

PRIMO PIANO

Settimana Nazionale
per la Prevenzione
Oncologica

DOSSIER

■ Regole per uno stile
di vita salutare

APPROFONDIMENTI

■ Volontari,
arrivano i rinforzi



Spazi Prevenzione

Ambulatori Lilt dedicati alla prevenzione, dove puoi sottoporerti a visite, esami di diagnosi precoce e trovare informazioni utili.

MILANO

- **viale Caterina da Forlì 61, tel. 02417744, 02417765** (chiuso il venerdì pomeriggio) visite senologiche, ginecologiche, dermatologiche, otorinolaringoiatriche, urologiche, mammografia, ecografia mammaria e ginecologica, Pap-test, funzionalità respiratoria; Centro Antifumo.
- **via Neera 48, tel. 028461227** (chiuso il venerdì pomeriggio) visite senologiche, ginecologiche, dermatologiche, otorinolaringoiatriche, urologiche, mammografia, ecografia mammaria e ginecologica, Pap-test, funzionalità respiratoria.

PROVINCIA

- **Monza: via San Gottardo 36, tel. 0393902503** (chiuso il venerdì pomeriggio) visite senologiche, ginecologiche, dermatologiche, otorinolaringoiatriche, urologiche, mammografia, ecografia mammaria e ginecologica, Pap-test, funzionalità respiratoria; Centro Antifumo.
- **Sesto San Giovanni: via Fratelli Cairoli 76, tel. 0297389893** (chiuso il venerdì pomeriggio) visite senologiche, ginecologiche, dermatologiche, otorinolaringoiatriche, urologiche, mammografia, ecografia mammaria e ginecologica, Pap-test, funzionalità respiratoria, consulenze alimentari; Centro Antifumo.
- **Abbiategrosso: presso l'Hospice, via dei Mille 8/10, tel. 029461303** visite senologiche, ginecologiche, dermatologiche, pap test.
- **Albate Brianza: piazza Conciliazione 42, tel. 0362931599** visite senologiche, dermatologiche.
- **Brugherio: viale Lombardia 270, tel. 0392897415** visite senologiche.
- **Cernusco sul Naviglio: via Fatebenefratelli 7, tel. 029244577** (chiuso il venerdì) visite senologiche, ginecologiche, dermatologiche, otorinolaringoiatriche, urologiche, grafia, ecografia mammaria e ginecologica, Pap-test, funzionalità respiratoria.
- **via Viganò 4, tel. 026571233, 026571534** (chiuso il venerdì pomeriggio) visite senologiche, ginecologiche, dermatologiche, otorinolaringoiatriche, urologiche, mammografia, ecografia mammaria e ginecologica, Pap-test, funzionalità respiratoria.
- **Concorezzo: via Santa Marta 18, tel. 03962800309** visite senologiche, dermatologiche.
- **Desio: Service Lions, via Portichetto 21, tel. 0362629193** visite senologiche.
- **Legnano: presso Ospedale Civile, via Canazza tel. 0331449922, 0331450080** visite dermatologiche; Centro Antifumo.
- **Novate Milanese: via Manzoni 8** (interno parco Ghezzi), tel. 0287244082, visite senologiche, ginecologiche, dermatologiche, otorinolaringoiatriche, urologiche e Pap-test.
- **Trecella di Pozzuolo Martesana: via della Stella 2, tel. 0295358669** visite senologiche, dermatologiche, ginecologiche e Pap-test.

ALTRI SERVIZI

- **Progetto "Donna Dovunque"**, rivolto a tutte le donne immigrate: visite senologiche, ginecologiche e Pap-test con medici appartenenti alle diverse comunità straniere. L'iniziativa è attiva negli Spazi Prevenzione di Sesto San Giovanni in via Fratelli Cairoli 76, di Milano in viale Caterina da Forlì 61 e di Monza in via San Gottardo 36.
- **Progetto D.A.R.E.**, in collaborazione con la Fondazione IRCCS Istituto Nazionale Tumori, rivolto alle donne esposte a "rischio ereditario" medio-basso d'ammalarsi di tumore al seno. Il progetto si propone di offrire a queste donne un servizio di sorveglianza clinica e strumentale personalizzato. Milano: viale Caterina da Forlì, 61.
- **Centri Antifumo** offrono percorsi per smettere di fumare e test di funzionalità respiratoria con medici pneumologi: **Milano, viale Caterina da Forlì 61**
Monza, via San Gottardo 36
Sesto San Giovanni, via Fratelli Cairoli 76
Legnano, presso Ospedale Civile, via Candiani 2
Cernusco sul Naviglio, via Fatebenefratelli 7
- **Settore Assistenza** piazza Gorini 22, Milano, tel. 0226683153. Apertura al pubblico dal lunedì al venerdì dalle 9.00 alle 13.00
- **Settore Volontariato** piazza Gorini 22, Milano, tel. 0226681070, 024952.1

PREVENIRE è VIVERE

Editore e Proprietario
Lega Italiana per la Lotta
contro i Tumori
Sezione Provinciale di Milano

Direttore Responsabile
Marco Alloisio

Coordinamento redazionale
Simona De Giuseppe

Testi

Simona De Giuseppe,
Fabrizia Nardecchia, Gianna Tinini,
Ettore Cioli.

Progetto grafico e impaginazione
Luisa Torreni

Redazione

Via Venezian 1, 20133 Milano
Tel. 0249521
Fax 022663484
www.legatumori.mi.it
info@legatumori.mi.it

Stampa

Grafiche Porpora
Segrate (Milano)

Informativa sulla privacy e per la tutela dei suoi dati

I suoi dati saranno trattati nel rispetto di quanto disposto dal "Codice in materia di protezione dei dati personali" (D. Lgs. 196/03), utilizzati dalla Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori esclusivamente ai fini istituzionali della stessa e non saranno comunicati né diffusi.

NR. ISCRIZIONE ROC: N. 22467
del 31/05/2012



Cari amici, parte la Settimana Nazionale per la Prevenzione Oncologica.

Siamo giunti alla sedicesima edizione e nell'arco di questi anni tante cose sono cambiate; si è diventati molto più consapevoli dell'importanza della "prevenzione" e più informati sulle regole da seguire.

Oltre cinquant'anni fa, nel 1964, è stata la stessa Organizzazione Mondiale della Sanità a riconoscere che gran parte dei tumori sono prevenibili con azioni individuali e collettive. Per questo motivo, ancora oggi, noi continuiamo a sottolineare l'importanza delle attività di prevenzione e diagnosi precoce nella lotta contro il cancro e siamo più che mai decisi a proseguire su questa strada

rivolgendoci anche alle giovani generazioni e alle comunità straniere, sempre più numerose nel nostro paese.

Quello che un tempo era considerato un "male incurabile" è oggi, in molti casi, una patologia da cui si può guarire o con la quale si può convivere. In Italia oltre 3 milioni di persone vivono con una diagnosi di tumore alle spalle, ma c'è di più: di queste, una parte può essere considerata guarita e per un numero rilevante di pazienti si prevede la guarigione.

Lo scorso anno si stima che siano stati diagnosticati 365mila nuovi casi di tumore maligno, ma ricordiamo che oltre un terzo di questi non si svilupperebbe se la popolazione adottasse alcuni accorgimenti: una dieta sana e equilibrata, una costante attività fisica e il totale abbandono di vizi come il fumo e il consumo di alcol. Semplici regole che, insieme ai controlli periodici, sono in grado di ridurre l'incidenza dei tumori e permettere agli specialisti di trattare più efficacemente le persone malate.

È importante seguire un'alimentazione corretta, consumare frutta e verdura di stagione, olio extravergine d'oliva, cereali integrali e pesce, tutti ingredienti base della **dieta mediterranea**, da sempre un'alleata della salute. Protagonista indiscusso sarà anche quest'anno **l'olio extravergine d'oliva**, un modello nutrizionale al quale viene riconosciuto il ruolo di "Re della prevenzione" nei confronti di alcune patologie, non solo tumorali. Un primato che gli ha permesso, nel 2010, di aggiudicarsi l'entrata nella Lista dei patrimoni culturali immateriali dell'umanità (UNESCO).

È terminato, a fine febbraio, il corso di formazione per i volontari e voglio ringraziare ancora una volta tutti coloro che hanno deciso di schierarsi al nostro fianco, sostenendoci nei progetti e nelle iniziative. Colgo anche l'occasione per **scusarmi** a nome di tutta l'Associazione per i disagi che molti di voi hanno riscontrato durante i mesi di gennaio e febbraio per l'implementazione del **nuovo sistema informatico**, volto a migliorare i servizi di prenotazione/accettazione/refertazione all'interno degli Spazi Prevenzione. Il nostro obiettivo è quello di migliorare costantemente le prestazioni offerte e fornire servizi sempre più performanti quindi anche se all'inizio questo cambiamento ha portato alcuni disagi, nel prossimo futuro tutti i benefici dell'introduzione saranno a regime.

Si avvicina il momento della dichiarazione dei redditi e la possibilità di destinare il **5x1000** alla Lilt di Milano... A voi non costa nulla ma per noi significa molto, ci aiuterete in prima persona a garantire la continuità dei servizi offerti alle persone malate e ai loro familiari, salvaguardando non solo l'aspetto diagnostico ma la loro qualità di vita.

Grazie a tutti, mi raccomando avete un appuntamento con la prevenzione!

