze dei ragazzi e degli adolescenti affetti da patologia oncologica attraverso il progetto **“Un regalo per i ragazzi dell'oncologia pediatrica”** in collaborazione con l'oncologia pediatrica dell'Ospedale Sant'Orsola di Bologna.

Attraverso la donazione di giochi e strumenti particolarmente adatti alla fascia di età e raramente disponibili in ospedale, regaleremo ai giovani pazienti occasioni di sollievo e svago, soprattutto nei momenti più delicati delle terapie

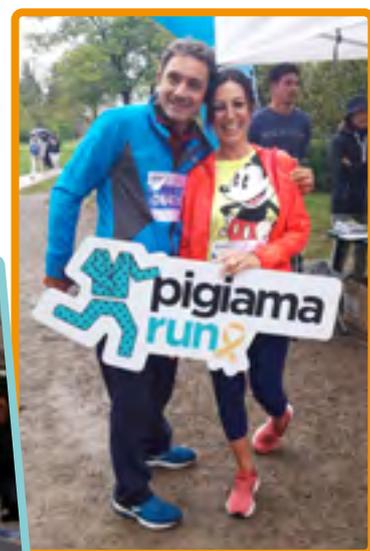


### *“Un regalo per i ragazzi dell'oncologia pediatrica.”*

L'esperienza della malattia influenza negativamente tutto il naturale processo evolutivo del paziente dal punto di vista psicologico, rendendo più difficile il processo di crescita.

La situazione di emergenza pandemica, inoltre, ha contribuito ad aggravare questa situazione, rendendo necessarie limitazioni ulteriori rispetto a quelle normalmente necessarie a causa della specifica patologia.

Per rendere meno gravosa l'esperienza del ricovero ospedaliero ai ragazzi affetti da malattia oncologica può risultare di grande aiuto manifestare loro vicinanza e empatia attraverso la donazione di una serie di oggetti di svago specifici per la fascia di età, magari in occasione del compleanno o di passaggi terapeutici particolarmente delicati.



*Ci vediamo il prossimo anno!*



## Corsi Mindfulness Based Stress Reduction (Mbsr)

Maggiore capacità di trovare equilibrio mentale, emotivo, corporeo

Maggiore capacità di fronte a situazioni ed eventi stressanti

Disturbi d'ansia, dell'umore, del sonno, depressione, sono alcuni dei sintomi di stress causati dall'emergenza Covid-19 degli ultimi due anni. Per gestire al meglio l'impatto psicologico inevitabilmente avuto da tutti noi, abbiamo organizzato alcuni corsi di Mindfulness Based Stress Reduction (MBSR).

Il protocollo MBRS, ideato da Jon Kabat-Zinn professore di medicina alla University of Massachusetts (USA), si basa su una serie di pratiche che vengono insegnate e che hanno come obiettivo la riduzione dello stress. **Le pratiche insegnate offrono ai partecipanti una serie di competenze che possono essere agevolmente integrate e utilizzate nella quotidianità, al fine di gestire efficacemente lo stress e pensieri negativi.**

Il corso MBRS non si configura come una terapia medica o psicologica, ma ha lo scopo di far apprendere strumenti pratici, tecniche e modalità finalizzate a:

- \*gestire situazioni che attivano stress
- \*avere maggiore consapevolezza dell'interazione mente-corpo
- \*apprendere un modo nuovo di porsi in relazione con la propria esperienza
- \*imparare a stare nel presente coltivando la "presenza mentale"

Negli anni sono stati condotti diversi studi scientifici da ricercatori di tutto il mondo sull'efficacia del protocollo MBSR, validandone gli effetti sulla riduzione dello stress e nel migliorare sintomi fisici e dell'umore. Viene utilizzato in numerosi ospedali sia in Italia che all'estero come integrazione alle terapie cliniche e farmacologiche: in oncologia medica, nelle malattie croniche e degenerative, nella clinica psichiatrica/psicologica, nelle dipendenze patologiche.

