

Il Giornalino della Associazione Provinciale di Campobasso arriva anche quest'anno! È un'esperienza ormai consolidata che rappresenta una viva modalità comunicativa delle attività svolte nell'anno, giunta ormai alla sua terza edizione. Nasce dalla voglia di comunicare ai sostenitori ed ai soci gli eventi, le curiosità, i report su quanto di bello facciamo e si propone come strumento rappresentativo che possa far conoscere agli altri, anche al di fuori della cerchia dei soci, le molteplici esperienze educative e di prevenzione vissute e condivise durante tutto l'anno. Quest'anno c'è una novità in più. È stato eletto il nuovo Presidente nella persona della dott.ssa Carmela Franchella. Un caloroso abbraccio di ringraziamento al Presidente uscente Dott. Giovanni Fabrizio, socio fondatore della LILT CB e promotore instancabile in tutti questi anni, il quale, in veste di Vice, a non farà mancare la sua proficua e costante collaborazione e assicurerà la continuità.

UN MODELLO D'INTERVENTO EFFICACE PER CONTRASTARE LE MALATTIE TUMORALI.

Editoriale del neo Presidente dott.ssa Carmela Franchella

Il 2019 per la nostra Associazione è stato un anno ricco d'iniziative e di attività. Oltre 2000 cittadini molisani hanno usufruito gratuitamente dei servizi messi in atto, grazie all'infaticabile lavoro dei volontari che mettono a disposizione, quotidianamente, il loro tempo libero per essere al servizio della popolazione nella cura e nella prevenzione oncologica.

Dal 2015 la LILT, la Regione Molise e l'Azienda Sanitaria Regionale stanno portando avanti un importante progetto comune di cambiamento dei comportamenti a rischio per la salute, legati a fumo, alcol, errata alimentazione, sedentarietà e stress. Tale progetto è basato sulla realizzazione, presso l'Ospedale di Larino, di uno spazio educativo, denominato "Luoghi di Prevenzione Molise", che con metodologie di didattica multimediale e interattiva propone percorsi finalizzati alla promozione del benessere psico-fisico e alla prevenzione delle malattie tumorali. Le scuole rappresentano un interlocutore privilegiato della LILT, poiché sono considerate non solo come ambienti di apprendimento, ma anche come luoghi di relazioni. Relazioni dei ragazzi tra loro, dei ragazzi con gli adulti di riferimento, che hanno un ruolo importante nel determinare i comportamenti

e considerati sia come fattori di protezione sia come fattori di rischio per la salute. In particolare nel 2019 sono stati realizzati numerosi interventi di prevenzione diretti agli studenti delle scuole provinciali di ogni ordine e grado, seguendo un modello educativo convalidato da numerose esperienze di ricerca in quest'ambito e basato sul potenziamento delle life skills dei giovani e degli adolescenti. Tra le caratteristiche del modello d'intervento, proposto dal programma nazionale Guadagnare salute con la LILT/MIUR, va è la valorizzazione del ruolo degli insegnanti, l'importanza del coinvolgimento delle famiglie nel processo educativo dei ragazzi e la realizzazione di laboratori didattici di tipo esperienziali, che si svolgeranno presso il nostro Centro di Larino Luoghi di Prevenzione Molise. Numerosi docenti hanno riconosciuto la validità del modello proposto e le scuole che hanno aderito per lo scorso anno scolastico, sono state 18, con circa 1500 studenti coinvolti nel programma.

Gli operatori della LILT stanno svolgendo un ruolo professionale molto importante anche nella ricerca in ambito Sanitario. Si è appena concluso un progetto di ricerca sanitaria, nell'ambito della prevenzione terziaria basato

sulla sperimentazione di un modello riabilitativo, che garantisce il riconoscimento di un diritto fondamentale del malato oncologico, alla riabilitazione, intesa non solo come recupero fisico, ma anche sociale e relazionale. Oltre 110 pazienti e che vengono ancora seguiti presso lo sportello oncologico della LILT presente nel DH di Oncologia dell'Ospedale di Termoli, sono stati arruolati nel progetto. La componente umana e psicologica è parte fondante del processo di guarigione, e il lavoro che fanno i volontari è una delle specificità della nostra associazione. Tale progetto è stato ampiamente condiviso con la Direzione ASREM grazie ad un protocollo d'intenti, già esistente da oltre 10 anni, che vede l'Associazione impegnata all'interno dell'Azienda Sanitaria in numerose iniziative di prevenzione, tra cui anche il sostegno ai programmi di screening regionali, che hanno un grosso impatto sullo stato di salute della popolazione. Con il lavoro continuo e instancabile dei suoi volontari, la LILT contribuisce a diffondere la cultura del volontariato e propone un modello valido di prevenzione oncologica, tracciando un percorso, praticabile da chiunque voglia impegnarsi quotidianamente nella battaglia contro il cancro.

ATTIVITA' CONSOLIDATE

PUNTO INFORMATIVO. Il servizio tradizionalmente offerto dalla segreteria di Via del Molinello a Termoli (aperta tutto l'anno dalle 10.00 alle 12.00 dal lunedì al venerdì) per supportare i pazienti ed i loro familiari nei problemi che incontrano durante il decorso della malattia con particolare attenzione ai problemi pratici (esenzioni, protesi, parrucche, ecc.) e al riconoscimento dei propri diritti e dei loro familiari, è stato completato con:

- lo **SPORTELLO DI SOSTEGNO PSICO-ONCOLOGICO**, ubicato all'interno dell'Ambulatorio di Oncologia dell'Ospedale San Timoteo di Termoli, aperto tutte le settimane, nelle giornate di mercoledì e giovedì (dalle ore 9:00 alle ore 13:00) per rispondere ai bisogni dei pazienti oncologici che sono in cura presso il Day Hospital Oncologico ospedaliero oppure che ne fanno richiesta.