Marco Alloisio



La salute vien **18-26 Marzo** MANGIANDO

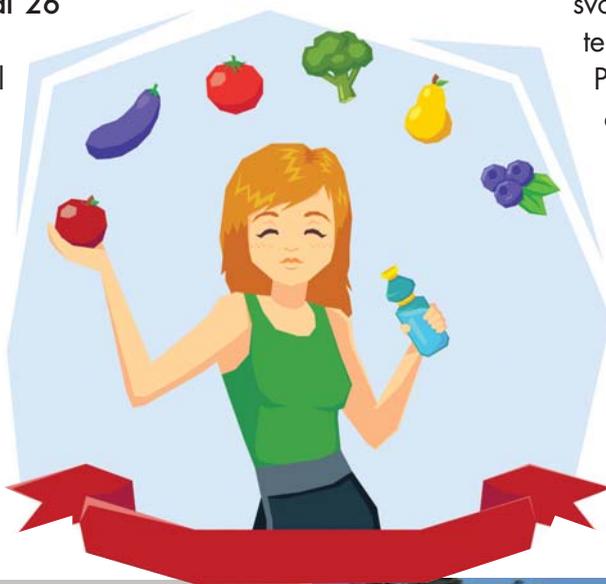
Settimana Nazionale per la Prevenzione Oncologica

Non fumare, fare attività fisica, effettuare controlli periodici e seguire un'alimentazione sana e corretta sono le regole base per prevenire la comparsa di moltissime patologie tra cui il cancro. Forte di questa convinzione la Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori di Milano lancia il tradizionale appuntamento con la prevenzione, giunto alla sua sedicesima edizione, con la **Settimana Nazionale per la Prevenzione Oncologica**, che si terrà in tutta Italia dal **18 al 26 marzo 2017**.

Istituita con Decreto del Presidente del Consiglio dei Ministri, ha l'obiettivo di diffondere **la cultura della prevenzione e della diagnosi precoce per la salute di tutta la popolazione**. Testimonial nazionali della Campagna saranno **Francesco Totti**, calciatore e capitano dell'A.S. Roma

ed ex Nazionale Italiana e lo chef **Massimo Bottura**, proprietario del ristorante Osteria Franciscana di Modena, premiato con tre stelle Michelin e classificatosi primo ristorante al mondo nella lista dei The World's 50 Best Restaurants Awards 2016 di New York. Scopo prioritario di questa settimana sarà, dunque, la **sensibilizzazione** della popolazione sull'importanza di adottare uno **stile di vita sano e attento**.

“Uno dei nostri impegni più importanti risiede nel custodire la salute delle persone, promuovendo una coscienza sanitaria e diffondendo l'abitudine ai corretti stili di vita - dichiara il prof. Marco Alloisio, presidente della Sezione Provinciale di Milano della Lilt - . Ogni giorno, in Italia, circa 1.000 persone ricevono la diagnosi di tumore e più del 30% delle patologie tumorali possono essere contrastate proprio grazie alla prevenzione. È importante svolgere attività fisica e mantenersi sempre in movimento. Per il secondo anno consecutivo è stata rinnovata la partnership con “Ciclobby” ed, inoltre, saremo presenti, in qualità di charity partner, alla storica corsa ciclistica Milano-Sanremo. Sabato 18 marzo, vi aspettiamo per effettuare visite di diagnosi pre-



Lilt per VOI

► Dal 18 al 26 marzo la nostra Unità Mobile farà tappa nei comuni di Milano, Cesano Boscone, Busto Garolfo, Buccinasco, Nerviano, Monza, Rescaldina, Vimodrone e Lainate. Le tappe potrebbero essere soggette a modifiche.

Per le date specifiche, gli aggiornamenti e tutte le informazioni dettagliate potete consultare www.legatumori.mi.it

Sul nostro sito potrete trovare tutte le informazioni sugli eventi organizzati in collaborazione con diversi partner per sensibilizzare i cittadini sull'importanza della prevenzione e dei corretti stili di vita.



L'OLIO DEL BENESSERE

I segreti dell'olio extravergine di oliva sono racchiusi in tre parole: acido oleico, vitamina E, polifenoli. L'acido oleico è un grasso insaturo che aiuta a mantenere bassi i livelli di colesterolo "cattivo", LDL, ma protegge il colesterolo "buono", HDL. Questo compito è importantissimo, perché se le arterie sono pulite si riduce il rischio di malattie cardiovascolari, dall'infarto all'ictus e si previene l'ipertensione. La vitamina E e i polifenoli sono, poi, delle importantissime sostanze antiossidanti, che contrastano i radicali liberi, cioè gli scarti che si formano continuamente nel nostro organismo e che danneggiano e fanno invecchiare tutte le cellule, aumentando il rischio di molte patologie, dai tumori alle già citate malattie cardiovascolari.

coce gratuite e consulenze alimentari, presso la nostra Unità Mobile, presente alla partenza della corsa.

Lo scopo è rinnovare l'importanza del connubio **movimento e salute**. Recenti studi condotti in Europa e Stati Uniti, infatti, hanno dimostrato che chi fa esercizio fisico ha il 7% di probabilità in meno di ammalarsi".

Diagnosticare precocemente un tumore non significa non ammalarsi, ma poter "giocare d'anticipo". Alcuni big killer, infatti, se individuati quando sono ancora in fase iniziale e confinati a un particolare organo, hanno un'alta percentuale di guarigione, con cure poco invasive e che salvaguardano la **qualità di vita** del paziente.

Protagonista indiscusso della Settimana sarà, come sempre, **l'olio extravergine d'oliva**, noto per le sue qualità benefiche e fulcro della dieta mediterranea, che si integra perfettamente con una sana e varia alimentazione. Cereali integrali, legumi, verdura, olio extravergine di oliva, frutta e pesce: questi gli ingredienti base della dieta della salute. È ormai accertato, infatti, che nelle popolazioni che seguono la dieta mediterranea ci sia un'incidenza inferiore di malattie cardiovascolari e di alcuni tumori.

Tra le varie iniziative in favore della popolazione, per tutta la Settimana, la nostra **Unità Mobile** offrirà ai cittadini di Milano e provincia la possibilità di sottoporsi gratuitamente a vi-

SHOPPER DELLA SALUTE

Presso l'Unità Mobile la nostra Associazione metterà a disposizione brochure informative per una sana e corretta alimentazione. Sarà possibile, inoltre, richiedere la tradizionale shopper della salute, con gli alimenti tipici della dieta mediterranea: olio extravergine d'oliva, pomodori pelati e pasta. Adottare come alimentazione la tradizionale dieta mediterranea, ricca di frutta, verdura e povera di grassi, rappresenta un alleato prezioso per il nostro benessere.

site di diagnosi precoce oncologica e consulenze alimentari. Un modo comodo e totalmente gratuito per portare la prevenzione a tutta la cittadinanza. ▶

LA SOLIDARIETÀ SU DUE RUOTE

Attività fisica e solidarietà si "muovono" di pari passo grazie a **#senzabicinonstare ASD**, la bike community nata per promuovere e incentivare la partecipazione alle attività sportive ciclomateriali nazionali e internazionali (granfondo, gare di MTB, ultracycling, cicloturistiche, raduni, randonnee, corse a circuito, ecc...) e per organizzare attività sociali e istituzionali aperte sia ai tesserati ASI Nazionale, che a quelli della FCI e degli altri Enti di Promozione Sportiva riconosciuti dal CONI.

Andare in bicicletta è un'attività benefica che permette di mantenersi in forma e che tutti possiamo praticare. Proprio per questo decidere di pedalare insieme a loro vuol dire non solo mantenersi in salute ma anche sostenere le attività dell'Associazione.

Il team **#senzabicinonstare ASD** ha scelto di sostenere il Servizio Assistenza Bambini della Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori di Milano donando 10,00 euro per ogni quota d'iscrizione e il 10% sulla vendita dell'abbigliamento tecnico ufficiale al progetto.

Per avere maggiori informazioni scrivi a segreteria@senzabicinonstare.it o visita i canali social cercandoli con l'hashtag **#senzabicinonstare**.



La Gazzetta dello Sport
Tutto il rosa della vita

RCS Sport
Move your Business

Milano Sanremo

108ª EDIZIONE - 18 MARZO 2017



Design by Sassan Floorflo

*La Classicissima
di Primavera*



Con il patrocinio di:



Le 12 REGOLE per uno stile di vita salutare



- ✓ NON FUMARE NE' FARE USO DI TABACCO
- ✓ NON FUMARE IN CASA E SOSTIENI IL DIVIETO DI FUMO SUL LAVORO

Non è mai troppo tardi per smettere di fumare. Ogni anno in Italia muoiono circa 83mila persone per patologie correlate al fumo. Le sigarette sono il maggior fattore di rischio per l'insorgenza del carcinoma del polmone. Al fumo è possibile ascrivere l'85-90% di tutti i tumori polmonari. Un rischio che cresce con la quantità delle sigarette fumate e con la durata dell'abitudine al fumo. Le statistiche non restituiscono dati positivi neanche di genere: dalle ultime indagini, infatti, risulta che stia aumentando vertiginosamente anche il numero delle donne fumatrici, problema da non sottovalutare soprattutto se consideriamo che molte di loro non riescono a smettere di fumare nemmeno durante il periodo della gravidanza. Spesso molte persone, nonostante siano consapevoli dei danni provocati dalla dipendenza dal fumo, non riescono ad eliminarlo dalla loro vita perché la dipendenza da questo tipo di sostanza non è solo fisica ma anche psicologica. Vogliamo quindi ricordare ai fumatori che la Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori può fornire aiuto e sostegno attraverso i **Centri Antifumo Lilt**, dove uno psicologo studia un percorso, individuale o di gruppo, adatto alla problematica, supportando la persona per trovare la soluzione al problema della dipendenza.