### PER APPROFONDIRE

Mindfulness è la traduzione inglese della parola *sati* in lingua pali (antica lingua indiana), che significa consapevolezza, presenza mentale, attenzione.

Consiste nell'osservare, guardare e imparare a comprendere il funzionamento della propria mente, concentrandosi su quello che accade nel momento presente. Abbandonando i pensieri sul passato e le aspettative sul futuro si impara così, pratica dopo pratica, a vivere nel "qui e ora" e accettare ciò che nella vita non è possibile cambiare.

Padre della Mindfulness è Jon Kabat-Zinn professore di medicina alla University of Massachusetts (USA) e viene utilizzata da oltre 30 anni nelle aree: medica, clinica-psicologica, educativa, organizzativa e del benessere, in tutto il mondo. Esistono centinaia di testi e saggi sull'argomento, sia rivolti ai professionisti della medicina che quelli della salute mentale e testi di divulgazione rivolti all'utenza interessata ad apprendere le pratiche di Mindfulness.

### Quale scopo con la Mindfulness

La Mindfulness può essere descritta come "la consapevolezza che emerge dal prestare attenzione di proposito nel momento presente e in maniera non giudicante, allo scorrere dell'esperienza, momento dopo momento" (Jon Kabat-zinn, 2003).

Tutti nella vita dobbiamo affrontare eventi e accadimenti che ci obbligano a dover affrontare dubbi, paure e ansia. Tutto ciò ha un impatto estremamente gravoso sulla qualità della vita (relazioni, professione) e dell'equilibrio psicofisico (benessere). In questi momenti, alcuni più di altri sono afflitti da pensieri che si concatenano e assalgono la mente agitandola, come fosse un mare in tempesta.

La pratica della Mindfulness e il protocollo MBSR, permette un'alternativa: **anziché essere immersi nella tempesta, si può imparare a sedersi sulla riva e osservare quanto ci sta capitando** e non rimanere intrappolati nel giro senza fine dei pensieri giudicanti e non salutari, imparando ad assumere un maggiore controllo su di essi e, vivere con più serenità.

## **Counseling in oncologia: ascolto, supporto, rispetto dei valori e delle risorse personali**

*Il cancro costituisce la seconda causa di morte in occidente nella nostra mente è diventato il grande male, in grado di distruggere il nostro equilibrio. Ed è qui che entra in scena la psiconcologia.*

Anche se molto è stato fatto e molto si sta facendo, rimane inevitabile che **l'impatto del tumore, come prevedibile, incida sulla vita del malato ma anche su quella di chi si prende cura di lui**, il cosiddetto caregiver. L'assistenza ai pazienti oncologici comporta, infatti, nei familiari lo sviluppo di elevati livelli di stress, che concorrono all'insorgenza e al mantenimento di disturbi e/o disagi che possono mettere a repentaglio la salute, l'equilibrio e il benessere.

È quindi fondamentale diffondere l'importanza del “chiedere aiuto”, sia per il paziente oncologico che per il parente-caregiver, senza attendere, rivolgendosi presso i servizi di “Psiconcologia” operanti presso i reparti ospedalieri, oppure presso le Associazioni sul territorio che offrono un servizio di psicologia specialistica o di counseling professionale.

### **LILT E COUNSELING IN ONCOLOGIA**

Il counseling è un processo relazionale che si adatta ai tempi ed ai bisogni del paziente oncologico nelle varie fasi della malattia e non può prescindere dalla relazione e da ciò che essa comporta.

Le **situazioni problematiche** che avvicinano i pazienti oncologici e i loro familiari al counseling sono: il bisogno di dover affrontare la minaccia di una malattia tanto grave, il dover prendere delle decisioni riguardo le cure ed i trattamenti, il dover affrontare una diagnosi infausta, il dover ridefinire la propria vita e le proprie relazioni, trovare modalità funzionali di comunicazione interpersonali all'interno della famiglia, sul lavoro, ecc.

