

Riflessioni di fine anno



Siamo arrivati al termine del quarto anno di mandato e nonostante la grave crisi economica di questi ultimi anni, possiamo dire che anche il 2013 si chiude con un bilancio positivo per la LILT di Rovigo. La nostra "mission" è improntata sulla prevenzione primaria e secondaria, arma vincente contro il cancro, strumento fondamentale è rappresentato dalla corretta informazione e dalla educazione alla salute.

La Prevenzione è considerata da sempre " *La nostra grande sfida per un futuro senza cancro*".

A tal scopo, si può affermare che oltre alle azioni legate al sostegno al paziente oncologico e alle attività di ricerca, la sezione ha instaurato nuovi rapporti con l'Azienda ULSS 19 di Adria, i Comuni, la Provincia e con varie associazioni espressione del volontariato Polesano.

Numerosi sono i progetti portati a termine con le scuole della Provincia.

La Campagna "Nastro Rosa", in collaborazione con ANDOS e Assessorato Provinciale alle Politiche Sociali e alla Famiglia, si è sviluppata in questi anni in molteplici iniziative e tutti i Comuni del Polesine hanno sempre aderito alle nostre campagne illuminando di rosa i loro monumenti più significativi e ospitando i nostri specialisti

in incontri divulgativi scientifici.

Tutti ormai sappiamo come sani stili di vita e soprattutto il movimento siano entrati a pieno titolo nelle strategie di prevenzione dei tumori.

A tal proposito la sezione LILT Rodigina ha instaurato una collaborazione con il Gruppo Nordic Walking Smile perché importante è:

camminare per prevenire, camminare per riabilitare, camminare per stare meglio.

Per continuare le nostre attività abbiamo bisogno di volontari e amici che sostengano anche economicamente i nostri sforzi.

Anche tu puoi fare molto senza spendere nulla, basta destinare il tuo 5x1000 alla LILT di Rovigo.

M. Iside Bruschi



*I più cari auguri di
Buon Natale
e Felice Anno Nuovo*

Presidente, Consiglio Direttivo, Volontari e Collaboratori LILT Rovigo

Natività di Yvonne Gandini

Grazie al vostro 5 per 1000

La nostra sezione di Rovigo è impegnata nel sostegno di alcune linee di ricerca, che vengono svolte presso il Laboratorio di Farmacologia e Biologia molecolare, Ospedale san Luca-Trecenta, dell'azienda ULSS 18 di Rovigo.

Grazie alle donazioni raccolte nella nostra provincia e al contributo della sede nazionale LILT, che ci trasferisce una parte del 5 x 1000, possiamo attualmente finanziare due progetti, uno sui tumori del seno e uno sui tumori intestinali.

Il primo è iniziato circa tre anni fa e sta cominciando a dare i primi risultati: *"E' con una punta di orgoglio"* dice il dr Felice Pasini, direttore del Dipartimento Oncologico di Rovigo, *"che possiamo affermare che la nostra ricerca riceve riconoscimenti importanti"*. Nell'ottobre ultimo scorso, infatti, durante il Congresso nazionale della Società Italiana di Farmacologia, tenutosi a Torino, la dr.ssa Elisa Pezzolo è stata premiata nell'ambito del concorso per giovani ricercatori, per la presentazione proprio dei risultati della parte clinica del

progetto sul tumore mammario; *"Si tratta di dati relativi alla possibilità di prevedere in ogni singola paziente l'attività di un farmaco largamente utilizzato, il tamoxifen, e la finalità è principalmente quella di ottimizzare e personalizzare il trattamento"* spiega la dr.ssa Pezzolo, che segue il progetto da circa due anni.

Durante lo stesso convegno di Torino, la dr.ssa Laura Bertolaso è stata selezionata per illustrare con una comunicazione orale i risultati che sta ottenendo con modelli in vitro di cellule neoplastiche: il suo lavoro consiste nel far crescere delle cellule di tumore del seno in laboratorio, modificarle con l'ingegneria genetica e scoprire quali caratteristiche le possono rendere più resistenti o più sensibili ai farmaci che vengono correntemente utilizzati per la cura delle pazienti. *"I recettori degli estrogeni possono esistere in forme diverse"* ci dice la dr.ssa Bertolaso, che ha acquisito larga esperienza in questo settore lavorando non solo presso il laboratorio dell'Ospedale San Luca ma anche presso un prestigioso

contributo significativo al progresso in questo delicato settore sembra reale.