Nei Centri Antifumo è possibile anche effettuare i test di funzionalità respiratoria, che prevedono un esame spirometrico e il test del monossido di carbonio nell'espriato. Il primo determina la capacità polmonare attraverso la misurazione dei volumi dei vari gas ispirati ed espirati; il secondo misura la quantità e la concentrazione nei polmo-



ni del monossido di carbonio, gas tossico, prodotto da ogni combustione e quindi anche dalle sigarette. Per informazioni: prevenzione@legatumori.mi.it



- ✓ MANTIENI IL PESO FORMA
- ✓ SVOLGI ATTIVITÀ FISICA: è importante muoversi tutti i giorni

È dimostrato che svolgere una regolare attività fisica diminuisce la probabilità di sviluppare tumori rispetto a chi conduce una vita sedentaria. È la tesi finale di uno studio del **National Cancer Institute Usa** che ha preso in esame dati di 1,4 milioni di persone tra Europa e Stati

Uniti: chi fa esercizio fisico ha il 7% di probabilità in meno di ammalarsi. L'attività fisica regolare infatti consente di mantenere il peso corporeo nei limiti della norma, evitando così gli effetti che favoriscono la crescita tumorale tipica di chi è in sovrappeso. Sarebbe sufficiente camminare per 30 minuti al giorno, oppure se non si ha molto tempo a disposizione, durante l'arco della giornata si potrebbe percorrere a piedi il tragitto da casa a lavoro o a scuola, oppure fare le scale invece di prendere l'ascensore.

- ✓ EVITA LUNGHE ESPOSIZIONI SOLARI e attenzione ai bambini. Usa le protezioni solari e non utilizzare le lampade solari.

Il melanoma è il più aggressivo dei tumori della pelle e nasce dalla trasformazione tumorale delle cellule della cute chiamate melanociti, che normalmente sono deputate alla difesa della pelle dai raggi UV mediante la produzione del pigmento cutaneo (melanina) sotto lo stimolo della luce solare. Fra tutti i tumori, è quello più visibile, facendo un po' di attenzione è possibile notare il cambiamento sulla propria cute e tenere sotto controllo ogni possibile modificazione. Si tratta di uno dei principali tumori che insorgono in giovane età e costituisce



in Italia, attualmente, il terzo tumore più frequente in entrambi i sessi al di sotto dei 50 anni. La sopravvivenza a 5 anni per i melanomi cutanei in Italia è pari all'85,4%. Il rischio di insorgenza del melanoma cutaneo è legato a fattori genetici, fenotipici, ambientali e dalle combinazioni

tra questi. È importante sottoporsi a controlli regolari ed evitare, soprattutto per i bambini, esposizioni prolungate ai raggi solari, in particolare nelle ore centrali della giornata. Utilizzare sempre creme solari ad alta protezione per schermare i raggi UVA+UVB. Negli Spazi Prevenzione LILT è possibile effettuare controlli periodici alla pelle.



- ✓ **SEGUI UNA DIETA SANA:** mangia tutti i giorni frutta, verdura, legumi e cereali integrali
- ✓ **LIMITA I**

CIBI ad alto contenuto calorico

- ✓ **LIMITA IL CONSUMO** di carne rossa e evita le carni conservate
- ✓ **LIMITA I CIBI** ad alto contenuto di sale ed evita le bevande zuccherate
- ✓ **SE BEVI ALCOLICI LIMITANE L'ASSUNZIONE.** Per prevenire i tumori è meglio non bere alcol

La salute parte dalla tavola, ed imparare sin da piccoli le regole di una sana e corretta alimentazione aiuterà a diventare adulti consapevoli e in salute. La tradizionale dieta mediterranea è considerata in tutto il mondo uno dei più efficaci modelli per la prevenzione. Mangiare frutta, verdura, legumi, cereali e pesce insieme ad un moderato consumo di formaggio, vino, carne rossa e bianca e condire tutto con olio extra vergine di oliva può aiutarci a creare una base solida per prevenire qualsiasi tipo di patologia. I grassi saturi contenuti nella carne e negli insaccati non dovrebbero mai superare il 15% delle calorie totali giornaliere. Al contrario gli

omega-3, contenuti nel pesce (salmone, tonno fresco, trota, sgombri, aringhe), nella soia, nella frutta secca oleosa, come noci e mandorle, e nei semi di lino, sembrano svolgere un ruolo protettivo nei confronti dei tumori. All'interno degli Spazi Prevenzione LILT è possibile ricevere **consulenze alimentari** e avere informazioni personalizzate sugli stili di vita più corretti e sani. **Per informazioni: prevenzione@legatumori.mi.it ed inoltre...**

- ✓ **SUL LUOGO DI LAVORO, PROTEGGITI dall'esposizione ad AGENTI CANCEROGENI**
- ✓ **IN CASA PROTEGGITI** da possibili alti livelli di radiazioni radon



- ✓ **ALLATTA AL SENO** fino al sesto mese, **LIMITA** l'uso della terapia ormonale sostitutiva in quanto aumenta il rischio cancro
- ✓ **ASSICURATI** che tuo FIGLIO sia **VACCINATO** per l'epatite B (neonati) e per l'HPV (ragazze)
- ✓ **ADERISCI AI**

PROGRAMMI DI SCREENING

Diagnosticare in fase precoce non significa non ammalarsi, ma poter giocare d'anticipo. Alcuni big killer, se individuati ancora quando sono in fase iniziale e confinati a un particolare organo, hanno un'alta percentuale di possibilità di guarigione, con cure poco invasive e salvaguardando la qualità di vita del paziente.

Favorire la **diagnosi precoce** è da sempre un impegno della Lilt Milano, essendo l'anticipazione diagnostica, insieme alla prevenzione, ancora oggi una delle armi più efficaci nella battaglia contro il cancro.



DIAGNOSI PRECOCE: è importante prendersi cura di se stessi

Il 2016 si è contraddistinto per un ulteriore aumento, rispetto all'anno precedente, delle visite di diagnosi precoce, segno evidente di una maggiore consapevolezza per la propria salute. Sono, infatti, **3.179** le visite e gli esami di diagnosi precoce effettuati in più rispetto al 2015.

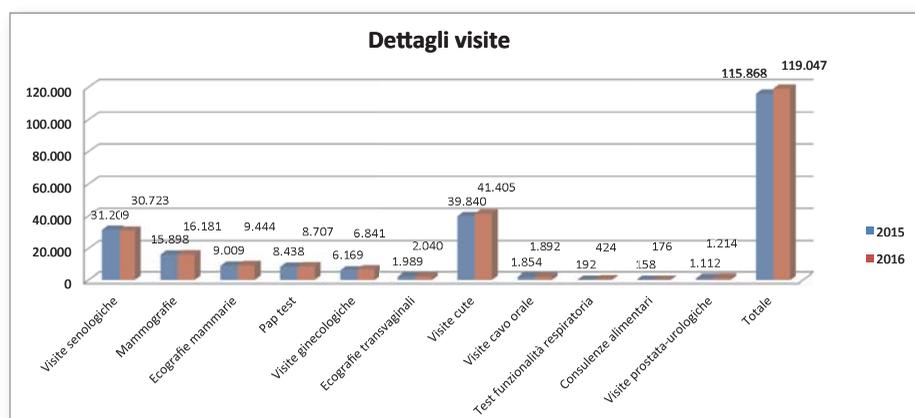
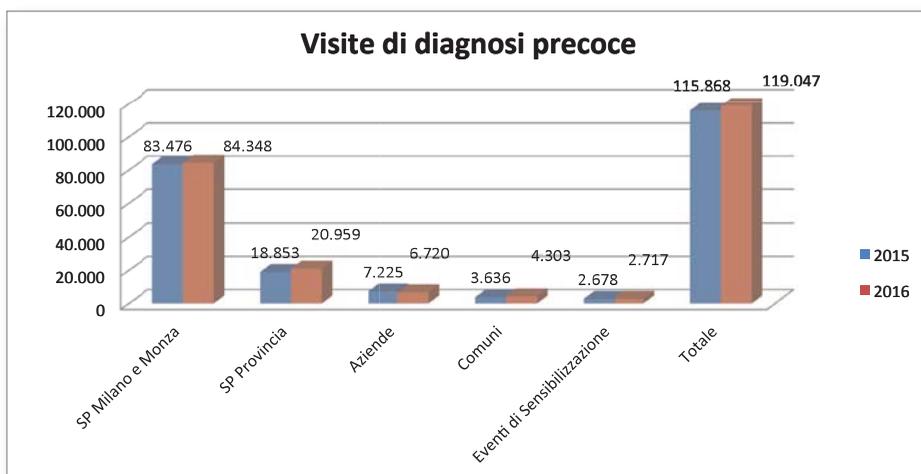
All'interno degli Spazi Prevenzione, dell'Unità Mobile, nelle infermerie universitarie, negli ambulatori di aziende ed enti, sono state **119.047** le prestazioni offerte dalla Lilt, con un aumento del 2,74%. Un traguardo molto importante. Anche lo scorso anno, come i due precedenti, il primato come numero di visite lo detengono i controlli dermatologici: **41.405**, 1600 in più rispetto al 2015. Nel 2016 in Italia i nuovi casi di melanoma riscontrati sono stati circa 13.800, di questi però l'80% oggi guarisce. Per questo è importante sottoporsi regolarmente a una visita della cute per cogliere i segni della patologia appena compaiono.

Inoltre, sono state **30.723** le donne che si sono sottoposte a visite senologiche e **16.181** le mammografie effettuate. La popolazione femminile, sempre sensibile alle tematiche riguardanti la salute, appare ancor più propensa alla prevenzione,

e a sottoporsi periodicamente ai controlli, al contrario dell'universo maschile che è ancora molto lontano da questo processo culturale, nonostante siano stati registrati, anche per loro, dei numeri positivi.