La relazione tra il counselor e l'assistito ha come scopo principale l'attivazione e la riorganizzazione delle risorse già esistenti nella persona, attraverso lo sviluppo dell'autoconsapevolezza, l'accettazione e la sperimentazione delle emozioni. L'incontro viene condotto rispettando i valori e le capacità della persona: il counselor evita di dare giudizi e di interpretare.

**Il servizio di Counseling della LILT prevede una serie di 4 incontri gratuiti, finalizzati alla risoluzione del “problema” presentato, e/o all'orientamento per altri servizi specialistici sul territorio.**

**Il counseling è consigliato quindi come “primo accesso” a tutti coloro che desiderano affrontare problematiche di contenuto psicologico-emotivo relative alla diagnosi di cancro o al dover affrontare complesse “relazioni” con pazienti oncologici, dentro o fuori la famiglia.**

*Dott. Massimo Serra - counselor professionista LILT Bologna*

## Dalla Campagna Nastro Rosa la Prevenzione non ha etnia



Ogni anno nel mese di ottobre la LILT Bologna promuove la Campagna Nastro Rosa per la prevenzione del tumore al seno. Nel corso degli anni si è riscontrato però che l'adesione alla Campagna è prevalentemente italiana (>90%).

Le donne straniere, infatti, non sono facilmente raggiungibili dagli usuali canali di comunicazione, in quanto spesso meno collegate al territorio. Esistono inoltre diversità culturali: è pertanto importante avere una conoscenza più o meno approfondita delle realtà culturali dalle quali queste donne provengono, per poter fornire un tipo di comunicazione che tragga il suo punto di forza dalla conoscenza dell'altro, rispondendo con strumenti adeguati.

Nasce così nel 2009 il progetto **la Prevenzione non ha etnia**

- ✓ per aumentare la consapevolezza delle donne della necessità della prevenzione oncologica;
- ✓ informare sul tema attraverso un opuscolo in otto lingue; *scaricalo qui*
- ✓ programmare delle visite senologiche gratuite riservate a donne straniere;
- ✓ sostenere un processo di integrazione basato sulla reciproca conoscenza.

Sono state oltre 1.000 le donne straniere che nel corso degli anni hanno potuto usufruire di visite di prevenzione gratuite presso lo spazio LILT di Bologna con l'inserimento, ove necessario, di mediatrici culturali.

## Salute senza Frontiere e la rete LILT per le *best practise*

LILT Milano ha sviluppato un modello di educazione alla salute basato sulle abilità cognitive e sociali che motivano i singoli individui rendendoli essi stessi promotori di salute. In questo modo gli *Ambasciatori della salute* raggiungono livelli di conoscenze, capacità individuali e fiducia in sé stessi tali da migliorare la propria salute e quella della propria comunità.

Dall'*empowerment* (rafforzamento della comunità e dei singoli membri) alla *peer education* attraverso gli Ambasciatori della Salute che si fanno promotori ed educatori a comportamenti consapevoli sulla salute.

Salute senza Frontiere vuole sensibilizzare sui temi della prevenzione oncologica e degli stili di vita salutari, nel rispetto delle diverse culture, attraverso la partecipazione dal basso e al tempo stesso mira a creare un "modello LILT". Per questo il 25 e 26 maggio 2022 siamo stati accolti dalla LILT Milano per due giorni di formazione e confronto: un'occasione speciale, per non dire unica, per fare rete con realtà anche molto lontane e mettere le basi per delle linee guida nazionali per costruire insieme le *best practice* della LILT in ambito di prevenzione interculturale.



*(in foto "Titti" Ambasciatrice della Salute del Centro Islamico di Monza con l'Imam della comunità)*

## **DOVE SIAMO ORA**

Il gruppo di lavoro bolognese è già stato formato e grazie alla collaborazione con la biologa nutrizionista d.ssa Livia Galletti sono in via di definizione i materiali da tradurre in lingua. Sono state contattate le prime comunità straniere ed individuati alcuni ambasciatori della Salute. In fase di programmazione i primi incontri su stili di vita e alimentazione.