Il secondo progetto di ricerca finanziato dalla nostra sezione è focalizzato sui tumori intestinali; verranno eseguite analisi su campioni di tessuto e di sangue con lo scopo di individuare degli indicatori molecolari che permettano di definire la aggressività intrinseca di ogni singolo tumore e prevederne la risposta alle cure; si concentra l'attenzione sulla instabilità genetica (i tumori presentano spesso ed in maniera variabile una ridotta capacità di mantenere intatto il proprio DNA e di ripararlo in caso risulti danneggiato) e sull'apporto del microambiente peritumorale. E' questo ultimo un settore della ricerca abbastanza recente ed innovativo, che si basa sulla osservazione che i tessuti sani attorno al tumore sembrano talvolta dargli supporto e protezione, creano cioè delle specie di nicchie in cui le cellule malate si annidano e ottengono riparo dalle difese immunitarie del paziente e dalle cure somministrate. Smascherare questo sistema potrebbe costituire una tappa importante per la cura definitiva dei tumori. Il progetto è in fase di partenza e proseguirà per circa 18 mesi.

Grazie ai soci e volontari LILT, ai contribuenti che scelgono di destinarci il 5 X 1000, a tutti i sostenitori e simpatizzanti, che rendono possibile tutto ciò.

Milena Gusella



E. Pezzolo premiata dal Prof Pier Luigi Canonico

centro di ricerca estero *"e i risultati delle mie ricerche sembrano suggerire che, a seconda di quali forme di recettori vengono maggiormente espresse, le risposte ai farmaci possono variare, alle volte quasi annullarsi"*. Si tratta di dati che richiedono conferme e la strada è ancora lunga, ma la possibilità di ottenere

“A casa del paziente con un tablet” ...

La nostra sezione LILT, in collaborazione con ANDOS, AIL e Consulta del Volontariato di Adria, sostiene un importante progetto denominato **“A casa del paziente con un tablet”**.

Progetto organizzato dal Servizio Oncologico dell'Ospedale XXX e fortemente voluto dal Direttore Generale dell'Azienda ULSS 19 Dott. Pietro Girardi:

Per i pazienti oncologici che non necessitano di ulteriori trattamento specifici, che per i sintomi che lamentano non sono più in grado di raggiungere il Servizio di Oncologia e che desiderano rimanere al proprio domicilio si propone un contatto tramite tablet.

Grazie al tablet il paziente può rimanere a contatto con il medico e gli infermieri che lo hanno curato per mesi e ricevere un aiuto per controllare i sintomi.

L'oncologo in collaborazione con il medico di famiglia

attiva le altre figure professionali utili nelle cure palliative: il terapeuta antalgico, il servizio di assistenza domiciliare, lo psicologo.

La sezione LILT, durante la “Settimana Nazionale per la Prevenzione Oncologica”, nel mese di marzo scorso, ha organizzato, un incontro a Porto Viro finalizzato alla raccolta fondi a sostegno dell'iniziativa.

Relatori della serata Dott. Silvia Toso Medico Oncologo Servizio di Oncologia ULSS 19, dott.ssa Patrizia Russo, Psicologa Servizio di Oncologia ULSS 19.

Ospite dell'incontro è stato il Dr. il Dottor Massimo Tosini “Cittadino Oncologico” come ama definirsi, che ha illustrato il libro :

“Sopravvivere a se stessi - Libertà dal cancro” nel quale, il Dr. Tosini, racconta come, nel suo caso, passando dal ruolo di operatore sanitario e sociologo della salute a quello di paziente, la malattia sia stata anche foriera di conoscenza .

“... La particolarità ed il pregio del lavoro di Tosini sta nel aver saputo mettere a disposizione la dolorosa esperienza personale per trarre una diagnosi delle patologie che interessano il sistema sanitario” affrontando brillantemente con un taglio filosofico e antropologico il percorso della malattia, ci ha lasciato un forte messaggio “... dal dolore, senza lasciarsi sopraffare da stolte masochismi o da rassegnazione, si può imparare ...”