Sono infatti aumentate le visite urologiche. Nel 2016 gli uomini che si sono sottoposti ai controlli sono stati **1.214**, 102 in più rispetto all'anno precedente. Un piccolo passo che si spera porti ad una maggior sensibilizzazione anche della popolazione maschile, soprattutto considerando che il tumore alla prostata è tra i

più diffusi. Nel 2016 sono stati diagnosticati circa 35 mila nuovi casi in Italia. Questa patologia se diagnosticata in tempo può essere curata con successo: la speranza di sopravvivenza a 5 anni si avvicina al 90% e la percentuale è ancor più elevata se la diagnosi avviene in uno stadio precoce. Proprio per diffondere la cultura della prevenzione "al maschile" anche lo scorso anno la Lilt ha aderito alla Campagna Internazionale Movember, per sensibilizzare gli uomini sull'importanza di sottoporsi a controlli periodici. ▶



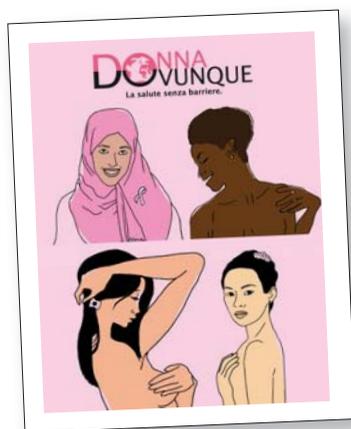
DONNA DOVUNQUE:

tutti i colori della prevenzione

“Donna Dovunque”, offre alle donne migranti la possibilità di avvicinarsi alla cultura della salute e della prevenzione oncologica attraverso seminari, materiale informativo e visite di diagnosi precoce.

Ad oggi sono più di **2000** le donne straniere che hanno beneficiato e partecipato con entusiasmo ai seminari

in lingua e alle visite presso gli Spazi Prevenzione. Si tratta di donne provenienti da tutto il mondo: Centro e Sud America (Perù, Ecuador, Colombia, Bolivia, Cile e Cuba), Africa (Senegal, Nigeria, Burkina Faso, Etiopia, Ghana, Egitto e Marocco), Europa dell'est e Asia (Moldavia, Bosnia, Romania, Ucraina, Albania, Siria, Russia e



Cina) con un'età compresa tra i 19 e i 69 anni.

Le visite realizzate da Marzo 2015 a Gennaio 2017 sono 1450, ovvero una media di 90 visite al mese presso gli Spazi Prevenzione coinvolti nel progetto.

Per sensibilizzare le donne straniere, molte delle quali senza permesso di soggiorno, sono stati creati e distribuiti fino ad oggi **36.000** materiali informativi, tra cui locandine e dépliant di sensibilizzazione in italiano, inglese, arabo, cinese, russo, filippino e spagnolo.

“Considero il progetto Donna Dovunque uno dei pochi che dà concretamente la possibilità alle comunità straniere non solo di sentirsi più integrate

e più vicine a questo paese, ma anche di portare l'informazione e l'educazione sanitaria corretta sulla prevenzione nella loro lingua d'origine, il che comporta la massima comprensione del messaggio - dichiara la Dott.ssa Fuor -. Purtroppo per motivi sia economici che di diversità educativa e culturale, le donne di molte comunità straniere trascurano la propria salute. Il progetto quindi è fondamentale per risvegliare la coscienza verso se stessi e verso una routinaria cura per la propria salute e di quella della propria famiglia, offrendo tutti gli strumenti per poterlo fare. È incredibile l'interessamento e il flusso delle domande ricevute sia nell'arco delle lezioni che in privato; queste donne hanno forte necessità di essere istruite e spinte verso la prevenzione, problematica che riguarda anche donne più giovani della propria comunità”.

PAROLE DI MAMMA

“Parole di Mamma” nasce da un bisogno espresso dal Primario della Struttura Complessa di Pediatria

dell'Istituto Nazionale dei Tumori: **l'insegnamento dell'italiano base alle mamme straniere grazie all'aiuto dei volontari.** Il progetto ha subito trovato il pieno appoggio della Lilt che, partendo da un bisogno, è arrivata all'ideazione di un progetto che prevede la formazione dei nostri volontari affinché a loro volta possano insegnare le nozioni base della lingua italiana ai genitori dei piccoli pazienti ricoverati presso l'Istituto Nazionale dei Tumori. Il progetto che **LILT Milano** ha realizzato insieme all'**Istituto Nazionale dei Tumori** e alla rete associativa “Scuole senza Permesso”, è stato inaugurato nel mese di febbraio. Un'iniziativa che coinvolge non solo le mamme e i papà dei piccoli pazienti stranieri in cura, che ad

Parole di Mamma

oggi sono circa il 40% di tutti bambini ricoverati in pediatria (oncologica), ma anche i **volontari**

Lilt Milano, vista l'importanza di dover comunicare con i genitori su tutto ciò che riguarda la degenza e la salute dei piccoli stranieri ricoverati, come ad esempio l'igiene dei pazienti e le indicazioni infermieristiche di base. Gli incontri di formazione si sono tenuti presso lo spazio didattico Lilt dove gli operatori della rete associativa “Scuole senza Permesso” si sono occupati di formare i volontari per poi affiancarli in un periodo di tirocinio all'interno dell'Ambulatorio e del Reparto di Pediatria. È necessario quindi per i medici e gli operatori socio-sanitari essere aiutati nella comunicazione dei concetti base utili a migliorare la relazione medico-paziente e la qualità di vita dei piccoli pazienti.

Un San Valentino speciale



Credits: Make up Michele Magnani per MAC Cosmetics e Hair style Davide Calò di Extro Parrucchieri Milano

Dal 9 al 12 febbraio, la città di Milano ha accolto il "Salon du Chocolat", il più importante evento al mondo dedicato al cioccolato e alle sue eccellenze. Circa 80 espositori hanno ospitato alcuni dei nomi più famosi: Ernst Knam, Gualtiero Marchesi, Carlo Cracco, Iginio Massari, Davide Oldani, Davide Comaschi e Andrea Besuschio, che hanno animato l'evento con show cooking, presentazioni di libri, intrattenendo e coinvolgendo il pubblico presente. Il Salon du Chocolat si è schierato al fianco della Lilt, in una "dolce" iniziativa solidale.

Durante la giornata di inaugurazione, **Federica Fontana**, famoso volto di SKY, insieme a **Davide Comaschi**, Direttore della prima **Chocolate Academy** di Milano e vincitore del World Chocolate Master, hanno presentato in uno show cooking la ricetta del **Cuore di San Valentino 2017**, un cioccolatino ideato e realizzato dallo chef proprio per sostenere Lilt Milano, un connubio speciale tra cuore e palato.

Grazie anche al bellissimo scatto fotografico del maestro **Giovanni Gastel**, questa pralina è stata protagonista di una raccolta fondi, dedicata ai bambini malati, in particolare per le Case Alloggio e l'accompagnamento alle terapie. ▶



Davide Comaschi e Federica Fontana insieme al prof. Marco Alloisio, Presidente Lilt Milano

Grazie a: ✓ **Davide Comaschi** maitre chocolatier e direttore della Chocolate Academy ✓ **Annalisa Gallo**, architetto ✓ **Giovanni Gastel**, fotografo di Image Service srl ✓ **Federica Fontana**, presentatrice televisiva ✓ **Corinna Pavoni** della Pavoni Italia Spa ✓ **Francesco Formica** di Prograf ✓ **Pietro Cerretani** curatore del Salon du Chocolat Milano ✓ **Freedot srl** ✓ **MAC Cosmetics** ✓ **Extro Parrucchieri Milano**

ARRIVANO I RINFORZI, li aspettiamo a braccia aperte...

Sono 58 i nuovi volontari che hanno appena terminato il **Corso di Formazione** intenso e impegnativo ed iniziano ufficialmente la loro attività in questi giorni.

Ora è finalmente arrivato il gran momento, che viene da tutti vissuto con un po' di trepidazione. Non si sentiranno soli, perché saranno accolti da un "tutor" che li affiancherà nei primi contatti con i

malati, gli operatori, gli utenti, lo staff della LILT, a seconda dell'ambito di operatività in cui si inseriranno, saranno accolti davvero "a braccia aperte", contiamo sul loro entusiasmo, perché rappresentano una risorsa che si rivela spesso propositiva, e il loro inserimento costituisce uno stimolo al rinnovamento. Grazie di essere con noi, speriamo che ci rimarrete a lungo! ▶

...aspettiamo a braccia aperte anche tanti giovani

Un'esperienza positiva, al di là delle aspettative, è stata quella con i ragazzi del "Progetto Giovani": ragazzi delle superiori che al termine delle lezioni dedicano al volontariato una parte delle loro vacanze. È una "formazione alla vita", che li mette in contatto con situazioni a volte delicate, che li induce a riflettere su realtà spesso mai af-

frontate, e valutano tutti positivamente l'esperienza vissuta. Lanciamo un messaggio ai giovani tra i 16 e i 19 anni a candidarsi per un'esperienza di volontariato presso la Lilt nei mesi di giugno e luglio al termine dell'anno scolastico.

Settore Volontariato - Tel. 02/49521 oppure volontariato@legatumori.mi.it

Un incontro può cambiarti la vita

“**L**a mia amica Irina è una simpatica bambina ucraina di circa 8 anni affetta da una grave patologia al fegato! È stata operata in Ucraina nel 2014 e porta ancora due vistose cicatrici sull'addome! Sfortunatamente, a quanto mi è stato detto, le prospettive non erano rassicuranti per cui, nel giugno 2015, è venuta in Italia con la madre iniziando un iter terapeutico presso l'Istituto Nazionale dei Tumori di Milano.

Ho conosciuto questa bambina che, insieme alla mamma, aveva trovato alloggio a Pioltello, nella cosiddetta casbah, nel settembre 2015. Penso di essere stato il primo volontario ad averla accompagnata; fortunatamente non ci sono mai stati grossi problemi di comunicazione in quanto, essendo la mia compagna ucraina, ero in grado di comunicare senza problemi con loro. Il primo accompagnamento si è svolto tranquillamente; la bimba, sul sedile posteriore dell'auto, sonnecchiava appoggiata alla madre che, dal canto suo, mi sembrava piuttosto imbarazzata, forse per il fatto di non essere in grado di esprimersi

compiutamente con me.