*(in foto il gruppo proveniente dalle varie LILT che ha partecipato alle giornate di formazione)*

## LILT for Women 2022

*Abbassamento dell'età dello screening a 40 anni, uniformità territoriale e coinvolgimento attivo delle scuole per insegnare l'autopalpazione alle giovani donne, questi gli obiettivi della LILT per conquistare la mortalità zero per tumore al seno.*

Con circa 60.000 nuovi casi stimati per il 2022 il cancro al seno è il big killer numero uno, rappresentando quasi il 30% di tutte le neoplasie. Trenta anni fa la metà delle donne con un tumore al seno operato moriva. Oggi la sopravvivenza a 10 anni si attesta all'80% circa. Il merito è degli operatori sanitari, del crescente ruolo della prevenzione secondaria grazie a diagnosi sempre più precoci, della ricerca e anche dell'impegno, quotidiano e capillare, della Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori che, da 100 anni, promuove la cultura della prevenzione come metodo di vita.

Se diagnosticato precocemente, il cancro al seno è potenzialmente del tutto guaribile: la probabilità di guarigione per tumori che misurano meno di un centimetro è infatti di oltre il 90%. Il claim della campagna Nastro Rosa di quest'anno "Prevenzione: la migliore amica di ogni donna" vuole quindi ribadire l'importanza dei controlli periodici, dell'autopalpazione e delle indagini diagnostico-strumentali sin da giovani, con l'ambizione di raggiungere, nel giro di pochi anni, la mortalità zero per carcinoma alla mammella.



Tra gli obiettivi, urgenti e imperativi, che LILT individua e si impegna a raggiungere per azzerare la mortalità legata al cancro al seno si evidenziano: l'uniformità territoriale del programma di screening senologico promosso dal Servizio Sanitario Nazionale e organizzato dalle Regioni, ancora a macchia di leopardo, che è in grado di ridurre del 40% la mortalità per questa patologia; l'abbassamento dell'età dello screening a 40 anni, con cadenza annuale, accompagnato anche dall'esecuzione dell'ecografia (visto che il tumore al seno colpisce nel 30% dei casi donne al di sotto dei 50 anni); il coinvolgimento diretto e attivo del mondo scolastico per sensibilizzare e insegnare il valore dell'autopalpazione alle ragazze; periodici e codificati controlli clinico - strumentali per le donne già colpite dal cancro al seno per il relativo monitoraggio; l'istituzione di Breast Unit per una qualificata continuità sanitaria ed assistenziale "dedicata" alle oltre 850.000 donne italiane con il vissuto cancro al seno e alle loro famiglie, con un approccio umano e personalizzato.

Da sempre attenta alle tematiche sociali e in particolare al benessere psicofisico delle donne, **Francesca Fialdini** ha scelto di essere al fianco della LILT per sensibilizzare ogni donna sull'importanza della cultura della prevenzione: «Il messaggio che vorrei trasmettere a tutte le donne è che per sconfiggere il tumore al seno è fondamentale conoscere il proprio corpo e ricordarsi di effettuare l'autopalpazione e le visite di controllo regolarmente, fin dalla giovane età. Sfruttate il *mese rosa* per informarvi ma anche per usufruire delle visite gratuite negli ambulatori LILT. La prevenzione è la migliore amica di ciascuna di noi!»

*Sono state 540 le donne che hanno aderito all'edizione 2022 della Campagna LILT for women - Nastro rosa prenotando una visita senologica gratuita presso lo spazio LILT di via Turati 67*



## *Fondo di solidarietà bambini oncologici*

Ci sono Regioni che “attirano” pazienti oncologici da altri luoghi d’Italia e altre che mancano di strutture adeguate. Questo fenomeno, noto anche come migrazione sanitaria, può anche essere visto positivamente se permette al malato di farsi curare in un centro ad alta specializzazione, ma comporta un costo, economico e di stress per i continui viaggi.