Città di Porto Viro

SETTIMANA NAZIONALE DELLA PREVENZIONE ONCOLOGICA
INIZIATIVA PROMOSSA DALLA LILT

ASCOLTARE E ASCOLTARSI PER FARE SALUTE

Saluto delle Autorità
Intervento del Direttore Generale della A. ULSS 19 Adria Dott. Pietro Girardi
Considerazioni sul rapporto fra Medico oncologo e paziente.
Dott. ssa Silvia Toso Medico Oncologo Servizio di Oncologia A. ULSS 19 Adria
L'esperienza della malattia e il valore terapeutico della narrazione. Proposte.
Dott.ssa Patrizia Russo Psicologa Servizio di Oncologia A. ULSS 19 Adria
Presentazione libro "Sopravvivere a se stessi" Sig. Massimo Tosini
Conclusioni a cura del Direttore Generale A. ULSS 19 Adria Dott. Pietro Girardi
Interventi musicali:
Annamaria Tarozzo Clarinetto
Andrea Trombin Fagotto
Leonardo Rango Flauto Traverso
Con il patrocinio: Consulta del Volontariato - AIL - ANDOS

PORTO VIRO
Teatro - Centro San Giusto - Via Mazzini
Venerdì 22 marzo 2013 - ore 17.45

ULSS 19

Il ricavato dell'Iniziativa verrà devoluto al progetto "A casa del paziente con un tablet"



Presidente LILT Maria Iside. Bruschi, dr. Massimo Tosini, dott.ssa Patrizia Russo, dott.ssa Silvia Toso, dr Pietro Girardi
“Ascoltare e ascoltarsi per fare salute”

Conferenza Porto Viro 22.03.2013

... “Un tablet per l’Oncologia”

Il progetto ha avuto inizio in marzo 2013 e, fino a questo momento, è stato utilizzato da 9 pazienti, per un totale di 50 contatti audiovisivi e si articola con le seguenti azioni:

1. Il medico Oncologo identifica un paziente con neoplasia avanzata, non più suscettibile di trattamenti antitumorali specifici, ma della sola terapia di supporto. Informa paziente e familiari. Propone di seguire il paziente a domicilio, in collaborazione con il Medico di Medicina Generale (MMG) con collegamento audiovisivo.
2. Raccolta l'adesione il familiare passa dall'Infermiere dedicato (è la figura che si occupa del progetto in prima persona e che fa da collegamento con le altre figure coinvolte, in realtà tutto il personale è partecipe del progetto). L'infermiere dedicato raccoglie dati su una apposita scheda e le esigenze di paziente e familiari oltre l'aiuto medico dello specialista oncologo. (v. file Step tablet che riguarda più specificamente il personale infermieristico)
3. Il Servizio di Oncologia contatta tramite mail il tecnico del CED dedicato (Sig Filippo Visentin) che contatta il paziente organizza ed esegue contatto a domicilio per valutare i collegamenti

ADSL esistenti. Spesso usa un scheda TIM ed istruisce paziente e familiari sull'uso del tablet.

4. Il medico Oncologo contatta il MMG per condividere il progetto e lo tiene informato sul monitoraggio del paziente ed eventuali modifiche di terapia.
5. Il Medico Oncologo identifica le necessità del paziente legate alla patologia che coinvolgono anche altre figure professionali: soprattutto Il Servizio di terapia Antalgica e la Psicologa.
6. Il Servizio di Oncologia crea una rete di collegamento (accordi-orari) con queste figure
7. In caso di esigenze non strettamente mediche identificate: per es ore/compagnia da passare a domicilio del paziente o piccole commissioni come consegnare a domicilio una ricetta o un farmaco dall'Oncologia.
8. Il contatto fra l'Oncologo ed il Paziente avviene mediamente con cadenze settimanali (previa telefonata) per monitoraggio dei sintomi, eventuale modifica della terapia con consegna della ricetta rossa (o talvolta anche del farmaco stesso) al paziente tramite un familiare o il volontario. Il Medico Oncologo informa il

MMG della modifica avvenuta tramite scheda.

9. Le schede attestanti gli incontri con contatto audiovisivo vengono registrate in apposito file ed una copia viene tenuta in cartelle come diario clinico.
 10. Nel caso il paziente necessiti di terapia infusiva a domicilio il Medico oncologo concorda il trattamento con il MMG ed eventualmente si mette in contatto con l'assistenza domiciliare.
 11. Al decesso del paziente o per qualche motivo fine dell'uso del tablet , il Servizio di Oncologia recupera il tablet e lo consegna al CED perché venga resettato e reso disponibile per un altro paziente
- Per il futuro si prevede un coinvolgimento delle figure già citate più strettamente coinvolte (Terapista Antalgico-Psicologo-MMG-assistenza domiciliare) in modo più immediato e “stretto”.

A questo proposito sono in corso e si prevedono incontri per messa a punto e progetti futuri con figure professionali mediche e CED.