- lo **SPORTELLO NUTRIZIONALE**, anch'esso ubicato all'interno dell'Ambulatorio di Oncologia dell'Ospedale San Timoteo di Termoli, aperto un giorno alla settimana per 4 ore al giorno con la finalità di fare lo screening dello stato nutrizionale e la valutazione della composizione corporea di pazienti in terapia e in follow up, fare la prevenzione e la gestione della malnutrizione e della sarcopenia, gestire dal punto di vista nutrizionale gli effetti collaterali delle terapie.

- **ATTIVITA' FISICA** con percorsi di supporto in gruppo e uscite di camminate con tecnica Nordic Walking e/o libera per favorire la pratica dell'attività fisica adattata non competitiva.

- **INCONTRI INFO-MOTIVAZIONALI**, di supporto all'adozione di stili di vita salutari.

- **ASSISTENZA** per problemi burocratici e logistici e ad altri problemi personali di accesso alle cure.

- **INCONTRI DI GRUPPO** per la realizzazione di laboratori creativi ed espressivi.

- **SERVIZIO DI TRASPORTO GRATUITO** attivato da diversi anni per tutti quei pazienti autosufficienti che hanno difficoltà a raggiungere i Centri di Trattamento di Campobasso. Il servizio è svolto dai volontari LILT con le auto di proprietà dell'Associazione. Nell'ultimo anno abbiamo dovuto far fronte a necessità contingenti, legate soprattutto al numero delle richieste, ci siamo avvalsi della collaborazione di altre associazioni e dei ns volontari. A fine anno siamo riusciti ad acquistare un'auto nuova in sostituzione di una vettura che aveva percorso oltre 250.000 Km. Nel periodo sono stati accompagnati n°60 pazienti per un totale di 320 viaggi pari a circa 52.000 km percorsi e con un risultato di n°800 trattamenti radioterapici.

- **FORNITURA GRATUITA DI PARRUCCHE.** Sappiamo che per una donna la perdita dei capelli è traumatica quasi quanto elaborare la notizia della malattia. La nostra associazione ha iniziato la distribuzione di parrucche già da alcuni anni con l'assistenza, da parte di un esperto parrucchiere, per scegliere la migliore soluzione che si adatta alle caratteristiche della persona. Quest'anno abbiamo fornito gratuitamente 24 parrucche ad altrettanti pazienti con un incremento del 50% rispetto all'anno precedente. Abbiamo, inoltre, proposto e sollecitato la Regione Molise per approvare una legge che riconosca l'ausilio della parrucca a tutte le donne in fase di trattamento chemioterapico.

- **CORSI PER SMETTERE DI FUMERE.** La LILT CB resta sempre disponibile ad organizzare corsi per smettere di fumare a cui possono partecipare fumatori di tutte le età che possono affrontare questo problema con buone possibilità di riuscita.

16 – 24 MARZO 2019 – SETTIMANA NAZIONALE DELLA PREVENZIONE ONCOLOGICA

In accordo con l'Asrem e la Regione Molise è stata organizzata l'iniziativa "Ambulatori Aperti". Gli eventi rivolti alla popolazione puntano a promuovere sani stili di vita e screening per la diagnosi precoce dei tumori della cute, del cavo orale, della mammella e ginecologici. Domenica 24 marzo 2019 è stato possibile effettuare visite gratuite di prevenzione oncologica negli ospedali e gli Ambulatori di Termoli e Larino con la realizzazione di punti informativi sulla prevenzione oncologica e sulle attività della stessa sezione distribuendo opuscoli informativi. Sono state organizzate presso lo sportello oncologico iniziative permanenti di assistenza ai pazienti, il trasporto gratuito dei pazienti ai centri di terapia e attivato il servizio 'parrucche gratuite' alle pazienti con Alopecia da Chemioterapia. È stata inoltre promossa l'iscrizione ai corsi di disassuefazione al fumo. Infine, per sostenere le iniziative della LILT di Campobasso è stata promossa una raccolta fondi e la vendita di confezioni di olio d'oliva, gadget della LILT e della prevenzione oncologica.



MARZO 2019 DIFFUSIONE FASCICOLO SANITARIO ELETTRONICO

Il fascicolo è uno strumento online attraverso cui ogni cittadino molisano può tracciare e consultare tutta la storia della propria vita sanitaria, condividendola con i professionisti sanitari che concorrono al percorso di cura. L'iniziativa, nel suo complesso, ha come scopo il miglioramento della qualità dei servizi sanitari regionali ed è finalizzata ad agevolare l'assistenza del cittadino, offrire un servizio che possa facilitare l'integrazione delle diverse competenze professionali, fornire una base informativa consistente sia per gli operatori sanitari che per i decisori politici. Per migliorare la diffusione e la conoscenza di questo utile strumento, l'Azienda Sanitaria ha organizzato alcuni incontri con i cittadini a cui hanno preso parte la LILT CB ed altre associazioni impegnate sul sociale.