L'atmosfera è completamente mutata durante il secondo accompagnamento, due giorni dopo.

Irina era sveglia, arrabbiata, capricciosa con la madre e mi scrutava con una certa attenzione mista a diffidenza. Io mi voltavo sovente per sorriderle o ammicciare anche perché ritenevo di non essere in grado di fare altro pensando che Irina non fosse in grado di comprendermi ed esprimersi.

Il giorno seguente andai nuovamente a prenderla: erano in programma un emocromo ed una chemio; accadde, però, con mia somma meraviglia, che questo piccolo diavoleto, ad una mia domanda, che ritenevo retorica e fatta solo per rompere il silenzio, rispondesse in un italiano un po' incerto ma immediato! Quindi, durante i due precedenti accompagnamenti, aveva finto di non



capire quanto io tentavo di dire a lei ed a sua madre, alla quale si era decisa di fare finalmente da interprete.

Quindi mi aveva studiato per tutto il tempo!

Mi chiese come si stesse seduti al posto guida; io accostai e la feci sedere al mio posto, cercando di spiegarle come si guidasse una vettura, ma mi accorsi che la sua attenzione era volta particolarmente a cercare di suonare il clacson.

Quando arrivammo in Istituto bofonchiò qualcosa nell'orecchio di sua madre e poi, sotto il suo sguardo compiaciuto, mi chiese di fare qualche fotografia con me; ovviamente **io mi sciolsi completamente** anche se mi ero già trovato in quella situazione.

Irina e sua madre sono tornate in Ucraina a metà giugno ma ci siamo sempre tenuti in contatto tramite Viber e sono tornate a metà luglio per un primo controllo che si è rivelato estremamente soddisfacente!

Abbiamo festeggiato andando a cena anche se la sua attenzione è stata attratta solo da una grossa fetta di pizza margherita.

A metà novembre saranno nuovamente in Italia per effettuare ulteriori controlli; ci siamo sentiti spesso e, l'ultima volta, si è già prenotata per una ulteriore margherita..."

Gualtiero Stefanachi, volontario

NASCE A CASA LONTANI DA CASA ONLUS



A coronamento di un lungo cammino di impegno da parte di tante persone, ed associazioni come la nostra, si è costituita ufficialmente l'Associazione **A CASA LONTANI DA CASA ONLUS**, la rete mi-

lanese e lombarda di Case di Accoglienza per malati e familiari che giungono a Milano e dintorni per curarsi.

Quello che era nato come un progetto utopistico ha acquisito man mano concretezza, grazie anche alla disponibilità e alla partecipazione di molte associazioni e strutture di accoglienza presenti e attive sul territorio, con circa 1000 posti letto a disposizione dei malati e loro accompagnatori.

Il nuovo assetto giuridico agevolerà l'operatività della rete di accoglienza, sia al proprio interno che nei rapporti con le istituzioni e il territorio, proseguendo nelle iniziative in corso e attivandone di nuove, perseguendo sempre l'obiettivo di dare risposte efficaci alle esigenze dei pazienti che affrontano tanti disagi per curarsi lontano da casa. Per maggiori informazioni www.acasalontaniodacasa.it oppure 800 161952.

ARTLAB

Il laboratorio Artistico che la LILT gestisce all'interno dell'Istituto Nazionale dei Tumori di Milano - si è arricchito di una nuova iniziativa: **Ma che Musica, Maestro!**

Ogni mercoledì pomeriggio i partecipanti al corso vengono coinvolti in un susseguirsi di esercizi di musica e di canto, sotto la guida attenta di Simone, esperto insegnante di musica. Le lezioni alternano momenti di teoria ad altri di applicazione pratica. Non mancano inoltre momenti di puro ascolto musicale di pezzi di musica classica o moderna, a seconda delle esigenze e delle preferenze dei presenti.

L'inserimento di questo nuovo corso nel calendario di **ArtLab** è stato molto apprezzato dagli iscritti al Laboratorio, perché la musica rappresenta una forma d'arte particolarmente adatta a creare momenti di rilassamento e di divertimento, sia se vissuta attivamente attraverso il canto e l'utilizzo di strumenti musicali, sia passivamente con il puro ascolto, lasciando fluire liberamente le emozioni del momento e lasciandosi trasportare dalle note. Trascorrere un paio d'ore in compagnia di amici ascoltando buona musica, imparando anche a leggere uno spartito musicale e ad usare la propria voce come un vero e proprio strumento, è un'occasione sicuramente attraente e **ArtLab** è felice di poter offrire questa opportunità ai malati oncologici. **Grazie alla Fondazione Johnson & Johnson** per averci sostenuto nell'acquisto dei materiali per il progetto **ArtLab** nell'anno 2016/2017.

Il corso, come tutte le altre iniziative di **ArtLab**, è aperto a pazienti, ex-pazienti oncologici, familiari di pazienti ed eventuali accompagnatori. **Per maggiori informazioni e per iscrizioni rivolgersi a: LILT - Settore Assistenza - P.zza Gorini, 22, Milano - laboratorioartistico@legatumori.mi.it - tel. 02-49521 oppure 02-26683153**

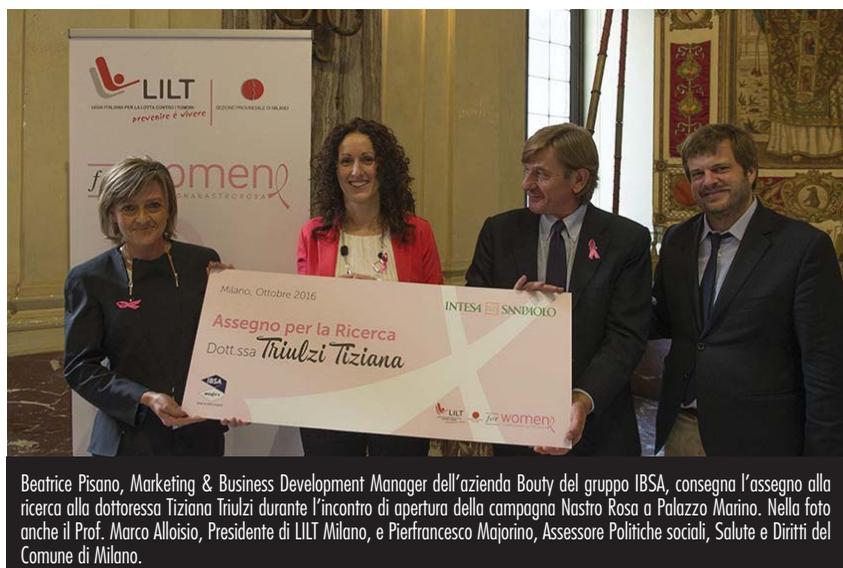
BOUTY a supporto della ricerca e del benessere

Bouty S.p.A, società del gruppo IBSA, rappresenta oggi una società leader in Italia, da sempre attenta alle esigenze dei pazienti e dei consumatori, pronta a valorizzare l'innovazione in ambito di ricerca e sviluppo per offrire prodotti all'avanguardia e di qualità. La ricerca scientifica è storicamente parte integrante delle attività istituzionali della Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori, tanto che negli ultimi 15 anni sono stati finanziati oltre 100 progetti di ricerca, risultati poi essenziali per la conoscenza della malattia oncologica in Italia. Con l'intento di sostenere l'impegno della Lilt nel promuovere gli studi riguardanti l'innovazione e la ricerca in campo oncologico, quindi, anche Bouty ha deciso di offrire il proprio contributo.

sono i punti di forza che caratterizzano Bouty fin dalla sua nascita e che da sempre costituiscono il fondamento dei valori dell'azienda.

Al tempo stesso l'azienda vuole avere un'influenza positiva sulla società nel suo complesso con-

nanziato una borsa di studio a favore di una ricercatrice impegnata nella lotta al tumore al seno, la Dottoressa Tiziana Triulzi, biotecnologa e ricercatrice presso la Fondazione IRCCS Istituto Nazionale dei Tumori di Milano, che sta studiando l'"Interazione



Beatrice Pisano, Marketing & Business Development Manager dell'azienda Bouty del gruppo IBSA, consegna l'assegno alla ricerca alla dottoressa Tiziana Triulzi durante l'incontro di apertura della campagna Nastro Rosa a Palazzo Marino. Nella foto anche il Prof. Marco Alloisio, Presidente di LILT Milano, e Pierfrancesco Majorino, Assessore Politiche sociali, Salute e Diritti del Comune di Milano.

■ **Che cosa significa per voi di Bouty - IBSA Responsabilità Sociale di Impresa? E quali sono i vantaggi per un'azienda di sostenere una causa sociale?** Mission storica di Bouty è rispondere con soluzioni complete, specifiche e innovative a tutte le esigenze di salute e benessere di pazienti e consumatori, e offrire agli operatori sanitari strumenti validi alla propria attività diventando un riferimento importante nelle aree terapeutiche osteoarticolare, respiratoria, dermatologica, otologica, gastrointestinale e nella medicazione sia di base che avanzata. Struttura organizzata e personale qualificato, tecnologia innovativa, ricerca e attenzione al contesto in cui opera

tribuendo alla conservazione del pianeta con la riduzione al minimo dell'impatto ambientale e, ove possibile, azzerarlo completamente.

In questo contesto si inserisce anche l'esigenza di sostenere una causa sociale quale quella della lotta contro i tumori.

■ **Perché avete scelto LILT e quali sono le attività che realizzate in collaborazione e a sostegno di LILT?** Proprio con la LILT di Milano abbiamo voluto sostenere la campagna NASTRO ROSA per diffondere la cultura della prevenzione e garantire visite senologiche gratuite alla cittadinanza. Inoltre abbiamo fi-

tra cellule tumorali e adipociti: come bloccare la progressione del tumore della mammella".