Si è eseguita e si prevede attività di promozione del progetto sul territorio con eventi artistici.

Silvia Toso

Cosa mi combini Tommaso

L'Organizzazione Mondiale della Sanità, con uno studio dell'Agenzia Internazionale di Ricerca sul Cancro depositato nell'ottobre 2010, ha inserito le bevande alcoliche nel Gruppo 1 dei prodotti a massimo rischio cancerogeno (insieme all'amianto, al fumo e al benzene). Tale livello di pericolosità per la salute del popolo europeo è, dopo il fumo, il secondo fattore di rischio. Questo devastante fenomeno è purtroppo intimamente collegato a c o m p o r t a m e n t i profondamente radicati nella cultura dei popoli europei e più o meno apertamente promosso dai produttori.

Dati dell'Istituto Superiore della Sanità dichiarano che in Italia il 9 per cento dei casi di cancro è legato al consumo di alcol e che, nello specifico il consumo di alcol è il primo fattore di rischio per il tumore alla mammella: il National Cancer Institute di Bethesda informa che una o due unità alcoliche al giorno già elevano del 32% il rischio di contrarre cancro al seno.

Il progetto prevede il coinvolgimento dei ragazzi della scuola primaria anche perché l'età di avvio al consumo alcolico in Italia è la più bassa di tutta l'Europa: 11-12 anni circa, contro i 14 della UE. In genere il consumo a rischio in Italia riguarda il 15% della popolazione al di sopra degli 11 anni, per un totale di circa 9 milioni di persone. Tra esse in particolare circa 475 mila minori (il 18,5% dei ragazzi e il 15,5% delle ragazze al di sotto dei 16 anni) il cui

consumo dovrebbe essere pari a zero (Ministero della Salute, 2011). Prima dei 18-20 anni l'apparato digerente non ha completato la maturazione del sistema enzimatico che "smonta" l'alcol ed è quindi inevitabile che qualsiasi bevanda alcolica consumata esponga a maggior rischio l'organismo. Il progetto pertanto va nella direzione di tutelare la salute dei cittadini partendo da una prevenzione primaria in ambito scolastico che coinvolga non solo i minori con un linguaggio e una metodologia appropriata, ma che sappia anche promuovere negli adulti maggiore consapevolezza sugli stili di vita sani, attraverso il coinvolgimento delle famiglie e degli insegnanti.

Su questi presupposti la LILT, in collaborazione con il Ser.D ULSS 19 e le ACAT del Polesine, ha elaborato un progetto **"Che mi combini Tommaso"** basato su un gioco educativo, contro l'abuso di alcool, pensato, disegnato e prodotto dalla dott.ssa Marina Zaoli Psichiatra infantile e volontaria della LILT di Rimini.

Il progetto fa leva sulla capacità di identificazione del b a m b i n o c h e immedesimandosi nel vissuto di Tommaso, il protagonista del racconto allegato al gioco da tavolo, viene stimolato in un percorso ludico che comporta l'assunzione di scelte consapevoli.

Il kit, *"Che mi combini Tommaso"* è destinato a bambini tra dai 9 ai 12 anni e si compone di un libro racconto e di un gioco da tavolo.

Coinvolge i bambini fin da piccoli in una azione di prevenzione iniziando a informarli ed educarli verso un comportamento corretto prima che l'uso di questa sostanza entri a far parte della loro vita.

Il progetto ha interessato 9 classi quinte del basso e del medio Polesine, nell'anno scolastico 2012/2013, coinvolgendo 214 persone tra insegnanti, genitori e alunni.

Nell'anno scolastico 2013/2014, in collaborazione del Ser.T dell'ULSS 18 il progetto è stato proposto anche all'Istituto Comprensivo di Castelmassa.



“A Scuola di Salute”

Progetto di intervento scolastico IIS di Badia Polesine



Prof. Innocenzo Marcadella, Prof. Stefano Vallin,
Pres. LILT Iside Bruschi, Dirigente Scolastico Prof. Piero Bassani
Stipula accordo progetto

L'Istituto di Istruzione Superiore “Primo Levi” di Badia Polesine, da sempre orientato ed impegnato verso lo studio, la promozione della salute, ha sviluppato, in collaborazione con la LILT un intervento dedicato alla diffusione di conoscenze e di buone pratiche nell'ambito della prevenzione primaria e secondaria di alcune forme di neoplasie che ancora colpiscono fortemente la popolazione femminile del nostro paese.