28 MARZO 2019 - PRESENTAZIONE DEL PROGETTO "NUOVA VITA DOPO LA MALATTIA RECUPERO DEL BENESSERE PSICO-SOCIALE DEI MALATI ONCOLOGICI"

L'occasione è stata molto proficua per presentare il progetto, avviato già da qualche mese, e per fare un bilancio delle attività di questo primo periodo. Il progetto di ricerca si svolge, a partire dalla metà del 2018, negli ambiti provinciali della LILT di Campobasso, quale ente capofila, e della LILT di Ascoli Piceno, quale ente partner, con azioni soprattutto di prevenzione terziaria, integrate con interventi nella scuola di prevenzione primaria. Per quanto riguarda la prevenzione terziaria, il progetto di ricerca intende sperimentare e valutare l'efficacia di un modello di riabilitazione psico-sociale, inserito nel percorso di cura e di follow-up del paziente neoplastico, con l'obiettivo di migliorare la sua qualità di vita nel contesto ospedaliero, familiare e lavorativo. Le azioni previste sono finalizzate all'integrazione nell'assistenza sanitaria dei malati oncologici di un percorso di riabilitazione basato sul supporto psico-oncologico, la riabilitazione nutrizionale, i gruppi di cammino/Nordic Walking, i gruppi info-motivazionali e i laboratori espressivo/esperienziali. Il secondo ambito d'intervento del progetto riguarda gli Istituti Secondari di Il Grado e prevede l'attivazione di percorsi didattici curriculari ed extracurriculari per gli studenti, basati sulla relazione tra alimentazione, attività fisica e tumori. Le attività con gli studenti sono volte anche a promuovere iniziative di volontariato in ambito oncologico fra i giovani.

Il progetto è stato gestito dagli operatori LILT di Campobasso in una stretta collaborazione con referenti dell'ASREM e medici ed infermieri dell'UO di Day Hospital Oncologici, con la LILT di Ascoli Piceno e gli Istituti Scolastici Superiori. Il progetto ormai concluso (termine ufficiale fine ottobre 2019) necessita di una ultima fase di divulgazione dei risultati e la predisposizione di raccomandazioni per l'ap-

plicazione dell'intervento riabilitativo, oggetto della sperimentazione.

L'attivazione dei laboratori esperienziali e creativi, benché pensati come momento di condivisione e di aggregazione, ha visto la partecipazione di un numero limitato di pazienti e loro familiari. Le motivazioni per le quali non è stato possibile coinvolgere un numero maggiore di partecipanti nei laboratori creativi ed espressivi si deve far risalire alle condizioni fisiche dei pazienti in trattamento presso il reparto, talvolta in serie condizioni cliniche.

Ma la tenacia di alcuni nostri volontari ha permesso di essere presenti anche in questa attività con la realizzazione di 300 fermacarte "portafortuna" in legno donati a tutti i pazienti che hanno transitato nel reparto oncologico dell'Ospedale San Timoteo di Termoli e nelle manifestazioni esterne organizzate dalla LILT CB. Sono stati realizzati anche decorazioni natalizie utilizzate per addobbare l'albero di natale allestito all'interno del DH e sulle pareti dell'Ospedale di Termoli.

Un'altra iniziativa degna di menzione è l'allestimento di una biblioteca all'interno dello Sportello con libri ed illustrazioni messi a disposizione dei pazienti e loro familiari.

Questo progetto, già istituzionalizzati da anni in altre Regioni, rappresenta una novità assoluta per la nostra Regione e pertanto tra gli scopi non dichiarati ma auspicabili, c'era e c'è il tentativo di rendere evidenti i risultati misurabili e i benefici apportati ai Pazienti e alle loro famiglie tanto da "costringere" l'ASREM a istituzionalizzarli e a renderli continuativi. Il consenso e il successo di tali servizi offerti ai Pazienti e alle loro famiglie ha ingenerato una tale aspettativa da parte loro che la loro sospensione comporterebbe un grave disagio oltre che una cocente delusione.



31 MARZO 2019

CAMMINATA NORDIC WALKING DA SAN GIACOMO DEGLI SCHIAVONI A TERMOLI

Progetto "lo cammino e guadagno salute" - Seconda camminata del benessere attraverso i tratturi
Un percorso di circa 10 km svolto quasi integralmente sui tratturi e nel verde delle campagne di San Giacomo con arrivo presso La Vida Medical di Termoli.

Il raduno è stato fissato presso La Vida di Termoli ed il trasferimento a San Giacomo è stato fatto con un autobus messo a disposizione. Subito dopo la partenza il gruppo ha fatto visita al sito archeologico che si trova non lontano dal percorso del tratturo Aquila-Foggia, su una vasta area pianeggiante a qualche chilometro dalla costa adriatica. Si tratta di un grosso impianto la cui parte fondamentale è interessata da una sistemazione idraulica eccezionale e molto articolata, i cui elementi essenziali sono una cisterna interrata in ottimo stato di conservazione, una serie di vasche, una fognatura. Gli strati più antichi documentano la frequentazione del sito già nel IV sec. a.C., ma le strutture visibili si collocano prevalentemente nei primi due secoli dell'impero. Nell'area si trovano anche altre vaschette, un pozzo profondo 4 metri, canali, ambienti, tracce di pavimentazioni in mattoncini disposti a spina di pesce. In un ambiente sul lato settentrionale solo in parte esplorato, si trovano le botti in terracotta, ed altre due piccole vasche a pianta quadrata. Il gruppo di circa 50 partecipanti è stato assistito con la distribuzione di bottiglie d'acqua, dai volontari della LILT che hanno percorso con auto di soccorso la carovana. All'arrivo a Termoli è stata distribuita una salutare colazione a base di pane con olio EVO, frutta e bevande disidratanti di acqua aromatizzata con erbe, verdura e frutta (rosmarino, lamponi, zenzero e cetriolo).