■ **Come recepiscono i vostri clienti i messaggi legati alla prevenzione e alla lotta ai tumori?** I nostri clienti sono i farmacisti ed il consumatore finale. I nostri clienti percepiscono i messaggi legati alla prevenzione e alla lotta ai tumori con estrema sensibilità in quanto sono comunque professionisti che, per il loro lavoro, entrano in contatto quotidiano con persone bisognose di cure e toccano con mano le problematiche che queste patologie comportano a livello non solo fisico ma anche psicologico. ▸

Chiedete informazioni e partecipate alle nostre prossime iniziative:
www.legatumori.mi.it - marketing@legatumori.mi.it

Floralia

25-26 marzo

Basilica di San Marco

Sabato 25 e domenica 26 marzo la primavera ci dà il benvenuto alla mostra mercato di fiori di Floralia, ospitata dalla Basilica di San Marco. Vi aspettiamo presso il nostro corner per proporvi la Shopper della salute, contenente l'olio extravergine LILT, la passata di pomodoro e la pasta, le piante aromatiche, idee per la Pasqua e il nostro materiale per promuovere la Prevenzione oncologica. Venite a trovarci e ne vedrete delle belle e buone!

Milano Marathon

2 aprile

Lilt conferma la sua partecipazione come Platinum Charity Partner all'edizione 2017 del Charity Program della Milano Marathon. Questa importante partnership permetterà di sostenere le Case Accoglienza LILT e promuovere i corretti e sani stili di vita attraverso l'attività fisica. Presso il nostro stand,

all'interno dei giardini di Porta Venezia, ad attendervi dei "vecchi amici" e testimonial, come **Edoardo Stoppa** che correrà la Relay Marathon e i personaggi di **Star Wars**. Chi parteciperà alla Milano Marathon con la nostra Associazione riceverà la maglia tecnica Lilt da indossare durante la corsa, il nostro ricco pacco gara con i prodotti degli sponsor e buoni sconto UNES di 20€, la possibilità di partecipare ad una Conferenza sulla Prevenzione (Alimentazione) e il kit della Prevenzione contenente materiale informativo per la prevenzione dei tumori. Fotografi e tifo Lilt vi attenderanno lungo il percorso. Inoltre avrete diritto a sconti speciali nel negozio Oops, gottaRUN



specializzato in articoli per la corsa e ad un rimborso del costo del pettorale se si raggiunge la raccolta fondi di 1000€ a staffetta su Rete del Dono. Grazie al sostegno di: **Dow Italia, Fondazione LHS e UNES**. Affrettatevi ad iscrivervi, i posti sono limitati! **Scriveteci a runforlilt@legatumori.mi.it o visitate il sito donazioni.legatumorimilano.it dove troverete le informazioni per iscrivervi e partecipare.**

Caccia al tesoro solidale

7 maggio

Domenica, 7 maggio, LILT Milano insieme a Gioventù Missionaria e in collaborazione con le Associazioni Labidee, Hub, Culturit, Speechati, organizza una Caccia al tesoro per la città di Milano. Potranno partecipare squadre composte da minimo 4 persone. Per iscrizioni ed informazioni telefonare allo 0249521, oppure scrivere a marketing@legatumori.mi.it.

Marcia Formula Uno

2 giugno

Autodromo Nazionale Monza

Sarà una giornata bellissima e imperdibile con la 38° edizione della marcia non competitiva "Formula Uno".

L'invito a partecipare è rivolto a grandi e piccoli, super sportivi, atleti e non.

Per informazioni 0249521 oppure marketing@legatumori.mi.it





Concerto a favore della Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori - XXVII edizione

Venerdì 15 Settembre 2017 - ore 20.00

TEATRO ALLA SCALA

Plácido Domingo

Dirige

Orchestra dell'Accademia Teatro alla Scala

La serata è finalizzata all'acquisto di 3 mammografi digitali dotati di tomosintesi da destinare ai nostri Spazi Prevenzione.

Nei nostri Spazi Prevenzione è possibile effettuare visite ed esami di diagnosi precoce eseguiti da medici oncologi delle maggiori istituzioni ospedaliere del territorio. Le visite e gli esami vengono garantiti in tempi brevi e senza trafile burocratiche utilizzando apparecchiature di ultima generazione a garanzia di alti standard qualitativi.

La diagnosi precoce e la prevenzione rimangono ad oggi le armi fondamentali per combattere la malattia.

Per informazioni e prenotazioni

Tel. 02 49521 - 02 49521136 · E-mail sostieni@legatumori.mi.it · Sito www.legatumori.mi.it

A.A.A. CERCASI attivisti digitali

Le attività della LILT sono tante e molte sono le persone che ancora non conoscono i nostri progetti, eventi e le nostre campagne. Abbiamo bisogno di te per diffondere la nostra mission. Diventa "attivista digitale" e condividi sui tuoi social o attraverso i tuoi contatti le nostre attività. Il tuo aiuto per noi è essenziale. Un tuo semplice gesto può essere di fondamentale aiuto alla LILT. **Contattaci su marketing@legatumori.mi.it, inviaci i tuoi dati e verrai ricontattato per avere tutte le informazioni utili.**

LOTTERIA DI PRIMAVERA

Anche quest'anno è in arrivo la tradizionale edizione della **Lotteria di Primavera**.

L'estrazione dei numeri vincenti è prevista per martedì 13 giugno, presso lo stand LILT, nell'atrio dell'Istituto Nazionale dei Tumori di Milano, alle ore 15.00.

Per informazioni: Silvia Ricci, 02-49521

Vogliamo cogliere l'occasione per ringraziare tutti i volontari che da anni e con impegno, distribuiscono i biglietti della Lotteria di Natale, contribuendo al successo di questa importante iniziativa di raccolta fondi. Nel 2016 sono stati distribuiti **6.145 biglietti** per un totale di **18.433,00 euro**. Il ricavato è andato a sostenere il servizio di reperibilità telefonica 24 ore, attivo presso l'Istituto Nazionale dei Tumori di Milano e i progetti attivi presso la Struttura Complessa di Pediatria: Servizio Assistenza Bambini e progetto di ricerca sul retinoblastoma infantile. **GRAZIE** per l'aiuto che vorrete continuare a darci, ci contiamo!

Dentro la tua firma c'è una storia che va avanti

Ancora una volta siete in tanti a destinare il vostro 5x1000 alla nostra Associazione. Sono oltre 400.000 gli euro donati per il mantenimento e il miglioramento dei nostri servizi. Tra questi, il progetto "Tornando a casa" che prevede la consegna di presidi sanitari in comodato d'uso gratuito presso il domicilio dei pazienti; le spese per le case alloggio, il progetto Agenti OOSigarette e i contributi per l'assistenza. Grazie per la vostra generosità!



BOMBONIERE solidali

Il matrimonio, l'arrivo di un figlio, la laurea, una ricorrenza importante: sono tante le occasioni da festeggiare con parenti e amici che possono trasformarsi in gesti di solidarietà. Con le nostre bomboniere e partecipazioni potrai contribuire e sostenere i nostri progetti. **Per maggiori informazioni clicca su donazioni.legatumorimilano.it oppure contattaci al numero 02 49521131, Silvia Ricci.**



PENSANDO al futuro

Pensare di essere, anche alla fine della vita, di aiuto agli altri. È un pensiero forte, che riguarda la nostra umanità più profonda. Un pensiero che ci può sfiorare alle età più diverse e nelle situazioni più disparate, sollecitato da una gioia o generato da un dolore. Un pensiero che può anche portare a scelte concrete di solidarietà. Per esempio quella di nominare la Lilt erede di tutto o una parte del proprio patrimonio. Donando i propri beni, si garantisce la possibilità a centinaia di persone di portare avanti gli impegni assunti dall'Associazione nei confronti di moltissime persone. La lotta contro il cancro non conosce tregua e l'obiettivo di Lilt Milano è quello di diventare un punto di riferimento anche per chi verrà dopo di noi. La nostra sezione utilizza i fondi raccolti attraverso le donazioni testamentarie per i servizi che quotidianamente offre ai cittadini. Gli Spazi Prevenzione, le case di accoglienza, i sussidi economici, il servizio di accompagnamento alle terapie, l'assistenza ai malati terminali, le attività di educazione e di sensibilizzazione rivolte ad adulti e bambini, il sostegno alla ricerca scientifica attraverso l'erogazione di borse di studio sono i principali servizi che da anni la nostra Associazione offre ai cittadini anche grazie ai lasciti testamentari.

Per chi fosse interessato a predisporre un lascito alla Lilt, può rivolgersi ai nostri consulenti. Per avere maggiori informazioni o ricevere a casa la Guida ai Lasciti vi potete rivolgere all'Ufficio Lasciti al numero 0249521208. In alternativa potete inviare una mail a lasciti@legatumori.mi.it

Con un **lascito a LILT**,
lasci nelle mani delle **nuove generazioni**
un **futuro** di benessere e salute



Ricordarsi di LILT Milano con un lascito significa guardare al futuro delle nuove generazioni: al loro benessere e alla loro salute.