Con questo intervento si è voluto rendere le studentesse al tempo stesso soggetti consapevoli dell'importanza della propria salute e fautori di azioni di promozione nei confronti delle proprie coetanee.

La collaborazione e l'intervento con gli esperti della LILT ha garantito una penetrazione maggiore tra i giovani per avvicinarli e sensibilizzarli alle tematiche in oggetto.

Obiettivo del progetto era quello di aumentare la **consapevolezza** dell'importanza degli interventi di prevenzione primaria e secondaria nell'ambito delle patologie neoplastiche di rilevante importanza nel genere femminile. In particolare:

- conoscenza e diffusione della pratica dell'autopalpazione;
- sensibilizzazione all'importanza del PAP-TEST in età giovanile
- valorizzazione degli strumenti di prevenzione primaria del tumore all'utero (vaccino anti Papilloma)
- predisporre strumenti di intervento educativo e formativo da proporre nelle scuole polesane. (questionario iniziale di conoscenza, interventi nelle classi, questionario di ricaduta)

I destinatari degli interventi

sono le studentesse degli ultimi due anni di scuola superiore

Sviluppo del Progetto:

Elaborazione e somministrazione di un questionario a tutte le studentesse di classe terza/quarta e quinta degli istituti superiori di Badia Polesine mirante a verificare la conoscenza sulle tematiche oggetto dell'intervento e di un test di ricaduta degli interventi (da somministrarsi alla fine delle attività con gli studenti)

Produzione di video di studentesse di età 17/19 anni relativi alle loro effettive conoscenze dei aspetti legati alla salvaguardia della salute nel genere femminile (PAP-TEST e autopalpazione)

Produzione di un DVD informativo da parte di medici specialisti dedicato alle problematiche della prevenzione primaria del tumore all'utero e della mammella.

Raccolta e sistematizzazione dei materiali, chiave USB, linee guida, sito WEB, per la diffusione dell'intervento formativo accompagnati da proposte operative per docenti.

Intervento di formazione per studenti (classe quinta indirizzo sanitario) destinati al Peer To Peer

Formazione P2P degli studenti negli istituti di Badia Polesine e del territorio polesano con intervento di eventuali esperti LILT.

“Batti il tempo con gli screening”

progetto scolastico come possibile strategia per aumentare la partecipazione della popolazione ai programmi di screening oncologici

La sezione provinciale LILT in collaborazione con l'Associazione Nazionale Donne Operate al Seno (ANDOS) e l'Azienda Ulss 19 da due anni promuove un progetto scolastico allo scopo di aumentare la partecipazione della popolazione ai programmi di screening oncologici denominato “Batti il tempo con gli Screening”

Introduzione: il ruolo degli studenti come fonti e stimolatori di informazioni sugli screening all'interno delle famiglie non è ancora stato annoverato tra i possibili interventi per aumentare le adesioni ai programmi di screening oncologici sebbene sussistano evidenze di efficacia di interventi/campagne condotti nelle scuole su corretti stili di vita (es. campagne antifumo). D'altra parte oggi è opportuno sensibilizzare il mondo della scuola sull'importanza di un percorso educativo che tenga conto di temi quali la creatività la quale, se adeguatamente stimolata negli adolescenti, può portare a prodotti utilizzabili nel mondo della comunicazione adulta. Proprio con l'obiettivo di incrementare l'adesione agli screening di popolazione attivi sul territorio (screening per la prevenzione del tumore della mammella, screening per la prevenzione del cervicocarcinoma, screening per la prevenzione del carcinoma del colon-retto) e di coinvolgere attivamente i ragazzi su questo tema è stato

realizzato.

Metodi: il progetto è stato rivolto agli studenti delle scuole superiori, organizzato dal Centro Coordinamento Screening del Dipartimento Prevenzione dell'ULSS 19, ha previsto un incontro frontale con gli alunni e un concorso in cui gli studenti in gruppo si sono cimentati nell'elaborazione di slogan, fotografie, disegni, fumetti, video emozionali incentrati sul tema degli screening.