19 APRILE 2019 - PROGETTO DI RICERCA EPIC "RIZZOLI-CREA"

**«GUADAGNARE SALUTE...CON LE
LIFE SKILLS»**
programma di sviluppo e potenziamento delle abilità
personali e relazionali



sull'alimentazione e i fattori di rischio che interessano sia adulti che minori, per studi caso controllo ad esempio in patologie come i sarcomi dell'osso o altri tumori rari nei quali si voglia indagare l'eventuale correlazione tra l'apporto di micro-nutrienti e la patologia stessa. I consulenti della nostra sezione LILT hanno contribuito alla raccolta dati per il progetto di validazione in qualità di rilevatori, somministrando il questionario EPIC e i Diari Alimentari agli alunni di una classe dell'Istituto Superiore di Larino.

I risultati della ricerca sono in fase di elaborazione e saranno oggetto di pubblicazione su prestigiose riviste scientifiche peer-reviewed.

19 MAGGIO PROGETTO "IO CAMMINO E GUADAGNO SALUTE - CAMMINATA DEL BENESSERE DA MONTENERO DI BISACCIA A SAN MARTINO IN PENSILIS CON SOSTA A GUGLIONESI

L'evento piuttosto impegnativo è stato organizzato in collaborazione con i comuni interessati (Montenero di Bisaccia - Guglionesi - San Martino in Pensilis). Il raduno c'è stato, alle ore 8.00, in piazza Umberto a San Martino in Pensilis, da dove è partito un autobus con i 50 partecipanti per arrivare a Montenero di Bisaccia. Qui alle 9.00 ha preso avvio la "camminata", alle 13.30 la sosta e il rifornimento a Guglionesi, alle ore 18.00 l'arrivo a San Martino in Pensilis. L'ampia partecipazione (50 aderenti) e le condizioni metereologiche favorevoli hanno permesso di assistere ad una bellissima giornata di sport, natura, sana alimentazione e benessere in compagnia. L'evento fa parte del Progetto della LILT di Campobasso "lo cammino e ... guadagno salute - Promozione della salute e del benessere di comunità mediante la prescrizione dell'attività fisica" Il Nordic Walking è considerato dalla letteratura scientifica uno degli sport più completi perché, oltre al cuore e ai polmoni riesce a stimolare gran parte della muscolatura scheletrica, allena quattro delle cinque principali qualità motorie (forza, resistenza, flessibilità, coordinazione), migliora la postura, scarica sui bastoncini parte del peso corporeo dalle articolazioni abitualmente sottoposte al carico in posizione eretta, decontrae la zona delle spalle e della nuca. Il progetto si propone come obiettivo primario di sperimentare l'efficacia di un'azione di rete volta a incrementare la pratica dell'attività fisica, specialmente fra i soggetti a rischio cardiovascolare e portatori di patologie croniche o in riabilitazione a seguito di interventi di ambito oncologico, attraverso la promozione di opportunità di coinvolgimento in una forma di attività fisica aerobica a basso impatto, praticabile in gruppo e in luoghi d'interesse culturale/paesaggistico, adattabile alle personali esigenze, sotto la supervisione di personale qualificato.

La LILT di Campobasso ha già promosso in molti comuni della Provincia eventi analoghi e prevede ulteriori occasioni per i mesi a venire. Nelle foto l'arrivo a Guglionesi dei primi partecipanti e il rinfresco salutare e dissetante offerto dall'amministrazione comunale di Guglionesi su suggerimento della nostra nutrizionista.



20 MAGGIO 2019 – FORMAZIONE PSICOLOGI LILT - ROMA

La formazione dei nostri volontari e collaboratori è una primaria esigenza. Il 20 maggio due nostri psicologi e psicoterapeuti hanno partecipato alla prima riunione per il Coordinamento nazionale degli psicologi LILT che operano in campo oncologico. Una giornata intensa perché per contenere le spese i volontari hanno deciso di partire nelle prime ore della mattina e rientrare a sera tarda. Tanta stanchezza ma felici di aver partecipato: fare rete e potenziare il ruolo dello psicologo in campo oncologico è un passo fondamentale per la nostra crescita e per aiutare al meglio tutte le persone che si rivolgono a noi.

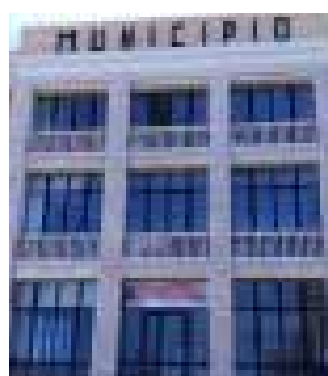
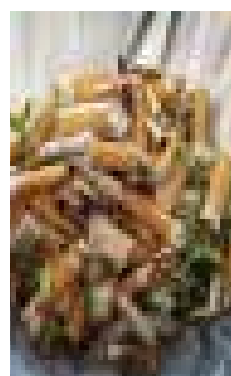
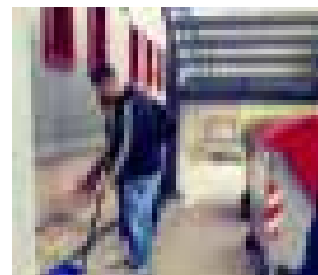


31 MAGGIO - GIORNATA MONDIALE SENZA TABACCO

Quest'anno la Giornata Mondiale senza Tabacco (World No Tobacco Day) ha inteso sviluppare la consapevolezza sugli effetti nocivi del fumo di sigaretta, in particolare con una interlocuzione diretta con i giovani. Una recente indagine, i cui dati sono stati raccolti, per l'Italia, dall'Istituto Superiore di Sanità, evidenziano dati allarmanti. L'indagine ha certificato che le ragazze sono fumatrici abituali nel 24% dei casi contro il 16% dei ragazzi. La fascia d'età dell'iniziazione al fumo di sigaretta si è abbassata a quella della scuola secondaria di primo grado (10/13 anni). Inoltre la scuola non è percepita come luogo libero dal fumo (smoke free) e, malgrado la normativa, rimangono ancora troppo alti i valori del non rispetto dei divieti di fumo all'interno ed all'esterno degli Istituti scolastici. Fumare fa male e anche stare accanto a chi fuma fa male.