La LILT Bologna offre da anni un servizio gratuito di counseling oncologico per supportare malati e famiglie nel difficile percorso della malattia, **ma abbiamo voluto fare di più!** Abbiamo quindi deciso di attivare un **fondo permanente per coprire i costi di trasferta delle famiglie** che portano i loro piccoli a Bologna per interventi e cure oncologiche.

Attraverso il fondo di solidarietà vogliamo alleggerire le famiglie dei piccoli pazienti dalle preoccupazioni derivanti dall’aspetto pratico - logistico di dover affrontare un viaggio per motivi sanitari e dare a tutti l’opportunità di potersi curare in centri di eccellenza.

**PER FARE RICHIESTA** contattaci via mail scrivendo a [segreteria@legatumoribologna.it](mailto:segreteria@legatumoribologna.it)

### **PUOI SOSTENERE IL FONDO**

con una donazione attraverso bonifico bancario intestato a Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori sez. Prov. Bologna  
 BANCO BPM- IBAN IT 87 R 05034 02404 000000002000  
 Causale: Fondo solidarietà bambini oncologici

## *Visite gratuite per Isee basso*

Vogliamo che la prevenzione sia alla portata di tutti. Per questo l’Associazione rivolge da sempre attenzione alle fasce più deboli della popolazione con progetti come La prevenzione non ha etnia, per la prevenzione del tumore al seno nelle donne migranti, e i programmi di sorveglianza oncologica sugli anziani in collaborazione con alcuni centri socio - culturali di Bologna e provincia.

**Le visite di anticipazione diagnostica dei tumori**, normalmente rivolte ai soci dell’Associazione, con un contributo minimo di adesione, **diventano quindi ora completamente gratuite per ISEE inferiore a € 10.632,94.**

Le visite variano in base al genere e all’età in funzione dell’incidenza; successivamente all’anamnesi generale, il medico Lilt effettuerà:

### **DONNE:**

visita senologica con ecografia mammaria  
 ecografia addome completo (>65 anni)

### **UOMINI:**

visita urologica  
 ecografia prostatica (>50 anni)  
 ecografia addome completo (>65 anni)

# NATALE CON LA LILT, REGALI SOLIDALI

Natale è un momento di gioia, ma anche una importante occasione per noi di raccogliere fondi che ci consentano di finanziare le attività dell'associazione e per voi di contribuire allo sviluppo dei progetti e servizi rivolti alla comunità. Momenti che ci uniscono.

**Scegliendo un regalo della LILT darai a molte persone la possibilità di:**

- aderire alle campagne gratuite di prevenzione come il Nastro Rosa e le giornate dedicate alla prevenzione dei tumori in età pediatrica.
- usufruire dei nostri servizi di diagnosi precoce e poter così diagnosticare un tumore, quando la guaribilità è maggiore e le terapie meno invasive
- usufruire dei nostri servizi di counseling e sostegno psicologico
- partecipare ai nostri percorsi di supporto psico – fisico in fase riabilitativa
- prendersi cura della propria salute smettendo di fumare con il nostro corso “anti – fumo”

## ECCO ALCUNE PROPOSTE



Presepe di cioccolato (350 gr)  
contributo minimo 12 €



Babbo Natale di cioccolato (130 gr)  
contributo minimo 7 €



Stella di Natale  
contributo minimo 12 €



Portachiavi con semi di basilico  
contributo minimo 5 €



Foulard “Grandi Firme”  
contributo minimo 10 €



Sacca in tela Tobacco Free  
contributo minimo 10 €



E tanto altro  
sul sito  
per regalare  
prevenzione!

[www.legatumoribologna.it/natale-con-lilt](http://www.legatumoribologna.it/natale-con-lilt)  
[segreteria@legatumoribologna.it](mailto:segreteria@legatumoribologna.it)



### CAMPAGNA UOVA DI PASQUA

Torneranno a Pasqua  
le uova della solidarietà,  
non perderle!