Risultati: sono stati coinvolti nel progetto 61 alunni frequentanti le classi terze e quarte dell'Istituto Tecnico Economico Statale “C. Colombo” di Porto Viro (Rovigo). Gli alunni, seguiti dai loro insegnanti, hanno realizzato i seguenti lavori:

- tre cartelloni con slogan: “La prevenzione è il tuo porta fortuna...per la vita”, “Mi amo o non mi amo?”,
- il depliant “Pasticcio, lo gnomo malaticcio e Nano, lo gnomo sano”,
- il fumetto “I tre porcellini insegnano la prevenzione”,
- il libretto enigmistico “Le parole della salute”,
- il video emozionale “La peggior malattia è l'ignoranza”,
- un questionario sugli screening somministrato ai genitori di cui sono stati elaborati i risultati
- uno spot pubblicitario

Tutti i lavori sono stati giudicati da un'apposita commissione istituita ad hoc.

Conclusioni: il progetto ha suscitato molto successo ed ha stimolato la creatività degli alunni; la Commissione ha evidenziato in tutti gli elaborati una particolare forza comunicativa ed un forte impegno da parte degli alunni, degli insegnanti e in parte anche dei genitori. L'esito positivo ci induce a riproporlo anche nei prossimi anni e a riflettere sulla possibilità che lo svolgimento di progetti sugli screening nelle scuole possa essere considerato uno dei metodi efficaci per aumentare la partecipazione ai programmi di screening nel territorio.

Gli aspetti qualificanti di questo progetto sono il coinvolgimento di tutta la scuola, al quale si aggiunge anche l'interessamento dei genitori; il ruolo degli studenti come fonti e stimolatori di informazioni e di scelte comportamentali all'interno delle famiglie.



Annamaria Del Sole

Immagini Ottobre Rosa 2013



Ringraziamenti

Grazie

alla Polisportiva "Marzana" di Granzette che, per il secondo anno consecutivo, tramite il proprio gruppo Nordic Walking Smile, ha organizzato la raccolta fondi denominata-Progetto Nordic Walking 100%.

La somma devoluta alla LILT proviene dalle quote di iscrizione versate dai *walkers*. Una forte simbiosi di azioni e di intenti

unisce ormai il Nordic Walking alla LILT: camminare per prevenire, camminare per riabilitare, camminare per stare meglio.

Sono questi i principi che insieme condividiamo con entusiasmo e convincimento in tante piccole e grandi iniziative sviluppate congiuntamente nel corso di questi mesi di collaborazione.



Istruttori del Nordic Walking Smile consegnano al Presidente LILT la somma raccolta



Grazie

A tutti coloro che hanno garantito il successo della serata per la raccolta fondi per la LILT.

Sabato 14 settembre u.s. si è svolta presso la trattoria "Alla Rosa" di Bellombra (Adria) una serata per la raccolta fondi da destinare alla ricerca contro i tumori sostenuta da LILT nella nostra provincia. I numerosi presenti hanno potuto godere

della ottima cucina della signora Romana e del simpatico intrattenimento con animazione musicale ed una ricca lotteria. Ha partecipato alla serata la dott.ssa Milena Gusella responsabile del Laboratorio di Farmacologia e Biologia Molecolare del Dipartimento Oncologico di Rovigo e Consigliere della Sezione LILT di Rovigo alla quale è stata direttamente consegnata la cifra raccolta.

"Il Direttivo e i volontari della sezione LILT di Rovigo sono particolarmente vicini alla famiglia Doria nel ricordare la loro cara congiunta Lucia Roccato.

Un sentito ringraziamento inoltre per la sensibilità dimostrata nel voler onorare la memoria della signora Lucia versando un contributo a sostegno delle attività LILT e in particolare per l'acquisto di un tablet destinato al progetto "A casa del paziente con un tablet", promosso dall'Azienda ULSS 19 di Adria.

Inoltre, per ricordare la Signora Lucia Roccato, moglie del Vice Presidente LILT Antonio Doria, il



Consiglio Direttivo ha deliberato l'acquisto di un secondo tablet. I due dispositivi sono stati consegnati al Direttore Generale Pietro Girardi il giorno 5 dicembre u.s.

Ricordiamo con affetto e tristezza Roberta Zaccaria, volontaria e grande sostenitrice della sezione Rodigina della LILT.

Ci sono vari modi per far durare nel tempo il ricordo di una persona cara, uno dei più significativi è senz'altro una donazione alla memoria a favore della LILT.

Grazie alla sensibilità ed al generoso contributo offerto dalla famiglia e dagli amici, in memoria di Roberta, per volere dei figli è stato possibile acquistare due poltrone relax per trattamenti chemioterapici per il DH del Dipartimento Oncologico dell'Azienda ULSS 18 di Rovigo.