Le statistiche dal mondo ci dicono che anche quest'anno alcuni milioni di persone sono morti a causa di malattie provocate dal consumo di tabacco. In tema di inquinamento ambientale va poi considerata l'enorme quantità di prodotti nocivi e non biodegradabili immessi nell'ambiente attraverso i mozziconi di sigaretta che, a causa del loro alto contenuto di sostanze cancerogene (benzene, benzopirene, formaldeide e polonio radioattivo ed altre) dovrebbero essere trattate al pari di tutti i rifiuti speciali, ma che invece continuano ad essere disperse senza alcuna cautela nelle strade, nei parchi, sulle spiagge. Per questo motivo La LILT quest'anno ha lanciato, in collaborazione con l'ANCI (Associazione Nazionale dei Comuni d'Italia) e il MIUR (Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca), una campagna di promozione su tutto il territorio nazionale con alcune iniziative. In particolare:

- l'esposizione di drappi bianchi con la scritta "NON MANDIAMO IN FUMO IL PIANETA" con l'obiettivo di coniugare i rischi per la salute derivanti dal fumo con l'impegno volto ad uno stile di vita più sostenibile, responsabile e salutare; la città di Termoli è stata tappezzata con questi striscioni nei pressi delle scuole, sull'ingresso del Palazzo Comunale di Termoli ed in importanti luoghi di passaggio dei cittadini.
- l'invito rivolto alle scuole ed a gruppi di alunni particolarmente sensibili a riguardo per raccogliere i mozziconi di sigarette abbandonati nelle strade, nei parchi e nei cortili delle scuole con l'obiettivo di promuovere la comunicazione intergenerazionale, lo scambio di esperienze, la crescita reciproca. Sono stati registrati numerosi interventi tra i quali segnaliamo: Scuola media di Castelmauro (vedere anche il video sul sito della LILT CB) - Istituto Alberghiero di Termoli - Istituto Omnicomprensivo di Casacalenda



Particolarmente importante è stata la formazione dei medici di medicina generale tenuta presso l'Ordine dei Medici di Campobasso: **VERSO UNA SOCIETÀ LIBERA DAL FUMO** - "Il ruolo del medico di Medicina Generale nella promozione di iniziative a sostegno della disassuefazione al tabagismo" organizzato in collaborazione con partner istituzionali, quali la regione Molise, l'ASREM, l'Ordine dei Medici della provincia di Campobasso ed il Centro Servizi per il Volontariato Molise. Il corso, accreditato con 10 ECM, era rivolto a n° 80 medici con l'obiettivo di fornire ai partecipanti le competenze necessarie a sostenere, nei diversi contesti sanitari, i fumatori nella motivazione al cambiamento. Diversi gli interventi degni di nota. La dott.ssa Carmela Franchella, neo-Presidente della sezione LILT di Campobasso, nel suo intervento di avvio del corso formativo, ha evidenziato che, in questo momento i provvedimenti più efficaci sono quelli che prevedono il rinforzo delle azioni di rete per la prevenzione, cura e contrasto del tabagismo. Fra questi, hanno particolare importanza le policy che promuovono un contesto per i cittadini, favorevole alle scelte di comportamenti salutari. Tali scelte personali sono, tuttavia, risultanti di variabili interdipendenti che pongono soprattutto i medici di fronte a un processo di valutazione e gestione del comportamento del paziente. I dati di mortalità annuali sono destinati ad aumentare in assenza di rigide misure di controllo: per il 2030 si parla di oltre 8 milioni di morti, di cui l'80% nei Paesi economicamente avanzati (dati OMS). Pertanto è fondamentale rafforzare le competenze degli operatori sanitari sulle tecniche di sostegno al cambiamento ed è essenziale per il medico comprendere e utilizzare una metodologia e degli strumenti efficaci per il trattamento del tabagista. La dott.ssa Rita Colavita, direttore dell'U.O.C. Cardiologia/UTIC Ospedale Cardarelli di Campobasso, nella sua relazione ha parlato del rischio cardiovascolare fumo-correlato e ha descritto delle linee guida dell'AMCO per la cura e la prevenzione del tabagismo. Di seguito, il dott. Mattia Scipioni, psicologo e consulente LILT di CB, ha affrontato gli aspetti neurobiologici e psicologici della dipendenza da



nicotina per poi introdurre le teorie del cambiamento e del colloquiomotivazionale, soffermandosi sul Modello Transteorico del Cambiamento (MTC) di Prochaska e Di Clemente. L'applicazione di questo modello, spinge l'operatore sanitario a valutare l'appropriatezza del proprio intervento sulla base dello stato motivazionale del paziente, tenendo conto della sua propensione al cambiamento (motivazione) e della fiducia di riuscire, e lo sostiene nel processo di disassuefazione dal fumo anche nelle fasi successive di azione e di mantenimento.