UN AIUTO concreto

Grazie all'azienda S.C. Johnson Italy per la sua donazione a supporto del nostro progetto di diagnosi precoce per la Tomosintesi Mammaria. La Tomosintesi mammaria rappresenta una novità per la prevenzione del tumore al seno. Si tratta di una metodologia radiologica mammografica di nuova generazione in grado, con un'elevata accuratezza diagnostica, di evidenziare lesioni tumorali al seno molto piccole con percentuali pari quasi al doppio di quelle offerte dalla mammografia digitale. È una donazione molto importante che contribuisce all'installazione di questa moderna tecnologia all'interno del nostro Spazio Prevenzione di Via Neera a Milano. Per noi, il sostegno da parte delle aziende è fondamentale per poter offrire alla popolazione meto-



Il General Manager, Lorenzo Potecchi, e la Dottorssa Mara Caponetti di S.C Johnson Italy consegnano l'assegno per il progetto tomosintesi alla Dottorssa Ilaria Malvezzi, Direttore Generale di LILT Milano.

dologie di ultima generazione per la diagnosi precoce del tumore al seno. S.C. Johnson Italy è la filiale italiana della SC Johnson, azienda americana che da sempre investe

nello sviluppo di prodotti innovativi e di alta qualità, nell'eccellenza delle sue sedi di lavoro, nel rispetto dell'ambiente e nell'impegno con le comunità in cui opera. ▶

TOMOSINTESI MAMMARIA, abbiamo ancora bisogno di voi

Il 2017 sarà caratterizzato da un cambiamento importante in termini di prevenzione secondaria. L'introduzione della Tomosintesi mammaria e dei mammografi digitali rappresenta un'importante novità per la diagnosi precoce del tumore al seno, che è la neoplasia più diagnosticata nelle donne con 50 mila nuovi casi l'anno. Molto è

già stato fatto ma si può fare ancora di più per continuare a garantire e migliorare le prestazioni offerte. Per aiutarci a sostenere i nostri progetti potete leggere le modalità a pagina 23 del notiziario specificando la causale del versamento "Iniziativa 1255 Progetto Tomosintesi". ▶

IL MATCH GIVING NELLE AZIENDE

Tra i tanti modi per sostenere le attività Lilt ricordiamo anche il MATCH GIVING, molto apprezzato dalle Aziende, in quanto sono gli stessi dipendenti ad essere coinvolti in prima persona in attività di volontariato ed eventi di raccolta fondi, con l'obiettivo di raggiungere "un traguardo economico" che verrà poi duplicato dall'Azienda.

Ringraziamo le Aziende Amec Foster Wheeler Italia e PPG Industries che hanno dato vita ad operazioni di Match Giving di grande successo.

In particolare Amec Foster Wheeler ha duplicato l'importo donato dai dipendenti per l'iscrizione alla corsa Milano Loves You Run e per i gadget proposti in occasione del Corner di Natale in azienda; mentre PPG Industries ha organizzato tre corner autogestiti in azienda con i gadget Lilt duplicando quanto donato dai dipendenti. Queste iniziative oltre a sostenere i progetti di Lilt, hanno permesso ai dipendenti di sentirsi parte integrante del successo ottenuto, aumentando così il loro coinvolgimento sia personale che lavorativo. ▶

CIAO Francesca

Lo scorso 11 dicembre, è venuta a mancare **Francesca Del Rosso**, nota a tutti come **Wondy**. Giornalista, scrittrice e blogger italiana, si è schierata al fianco della LILT in diverse occasioni, facendosi testimonial di come affrontare, con coraggio e ottimismo, il cancro.

Colpita da un tumore al seno, ha scelto di raccontare la sua battaglia in un libro dal titolo "Wondy, ovvero come si diventa supereroi per guarire dal cancro", diventando un punto di riferimento per tutte le donne che hanno conosciuto e conoscono questa malattia.

Per ringraziarla della sua vicinanza e del sostegno dimostrato verso le nostre iniziative riproponiamo alcuni estratti dell'intervista che rilasciò per il nostro

Prevenire è Vivere nel 2014.

"Pubblicare un memoir con nome e cognome è stata una scelta difficile ma necessaria.

Dopo una lunga riflessione ho capito che la prevenzione e l'informazione sul tumore al seno sono più importanti della mia privacy. Mi sono detta: «Se parlare della mia esperienza privata è d'aiuto ad altre donne, allora eccomi qui»

"Con la mia storia scritta cerco di far capire quanto siano importanti l'ironia, la leggerezza e il sorriso sulle labbra. Sempre. Con la chemio sono deperita? Beh, mi sono vista magra come quando avevo 16 anni! Con la chemio ho perso i capelli? Beh,



con i soldi risparmiati dal parrucchiere mi sono comprata dei vestiti nuovi! Con i globuli bassi non dovevo frequentare bambini raffreddati? Beh, ho saltato decine di terribili feste di compleanno dei compagni di scuola dei miei figli!

Viva il pensiero positivo, anche se sulla nostra strada incontriamo il tumore."

"Il tumore al seno non l'ho scelto. È capitato e l'ho affrontato. Me lo porto dietro come un fardello, eppure quando mi guardo allo specchio sorrido. La vita è troppo bella. E anche troppo breve. Indosso la spilla con il nastro rosa e via... Pronta a festeggiare un nuovo giorno!" ▶

VERONESI una vita contro il cancro

Fra i riconoscimenti che Umberto Veronesi ha ricevuto nel corso della vita, ce n'è uno di cui andava particolarmente fiero: quello di "Donna ad honorem". Si tratta del "titolo" attribuitogli il 27 luglio 2000 in occasione della presentazione di Europa Donna Parlamento. «...Per me è stato il premio più bello...» affermava. Ne era orgoglioso, soprattutto perché alle donne aveva dedicato la maggior parte della sua carriera di scienziato e chirurgo.

▶ Nato il 28 novembre 1925 a Milano e laureato in medicina nel 1950, Veronesi è stato uno dei pionieri della lotta ai tumori in Italia e nel mondo. Si deve a lui l'invenzione della quadrantectomia, tecnica rivoluzionaria che permette di evitare in molti casi l'asportazione totale della mammella. Nemico del fumo, sosteneva che l'arma più efficace contro i tumori maligni da lui considerati "curabili", fosse la prevenzione: stile di vita sano e corretta alimentazione.

▶ Dal 1969 al 1976, è stato Presidente di LILT Milano, contribuendo a rafforzare il ruolo dell'Associazione nella lotta ai tumori. Nello stesso periodo, per 18 anni complessivi, ha guidato l'Istituto Nazionale dei Tumori di Milano e dal 1995 l'Istituto Europeo di Oncologia (Ieo), da lui fondato alle porte del capoluogo lombardo.

Ministro della Sanità sotto il governo Amato e Senatore dal 2008 al 2011, nella sua lunga carriera ha ricevuto 13 lauree honoris causa in medicina, biotecnologie mediche, scienze pedagogiche, fisica e scienze agrarie. Si è spento a Milano l'8 novembre 2016 a pochi giorni dai suoi 91 anni.

Ringraziamo con grande affetto il prof. Umberto Veronesi per essere stato nostro presidente negli anni Settanta e membro del Consiglio Direttivo, dal 1958 al 2014, contribuendo allo sviluppo dell'Associazione, favorendone e rafforzandone la missione nella lotta contro i tumori.

LA NOSTRA GRATITUDINE

agli amici che ci hanno aiutato

Per la donazione in occasione del Natale dedicato ai progetti del Servizio Assistenza Bambini:

- Bart
- Bottalla
- BPM - Banca Popolare di Milano
- Co Malco
- Dual Italia
- Fastweb
- Idealpromo
- Italfarmaco
- Nachmann srl
- Norchem
- NTT data
- Probios
- Solenon Service
- UNES

Per la distribuzione dei nostri Cataloghi di Natale:

- Apeca
- Sushi etc.
- Ecopizza
- Foodora

Per il sostegno alla Campagna Movember 2016

- Aviva
- Azienda Speciale Farmaceutica di Lainate
- ASF San Giuliano Milanese
- Belli Freschi
- Bridgestone
- EICMA - Esposizione Internazionale Ciclo e Motociclo
- EuropaUomo
- IPSEN
- Janssen
- UNES

Per l'organizzazione di attività a sostegno della campagna

- Bullfrog
- Farmacia Montesanto
- Offside Sports Pub
- Friends Pub
- Francesco Cirignotta

Per l'organizzazione della Corsa "WeMOVE" del 6 novembre

- Massimo Volpi

- Roberto Nava - RunLikeNeverBefore
- Mucche Pазze
- Rugby Milano

Per la sponsorizzazione dell'evento

- Mondo Convenienza

Per l'Aperitivo che Lega "mette i baffi"

Il testimonial

- Giorgio Pasotti

Il comitato dell'evento

- Marco Alloisio, Giuliana Vita Samory, Davide Luraschi, Carlo Garavaglia, Filippo Bassoli, Marco Boetti Villanis, Carlo Borromeo d'Adda, Federico Castelbarco Albani, Marco Donati, Emanuele Farneti, Andrea Jarach, Alessandro Lenotti, Lorenzo Napodano, Carlo Noseda, Roberto Parodi, Vieri Pecori Giraldi, Guido Settepassi, Marco Soldati.