Zucca ... non solo Halloween

Zucca in saor

Ingredienti per 4 persone: 1 kg. di zucca, 1/2 Kg. di cipolla bianca, mezzo bicchiere di aceto, 2 foglie di alloro, un pugno di pinoli, una manciata abbondante di uva passa, 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva, sale e pepe q.b.

Fare rinvenire l'uva passa in acqua. Lavare e sbucciare la zucca, quindi tagliarla a fette dello spessore di 1,5 cm. Scaldare pochissimo olio in una pentola antiaderente, adagiare le fettine di zucca e farle ammorbidire rigirarle da entrambi i lati senza farle scurire, tenendole coperte. Quando sono pronte, metterle da parte. Tagliare a fettine sottili la cipolla e farla leggermente appassire in poco olio e acqua unendo le foglie di alloro, i pinoli e l'uva passa alla fine aggiungere l'aceto. In una terrinetta stendere a strati alterni le fettine di zucca e la cipolla con uvetta e pinoli spruzzata di sale e pepe macinato fresco. Copri con una strato di cipolle e versa su tutto il liquido di cottura delle cipolle. Lasciare riposare per 24 ore e servirla in piccole porzioni come antipasto.



Vellutata di zucca al curry

Ingredienti per 4 persone: 1 Kg di zucca, 2/3 scalogni, 3 cucchiaini di olio extravergine di oliva, 2 cucchiaini di curry in polvere, cayenna a piacere, brodo vegetale q.b., panna da cucina q.b., sale q.b.

Lavare e sbucciare la zucca, quindi tagliarla a fette e poi a pezzetti. Mondare, e tagliare grossolanamente lo scalogno, farlo appassire, a fuoco dolce, in una pentola con tre cucchiaini di olio extravergine di oliva. Dopo 5 minuti unire la zucca.

Coprire con il coperchio e lasciare cuocere per una decina di minuti, aggiungendo qualche mestolo di brodo.

Quando la zucca sarà cotta, toglietela dal fuoco e, con l'aiuto di un mixer riducetela ad una crema liscia, aggiungete il curry, la cayenna (se piace il piccante) e mezza confezione di panna da cucina.

Amalgamare il tutto e proseguire la cottura per alcuni minuti. La vellutata di zucca è pronta, servitela ancora calda con un filo d'olio e crostini di pane.



Zucca la forno con gorgonzola e noci

Ingredienti per 4 persone: 1 Kg di zucca, 60/70 gr. di gorgonzola, noci q.b. sale e pepe q.b.

Lavare e sbucciare la zucca, quindi tagliarla a cubetti che dovranno grossomodo avere la stessa dimensione per avere una cottura uniforme .

Trasferire i cubetti di zucca in una teglia rivestita di carta da forno in modo che non siano sovrapposti, irrorare con un filo di un buon olio extravergine di oliva. Regolare di sale e di pepe e fare cuocere nel forno ventilato a 220°, già caldo, per circa 10 minuti o comunque fino a quando la zucca sarà tenera.

Trasferirla in un piatto da portata, aggiungere il gorgonzola sbriciolato e le noci che avrete tritato grossolanamente. Mescolate il tutto per amalgamare e servite immediatamente.



Conoscere le spezie

Zenzero

Lo zenzero fa bene alla salute.

A confermare le qualità di questa pianta originaria dell'Asia sono in particolare due recenti studi. Il primo è stato condotto dalla Nagoya University (sezione laboratorio di Alimenti e Biodinamica) diretto dal Dr. Miyoshi. Secondo la ricerca alcune specie di zenzero, come il gingerolo e la curcumina, hanno evidenziato una azione citotossica (capace cioè di danneggiare le cellule) contro alcuni tipi di tumore.

Da un'altra ricerca dell'Università del Texas (Dipartimento di sperimentazioni terapeutiche) diretta dal Dr Bharat Bhushan Aggarwal, è emerso invece che lo zenzero può avere un ruolo protettivo contro le malattie degenerative quali Parkinson, meningite, sclerosi multipla e tumore cerebrale.

È aromatizzante, aperitivo, digestivo (favorisce soprattutto la digestione di carboidrati e proteine), stimolante, antireumatico; elimina i gas intestinali; migliora la circolazione sanguigna e allevia il mal di denti e il mal di testa.

Ha virtù digestive e antinausea e previene il mal d'auto.

E' una delle spezie più versatili in cucina sia fresco che essiccato.