In seguito, la dott.ssa Marianna D'Aulerio, psicologa - psicoterapeuta e consulente LILT CB, ha spiegato che alla persona fumatrice non basta avere conoscenza sulle conseguenze del fumo né avere prescrizioni sull'interruzione di quest'ultimo; è fondamentale andare oltre la semplice informazione/educazione/ promozione, perché la cura della propria salute e l'adozione di stili di vita corretti devono essere il risultato di scelte consapevoli. Quindi si è soffermata sulla descrizione dell'approccio motivazionale di primo livello, che comprende l'avviso breve e l'intervento motivazionale breve, evidenziando come questa nuova metodologia sia utilizzabile da qualsiasi operatore sanitario, interessato a dare un contributo, anche in contesti opportunistici, alla modificazione degli stili di vita individuali a rischio. I pazienti motivati a intraprendere un percorso di disassuefazione dal fumo di sigaretta dovrebbero essere indirizzati a un secondo livello d'intervento più specialistico, presso i Centri Anti Fumo (CAF), che nella regione Molise vedono come unici centri accreditati le sezioni provinciali della LILT, e la dott.ssa Aulerio ne ha illustrati i principi e le tecniche utilizzate, basate su prove di evidenza scientifica.

Nella sessione pomeridiana il prof. Giancarlo Ripabelli, Professore Ordinario di Igiene Generale e Applicata all'Università del Molise, si è soffermato sugli aspetti epidemiologici del fumo di tabacco, delle malattie fumo-correlate e sull'impatto sanitario dell'esposizione a fumo ambientale in Italia. Il corso è terminato con tecniche di Role playing e lavori di gruppo, condotte dalla dott.ssa Pierangela Antonecchia, Tecnico Prevenzione - Consulente LILT CB, finalizzate alla esercitazione dei partecipanti sulla gestione delle dinamiche del cambiamento in un fumatore.

GIOCA A BOWLING: DAI UN CALCIO AL FUMO DI SIGARETTA

Di sport appassionanti ne esistono tantissimi e tutti vogliono vincere come veri campioni. I volontari della Sezione LILT CB si sono inventati un gioco che stiamo riproponendo nelle manifestazioni all'aperto in cui sono coinvolti i ragazzi delle scuole primarie e secondarie ma che trova estimatori anche tra gli adulti. Considerata una disciplina rilassante il "bowling contro il fumo" può conquistare sempre più persone in particolare tra i bambini. Uno dei punti di forza di questo tipo di pseudo-sport, è il fatto che potenzialmente tutti possono diventare dei veri campioni nel fare strike contro il fumo di sigaretta.

Sono state costruite dieci tubi di cartone, ognuno di essi riporta una criticità create dal fumo di sigaretta: tumore polmonare, infarto miocardio, ictus, asma, aterosclerosi, cardiopatia ischemica, otiti e riniti, invecchiamento pelle, impotenza sessuale, etc. Per eseguire il gioco, i dieci tubi vengono posizionati ritti sul terreno e con un pallone, che simboleggia la LILT, i ragazzi cercano di colpirli per farli cadere. A chi riesce a fare strike viene assegnato un premio.

EVENTO FORMATIVO
PROVIDER ECM N. 928 - ID EVENTO: 928 - 264384 - ECM 10 - DESTINATARI 80

1° corso di formazione per Medici di Medicina Generale, Medici Competenti e Medici di tutte le discipline.
Il ruolo nella promozione di iniziative a sostegno della disassuefazione al tabagismo

DURATA CORSO ORE 10 e 30	PRIMA SESSIONE GIOVEDÌ 30 MAGGIO 2019 13:00 - 18:30	SECONDA SESSIONE VENERDÌ 31 MAGGIO 2019 13:30 - 18:30
DESTINATARI: <ul style="list-style-type: none"> Medici Medicina Generale Medici Competenti Medici di tutte le discipline 		
DIRETTORI DEL CORSO <ul style="list-style-type: none"> Giovanni Fabrizio LILT sez. prov.le di CAMPOBASSO 0875 717314 • giovanni.fabrizio@ril.it Carmela Franchella Responsabile Evento Formativo LILT sez. prov.le di CAMPOBASSO 0875 717314 • carmela.franchella@asrem.org 	SEGRETARIA SCIENTIFICA <ul style="list-style-type: none"> Antonocchia Pierangela Tecnico Prevenzione - Consulente LILT CB Bellomo Mariangela Educatrice Prevenzione - Consulente LILT CB D'Aulerio Marianna Psicologa - Psicoterapeuta - Consulente LILT CB Fusco Francesco Consigliere Direttivo LILT CB Scipioni Mattia Psicologo - Consulente LILT CB 	
SEGRETARIA ORGANIZZATIVA 	SEDE CORSO: "Ordine dei Medici" della Prov. di Campobasso in Corso Giuseppe Mazzini, 129/A - CB	

Provider ECM Di Paola Eventi:
 Via Cavour, 28 Campobasso
 0874 195026 - Fax 0874 195377
ISCRIZIONI:
 provider@dipaolaeventitecm.it



5 GIUGNO 2019 - PROGETTO “GUADAGNARE SALUTE CON LA LILT” - PREMI ALLE SCUOLE

Oggi sono state premiate presso Luoghi di Prevenzione della LILT di Reggio Emilia per il Concorso “Guadagnare salute con la LILT - Scuole che promuovono salute” due scuole molisane. Torniamo a casa con due primi premi: al Liceo “ F. D'Ovidio “ Larino “per aver saputo interpretare al meglio il ruolo dei peer nel contesto scolastico ed extrascolastico.” e all'Istituto Comprensivo Novelli Magliano - Scuola PrimariaLarino “ per il rispetto degli obiettivi del programma col coinvolgimento di docenti e genitori in iniziative articolate e diffuse. I premi sono stati ritirati direttamente dagli studenti ed i docenti dei due istituti scolastici della Provincia di Campobasso che si sono distinti per il loro coinvolgimento nei progetti Guadagnare Salute realizzati con la LILT Campobasso e il centro Luoghi di Prevenzione Molise. I premi ricevuti saranno destinati all'acquisto di attrezzature per la didattica.