Per l'organizzazione dell'aperitivo:

- La Triennale di Milano
- Belli Freschi
- Deus Ex Machina
- Lorenzo Melzi
- PV Agency

Per averci deliziato con le sue prelibatezze:

- Lo chef stellato Stefano Cerveni

Per la donazione delle rinomate ed eleganti calze:

- Gallo

Media Partner

- GQ

Per la donazione di prodotti

- Assogiocattoli
- Avène
- Riseria Cusaro
- Villa Poggio Salvi
- Santelli Francesca
- Azienda Agricola Biasiotto
- Prysmian
- La Torrente

- Zaini Luigi
- Società Agricola Barollo Marco e Nicola
- Industria Vetraria Valdarnese
- Caffè Ottolina
- Cantina di Bertiola
- Artsana
- Kartell
- Kusmi Tea
- AVM 1959
- Polti
- Doniselli Velo Moto
- Vetriere Vistosi
- Giulio Einaudi Editore
- La Rinascente
- I.P.A. - Industrie Porcellane

Per aver reso più ospitali le nostre Case Accoglienza

- Grazie a tutti coloro che hanno acquistato un prodotto attraverso la nostra "Lista dei Desideri" su Amazon.it

Per l'organizzazione di attività di raccolta fondi tra i dipendenti a sostegno dei nostri progetti

- De Lage Landen
- Affinion
- Editrice Quadratum
- Principe di Savoia
- PPG
- A.P.I. Associazione Piccole Medie Industrie
- ST Microelectronics

Per aver sostenuto i nostri progetti attraverso il Match Giving

- Amec Foster Wheeler
- PPG

Per aver aderito alla campagna di payroll giving "Mettilo in busta la Lilt" a sostegno del progetto di Reperibilità Telefonica

- A.P.I. Associazione Piccole Medie Industrie
- Ciceri Mondel

Per aver affidato alla nostra Associazione l'organizzazione della festa di Natale 2016 dedicata ai figli dei propri dipendenti, finalizzandola al sostegno del Servizio Assistenza Bambini

- S.C. Johnson Italy

Per l'anteprima cinematografica "Palle di Neve"

- Notorious Pictures

Per l'iniziativa "Dai più Luce al tuo Natale"

- Confesercenti e AssociaMI
- Synergy Consulting Agency
- ATR
- Boutek Location
- Bayer
- Tecnocasa Alian
- Studio Genghini e Associati
- Cibiamo
- Parole e Note Giancarlo Cattaneo e Maurizio Rossato
- Radio Capital

Per lo Spettacolo Benefico di Natale "Footloose - il Musical"

- Federazione Manageritalia

Per la nostra partecipazione al Mercatino benefico Fondaco

- Amici Fondazione Floriani

Per la stampa dei biglietti di Natale disegnati dai bambini ricoverati nel reparto di Pediatria della Fondazione IRCCS Istituto Nazionale dei Tumori di Milano

- Comune di Milano
- Stamperia Civica Comune di Milano

Per il sostegno al progetto Reperibilità telefonica

- Dual Italia

Per il sostegno al progetto "Scegli con Gusto, fatti una mela!"

- Basf Italia SPA
- Grafiche Porpora
- Etica SGR

Per aver sponsorizzato la stampa del nostro materiale di sensibilizzazione

- Etica SGR

Per la Cena Benefica al ristorante Il Fauno-Parco Borromeo di Cesano Maderno

I sostenitori:

- Banca Credito Cooperativo - Barlassina
- Gioielleria Spinelli - Cesano Maderno
- Strega Comanda Colore - Cesano Maderno
- Lolly Abbigliamento - Cesano Maderno
- Arosio Pasticceria - Cesano Maderno
- Vismara Design - Seveso
- Il Fornaio - Ceriano Laghetto
- Farmacia Centrale - Cesano Maderno

Per il "Convivio degli Auguri" della Confraternita Della Gastronomia Lombarda a Milano - Hotel Marriott

I sostenitori :

- Confraternita della Gastronomia Lombarda
- Chef Sergio Torelli - Walter Zanetti - Franco Uggeri
- Hotel Marriott - Milano

Per l'ospitalità dei nostri corner "Un Natale due volte più buono"

- Almaviva
- Amec Foster Wheeler Italia
- Aon
- Arnaldo Mondadori Editore
- Boheringer Ingelheim Italia
- BPM Banca Popolare di Milano
- Bridgestone Italia
- Cribis D&B
- CWT
- De Lage Landen
- Deutsche Bank
- DHL
- Dow Italia
- Dual Italia
- GE Healthcare
- Liceo Scientifico Leonardo da Vinci
- NTT Data Italia
- Pomellato
- PPG Industries Italia

- S.C. Johnson Italy
- Siemens
- ST Microelectronics
- Zurich Italia

Per aver scelto le nostre strenne natalizie

- A.P.I. Associazione Piccole Media Imprese
- Ass.Lombarda Giornalisti
- Aviation&Turism
- Caraceni
- Carrstudio
- Creative Flavours & Fragrances
- Doc Line
- Editrice Quadratum
- Emc Computer System
- Facchinetti
- Federdistribuzione
- Gamco International
- Gruppo Ambrosiano
- Labvantage Solutions Europe
- Lml Associati
- Omega Ifs
- Orchidea Viaggi
- Power Ventures
- Rehau Spa
- Studio Cataldi
- Studio Oliva
- Studio Tresoldi
- Tresse
- Unit4 Business Software
- Flint Group

Grazie a:

- Fondazione Nord Milano: progetto "Sport che pregio"
- Susan Komen Onlus: per progetto "LILT parla la tua lingua"
- Fondazione Ticino Olona per il progetto "Supporto psicologico al paziente e ai familiari nella terapia oncologica"

■ Un ringraziamento particolare ai nostri sostenitori, **Angelo Valente, Pino Foderaro, Loredana Roi, Ivana Maconi, Greta Broglio**, che durante i primi mesi dell'anno sono stati nostri formidabili ambasciatori, organizzando eventi di raccolta fondi a favore dell'Associazione

■ E grazie ai nostri volontari il cui supporto è stato determinante per il successo di tutte le iniziative di sensibilizzazione e raccolta fondi, dalla partecipazione a EICMA dello scorso Novembre, ai numerosi corner che si sono succeduti nel periodo natalizio, al più recente Salon du Chocolat. Grazie a tutti!

DEDICATO ALLE AZIENDE

La nostra Associazione ha sempre mantenuto vivo un dialogo costante con le aziende del territorio che operano nei più disparati settori. A queste la Lilt Sezione Provinciale di Milano si propone come interlocutore qualificato per offrire conferenze informative rivolte ai dipendenti e collaboratori dell'azienda, percorsi di disassuefazione dal tabagismo, visite di diagnosi precoce in azienda rivolte ai dipendenti e collaboratori, momenti di divulgazione di materiale informativo scientifico e di raccolta fondi rivolti alla cittadinanza attraverso il coinvolgimento dei dipendenti e con l'aiuto dei volontari dell'Associazione.

Come collaborare con noi:

- sostenendo le campagne di sensibilizzazione e le attività di diagnosi precoce
- sostenendo gli eventi organizzati durante l'anno
- organizzando eventi e/o sostenendo aperitivi e cene di beneficenza promossi dall'Associazione
- adottando i progetti promossi e sviluppati sul territorio
- adottando i nostri programmi di sensibilizzazione
- attivando programmi di fidelizzazione e inserendoci quali eventuali beneficiari dei punteggi maturati dai clienti e poi convertiti in donazioni
- rivolgendovi a noi per omaggi a dipendenti e fornitori, eventi aziendali, convegni e congressi
- richiedendo i gadget Lilt da donare quali omaggi speciali
- istituendo borse di studio e sussidi per giovani medici e ricercatori.

Tutto questo è possibile attivando:

- programmi di cause related marketing
- campagne di payroll giving
- campagne di gift matching program
- programmi di volontariato aziendale
- erogando più semplicemente delle sponsorizzazioni ad hoc.

Ricordiamo che ogni erogazione, purché effettuata da ditte società di persone o di capitali, può essere dedotta dal reddito d'impresa sino all'ammontare del 2% del reddito annuo dichiarato, ai sensi dell'art.100, comma 2, lettera a) del D.P.R. 917/86 (T.U.I.R.).

Maggiori informazioni: **Settore Marketing & Fundraising, Laura Andena tel. 0249521, aziende@legatumori.mi.it**

PRIVATI E AZIENDE: CI POTETE SOSTENERE COSÌ

DONAZIONE ON LINE

sul sito donazioni.legatumorimilano.it.

VERSAMENTO SU CONTO CORRENTE POSTALE

n. 2279 intestato a Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori, via Venezian 1, 20133 Milano.

VERSAMENTO SU C/C BANCARIO

IBAN: IT83V031110162200000018213

UBI Banca S.p.A.

DOMICILIAZIONE BANCARIA (RID): basta richiedere alla banca di prelevare automaticamente dal conto corrente il contributo desiderato, per assicurare un sostegno facile e continuativo senza doversi recare in posta o in banca.

CARTA DI CREDITO CARTASI E AMERICAN

EXPRESS: telefonare al numero 0249521.

DISPOSIZIONI TESTAMENTARIE,

designando la Lilt Sezione Provinciale di Milano erede di tutto il patrimonio o disponendo lasciti/legati. Per informazioni: lasciti@legatumori.mi.it

OBLAZIONI presso le nostre sedi di Milano e provincia.

PASSAPAROLA tra parenti e amici.

5x1000 DELL'IRPEF destinato alla Lega Italiana per la Lotta Contro i Tumori: basta la vostra firma sui modelli CU, 730-1 bis o UNICO con l'indicazione del codice fiscale Lilt di Milano n. 80107930150 nella casella riservata a "Sostegno del volontariato e delle altre organizzazioni non lucrative di utilità sociale, delle associazioni di promozione sociale (...)".

ATTENZIONE! RISERVATO A CHI VERSA LA PROPRIA OBLAZIONE CON BONIFICO BANCARIO

Scrivete sempre nella causale il vostro nome e indirizzo. Quando ci arriva un'offerta, ne notificiamo sempre il ricevimento e ringraziamo per la generosità. Ma senza nome e indirizzo di chi ha effettuato il bonifico non ci è possibile farlo: in base alla legge sulla privacy, infatti, le banche non possono passarci l'informazione e per noi il versamento rimane anonimo.

5X
MILLE

DENTRO LA TUA FIRMA
C'È UNA STORIA CHE VA AVANTI.



SCEGLI DI DESTINARCI IL TUO 5X1000, AIUTACI A PROMUOVERE LA VITA.

CODICE FISCALE 80107930150

Casella riservata a "Sostegno del volontariato e delle altre organizzazioni non lucrative..."

 **LILT**
LEGA ITALIANA PER LA LOTTA
CONTRO I TUMORI
prevenire è vivere


SEZIONE PROVINCIALE DI MILANO