“Alimentiamo la prevenzione per sconfiggere il cancro”



**Spezie a volontà!!
in particolare la
curcuma per le sue
naturali proprietà
antitumorali**

Tisana zenzero e limone

La tisana allo zenzero si prepara semplicemente sbucciando una radice di zenzero fresco, tagliandola in piccoli pezzetti, per un litro d'acqua è sufficiente 3/4 cm di radice, essendo molto forte e leggermente piccante. Per preparare una perfetta tisana, basta far bollire per circa quattro minuti l'acqua, lo zenzero e la buccia di un limone non trattato, biologico, evitando di lasciare la parte bianca che è amara

Si spegne la fiamma e si aggiunge il succo di limone spremuto fresco, si cola il tutto.

La tisana si consuma sia calda che fredda e può essere dolcificata con cucchiaino di miele, d'acacia è ideale, o a seconda dei gusti.

Per dare più “sprint” alla bevanda, a piacere si può aggiungere del peperoncino piccante durante la cottura.



Dai il tuo contributo per aiutarci nella nostra missione di ricerca, assistenza, informazione e prevenzione.



Non è una alternativa all'8 per mille, non costa niente in quanto alla quota versata rinuncia lo Stato.

È sufficiente apporre nell'apposito spazio del modello CUD o 730 o Unico, la propria firma con l'indicazione del codice fiscale della sezione LILT di Rovigo.

Ricordiamo a tutti i Soci e Simpatizzanti che la LILT non invia nessuno e soprattutto non telefona a casa per richiedere donazioni e offerte!!!

Diffidate di chiunque si presenti a nostro nome e denunciato alle forze dell'ordine.

Collaborazioni

La sezione provinciale della LILT, in accordo con il **CAF Confsal** di Rovigo, propone, a tutti gli associati, la fornitura di una consulenza ed un'assistenza completa a condizioni vantaggiosissime per la gestione delle incom-

benze fiscali personali e familiari nella presentazione dei modelli 730, ISEE, RED e ICI (quando dovuta) e altra documentazione simile (servizio estendibile a coniugi, figli, genitori e suoceri).



Centro di Raccolta
V.le Trieste, 10
45100 ROVIGO

Tel 0425 23000 Fax 0425 25174
E-mail: veneto.ro@confsal.it

Un ringraziamento a tutti i nostri Volontari

I volontari sono i pilastri della Lega contro i Tumori, il "filo rosso" che collega le attività della nostra Associazione e le iniziative di comunicazione rivolte all'esterno. Hanno diversi compiti:

1) un ruolo determinante nell'organizzazione e nella gestione degli eventi e degli spazi per la prevenzione.

2) aiutano la LILT nella promozione e nella raccolta fondi

3) assistono i malati in ospedale e a domicilio e sostengono i familiari nei

momenti più difficili.

Fare il volontario della LILT è semplice come prendere in braccio una persona che ami, come fare la spesa, conversare, guardare la tv, passeggiare in compagnia di un amico.

Serve impegno e forte senso di solidarietà in quanto il volontario LILT deve, spesso, affrontare situazioni particolarmente delicate.



Informativa ai sensi dell'art. 13 DGLS 196/2003

Portiamo a conoscenza di coloro che hanno ricevuto il nostro notiziario le finalità e le modalità del trattamento dei dati che li riguardano: i dati in nostro possesso sono esclusivamente quelli generici ed in particolare Nome, Cognome e indirizzo. Non si tratta, quindi, di dati sensibili o giudiziari. Ai nominativi del nostro archivio elettronico, inviamo comunicazioni relative alla nostra attività e in nessun caso diamo i dati a terzi. Tutti i dati vengono registrati in una banca dati, alla quale può accedere solo personale incaricato con utilizzo di username e password. La banca dati si trova esclusivamente sul disco fisso del computer locale per cui non è in alcun modo visionabile in rete da terzi. Titolare del trattamento dei dati è la Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori, sezione di Rovigo - Via Tre Martiri 140 - 45100 Rovigo, alla quale ci si può rivolgere, oltre che per lettera, anche per telefono (0425 411092) o per posta elettronica (legatumori@interfree.it). Cosa può essere richiesto: la conferma che esistano o meno dati riguardanti i destinatari del presente notiziario e quali siano; ulteriori informazioni su logica e finalità con cui trattiamo i dati, qualora non si ritengano sufficienti quelle fornite nei punti precedenti; la cancellazione dei dati ed il blocco delle operazioni di trattamento; l'aggiornamento e/o la rettifica dei dati. I destinatari del presente notiziario possono liberamente opporsi al trattamento dei dati personali, finalizzati all'invio delle nostre informative.