7 GIUGNO 2019 - LARINO

SCUOLA PRIMARIA NOVELLI MAGLIANO HA FESTEGGIATO IL PREMIO RICEVUTO



Oggi la scuola primaria Novelli-Magliano di Larino, destinataria del primo premio del concorso “Guadagnare salute con la LILT” ricevuto presso la LILT di Reggio Emilia, a chiusura dell'anno scolastico ha voluto festeggiare il premio ricevuto con una bellissima e coloratissima Camminata della Salute. Maestre, alunni e genitori si sono divertiti nel riscoprire le perle del territorio larinense durante una piacevole passeggiata insieme. Congratulazioni e buone vacanze. Ci rivedremo a settembre per riprendere le attività e conseguire nuovi traguardi



18 GIUGNO 2019 - FORMAZIONE VOLONTARI SEDE DI VIA MOLINELLO A TERMOLI

Il paziente oncologico, in aggiunta al trattamento terapeutico, ha particolari esigenze di tipo giuridico ed economico ed è pertanto necessario che l'ordinamento preveda tutele e provvidenze che gli consentano, nonostante la malattia e le terapie, di continuare a vivere dignitosamente. Inoltre, affinché non accada che i provvedimenti di tutela previsti dalle norme non vengano adeguatamente utilizzati, è necessario che siano innanzitutto i malati a conoscere quali sono i diritti che lo Stato riconosce e garantisce loro, sia come particolare categoria di malati, sia come persone riconosciute invalide. Visto che è un nostro obiettivo primario migliorare la qualità di vita del malato oncologico, fornendo risposte concrete ai suoi bisogni, per consentirgli di vivere con dignità, alleviati nelle sofferenze e accudito nelle necessità, in accordo con l'Oncologia dell'Ospedale S. Timoteo di Termoli e con l'ADI (Assistenza Domiciliare Integrata) del Distretto Sanitario ASREM di Termoli, abbiamo preparato un manualetto per diffondere le informazioni riguardo ai diritti del malato oncologico: GUIDA AI DIRITTI DEL PAZIENTE ONCOLOGICO.

Queste informazioni assumono un rilievo particolare per i pazienti affetti da patologie oncologiche, con difficoltà temporanee o permanenti, permettendo loro un effettivo reinserimento nel contesto socio-lavorativo, in relazione alle proprie condizioni di salute ed evitando così di essere collocati in una posizione “passiva” e di mero assistenzialismo. Le patologie oncologiche, infatti, sia nella fase di acuzie che nelle successive fasi di riabilitazione e trattamenti terapeutici a lungo termine, incidono sulla vita affettiva e socio-relazionale dei pazienti e rendono spesso difficile la normale ripresa anche dell'attività lavorativa.

La Guida riporta, all'ultima pagina, gli indirizzi (ufficio, recapito, n. telefono) dei responsabili della Provincia di Campobasso, da contattare per il disbrigo delle pratiche di ogni argomento trattato.

Ringraziamo la dott.ssa Della Fazia – Responsabile ADI Presidio Sanitario di Termoli per la preziosa collaborazione per la stesura della guida e per la formazione fatta in aula.



24 - 25 GIUGNO 2019

SAN BENEDETTO DEL TRONTO - PROGETTI CONDIVISI CON LA LILT DI ASCOLI

24-25 giugno 2019: I nostri operatori LILT-Luoghi di Prevenzione Molise sono stati invitati a San Benedetto del Tronto dalla LILT sez. prov.le di Ascoli Piceno per un appuntamento di formazione e monitoraggio relativo ai due progetti di ricerca inter-regionali biennali finanziati attraverso i Bandi di ricerca sanitaria LILT “Programma 5 per mille” aventi come capofila la LILT AP e partner la ns sezione LILT Campobasso con altre tre (Biella, Foggia, Oristano).



Nello specifico, il progetto “Sani Stili di Vita...con Le Life Skills” per le scuole dell’Infanzia/Primarie ed “Alimenti-Amo la Salute” rivolto alle scuole secondarie di I Grado, sono programmi di sviluppo e potenziamento dei sani stili di vita attraverso la Life Skills Education, in cui i nostri operatori e i docenti delle scuole aderenti realizzano una serie di attività formative e laboratoriali interattive che possono coinvolgere, oltre agli alunni, anche i docenti stessi e le famiglie degli alunni. Nel territorio di nostra competenza, entrambi i progetti sono attualmente ben avviati e coinvolgono le classi degli Istituti Scolastici di Termoli: Scuole dell’Infanzia “San Francesco”, “via Catania” e Comunale “Madonna delle Grazie”; Scuola Primaria Parificata Paritaria “N.M. Campolieti”; Scuole Secondarie di I Grado “A. Schweitzer” e Difesa Grande.



TREVISO 28-30 GIUGNO 2019 TROFEO NAZIONALE DRAGON BOAT LILT

Alcuni nostri volontari hanno partecipato all’evento per iniziare a mettere le basi per una nostra partecipazione alle prossime edizioni e per programmare l’evento a Termoli nei prossimi anni. Ai nostri volontari è stata riservata da parte degli organizzatori, dalla LILT di Treviso e dalle altre sezioni partecipanti una piacevole accoglienza. L’esperienza fatta

e le informazioni ricevute ci hanno suggerito di rimandare la nostra proposta di qualche tempo in quanto è necessario dare corso ad alcune pratiche burocratiche ed organizzative che necessitano di una maggiore preparazione e di un finanziamento specifico. Abbiamo sollecitato alcuni Enti Pubblici (in primis la Regione Molise) per programmare l’eventuale evento a Termoli nell’area del Porto oppure a Guardialfiera sul Lago del Liscione.