### BOMBONIERE SOLIDALI

Trasforma il tuo momento felice in un contributo a sostegno dei progetti di prevenzione, diagnosi precoce e supporto ai malati che l'Associazione porta avanti con grande impegno ed entusiasmo, scegli una bomboniera solidale della LILT!



## **DIVENTANDO SOCIO**

Per essere protagonisti in prima persona nella lotta ai tumori.

## **CON UNA DONAZIONE**

Bollettino di C/C Postale n. 17403403

Bonifico:

Banco BPM Filiale 1533

IBAN IT 87 R 05034 02404 000000002000

le donazioni alla LILT Bologna sono fiscalmente detraibili.

## **LASCITI TESTAMENTARI**

Inserire un lascito alla LILT nelle proprie volontà è un gesto di grande solidarietà e responsabilità e ci aiuta a costruire un mondo in cui, grazie alla prevenzione e alla diagnosi precoce, si potrà vivere senza la paura del cancro.

Ogni lascito, quale che sia l'entità, è importantissimo per noi!

## **DIVENTANDO PERSONAL FUNDRAISER**

Organizzando un piccolo evento per la LILT, regalando i nostri gadget ad amici e conoscenti, distribuendo il nostro materiale informativo: ognuno può essere testimonial per la lotta ai tumori.

Grazie al web, attraverso piattaforme di crowdfunding come Rete del dono, potete coordinare un'azione di raccolta fondi, partecipando per esempio ad una corsa o ad una maratona ... o qualunque sfida vogliate cogliere.

## **CON IL VOLONTARIATO**

I Volontari offrono il loro tempo e il loro lavoro per contribuire alla promozione delle attività e dei progetti per costruire insieme un futuro senza cancro.

## **5X1000**

Con una firma nello spazio riservato alle Associazioni di Promozione Sociale, indicando il Codice Fiscale: 92049200378

## **BOMBONIERE E PARTECIPAZIONI SOLIDALI**

In occasione di un anniversario, matrimonio o unione civile, di un battesimo, prima comunione o cresima, della laurea o ogni altra ricorrenza, festeggia con una bomboniera solidale della LILT Bologna. Trasformerai così il tuo momento felice in un contributo a sostegno della lotta ai tumori.

## **DIRETTAMENTE DAL SITO INTERNET**

Basta un click

[www.legatumoribologna.it/con-una-donazione](http://www.legatumoribologna.it/con-una-donazione)

## **REGALANDO PREVENZIONE**

Regalando a una persona cara la possibilità di fare prevenzione presso lo spazio Lilt di bologna.

## **NATALE CON LA LILT**

Se vuoi contribuire a regalare futuro, dona servizi di sostegno ai pazienti e attività di diagnosi precoce e prevenzione dei tumori: scegli i regali solidali della Lilt!

Renderai così possibile per molte persone:

- aderire alle campagne gratuite come il Nastro Rosa
- diagnosticare precocemente un tumore, quando la guaribilità è maggiore e le terapie meno invasive
- usufruire dei nostri servizi di counseling e sostegno psicologico
- partecipare ai nostri percorsi di supporto psico - fisico in fase riabilitativa
- prendersi cura della propria salute smettendo di fumare con il nostro corso "anti - fumo"

## **LILT PER LE AZIENDE**

Sono diverse le possibilità di coinvolgimento per un'azienda che voglia sostenerci nella lotta contro i tumori a seconda di obiettivi ed interessi:

- attraverso le convenzioni per visite gratuite ai dipendenti
- scegliendo di sostenere direttamente uno dei progetti della Sezione
- coinvolgendo staff e dipendenti
- attraverso la donazione di beni e servizi
- attraverso la sponsorizzazione di eventi
- con iniziative di Cause Related Marketing
- donando alla LILT il budget destinato ai regali di Natale

UNO SGUARDO  
AL 2023