30 GIUGNO - FESTA DEL VOLONTARIATO SANTA MARIA DEL CANNETO - ROCCAVIVARA

Il CSV Molise ha organizzato, come ogni anno, LA FESTA DEL VOLONTARIATO a cui hanno partecipato molte associazioni della Provincia di Campobasso e di Isernia. La partecipazione dei volontari LILT è stata particolarmente nutrita anche grazie al servizio di trasporto in autobus organizzato dalla sezione. E’ stata una bella giornata di festa con la distribuzione a metà giornata di un pasto preparato dalla Associazione dei Carabinieri in congedo, la esibizione pomeridiana di un complesso di musica e canzoni napoletane e verso sera, in chiusura, si è assistito alla Santa messa officiata da Vescovo di Trivento Mons. Claudio Palumbo. Lo stand della LILT CB, presidiato da volontari e consulenti psicologi, è stato molto apprezzato dai partecipanti grazie al servizio offerto per la promozione di sani stili di vita. E’ stata l’occasione per parlare con il mondo del volontariato molisano dei tanti argomenti trattati durante le ns attività di prevenzione: - presentazione degli eventi dell’attività fisica Nordic Walking fin qui svolti e quelli in programma nei mesi a venire; - sensibilizzazione sulla formazione relativa agli effetti immediati negativi connessi all’abuso di alcol percepiti attraverso l’utilizzo di occhiali di simulazione di alcolemia come i problemi di equilibrio, lo scarso apprezzamento delle distanze, la riduzione del campo visivo (effetto tunnel), i disturbi significativi della visione; - presentazione della campagna di prevenzione sul tabagismo con la partecipazione dei bambini al gioco “dai un calcio al fumo di sigaretta”, gioco che ha coinvolto anche gli adulti; - distribuzione di opuscoli sulla prevenzione dei tumori. La distribuzione di palloncini logati LILT ai bambini ha riempito di colori il parco.



SABATO 6 LUGLIO 2019
LUNGOMARE NORD TERMOLI “GIORNATA DELLA SALUTE”
PREVENZIONE E DIAGNOSI DEI TUMORI CUTANEI: SE HAI CARA LA PELLE

Con l'inizio dell'estate la LILT CB non ha dimenticato la prevenzione dei melanomi e dei tumori cutanei.

Sabato 6 luglio a Termoli sul Lungomare nord nei pressi del Lido Stella Marina è stato attrezzato un ambulatorio nella autoemoteca cortesemente messa a disposizione dall' AVIS Regionale.

E' stato possibile eseguire visite dermatologiche gratuite da parte dei medici specialisti volontari. Gli esami sono stati eseguiti con l'osservazione clinica e, ove necessario con dermatoscopia, dei nei e delle lesioni cutanee a rischio. Sono stati distribuiti e opuscoli informativi per adulti e ragazzi e campioni gratuiti di crema solare offerti dalla farmacia di Termoli del dottore Marino Pasquale.

I tumori della pelle non vanno sottovalutati:

- Il carcinoma è associato all'esposizione cronica e cumulativa al sole;
- il basalioma è associato a una esposizione intensa e intermittente;
- il melanoma, potenzialmente più aggressivo, presenta fattori di rischio generalmente legati alla persona (predisposizione familiare - presenza di nei e lentiggini - occhi, capelli e pelle chiara).

Questi tumori sono molto più diffusi di quanto si immagina e sono in continuo aumento: in parte per l'incremento dell'età media, in parte per la errata abitudine all'esposizione al sole e alle lampade per l'abbronzatura artificiale senza il rispetto di semplici regole di salvaguardia. Essi rappresentano un problema sociale sia perché per incidenza sono in assoluto i primi tumori nell'uomo sia perché sono causa di morte in soggetti relativamente giovani.

Le scottature da sole su pelle delicata (bambini, pelli molto chiare) sono un importante rischio per carcinomi e melanoma della pelle. La prevenzione si attua coinvolgendo la popolazione ed insegnando una corretta protezione dal sole che prevede alcune regole: ricerca dell'ombra, indumenti e creme solari.

Il coinvolgimento della popolazione è anche necessario per la diagnosi precoce di questi tumori perché gran parte di essi sono diagnosticati dagli stessi soggetti portatori o dai loro famigliari. E' importante quindi insegnare a tutti un corretto autoesame della pelle al fine di evidenziare eventuali lesioni sospette da far controllare al proprio medico o allo specialista. I medici volontari che hanno eseguito le visite hanno lavorato alacremente per soddisfare le richieste, ma visto il notevole afflusso di persone, alcune visite sono state spostate in altra data. La LILT si è presa in carico la lista delle attese chiamando singolarmente i pazienti.

Nell'ambito delle iniziative di prevenzione sono stati pubblicati opuscoli per la Prevenzione dei Tumori Cutanei, che abbiamo distribuito gratuitamente in questa occasione e nel corso di altri eventi divulgativi affinché se ne promuova la conoscenza.

In questa occasione è stato distribuito gratuitamente ai Medici di Medicina Generale un "Atlante informativo sui tumori cutanei" preparato dalla Sede Centrale LILT.

È stata una manifestazione riuscitissima con oltre 40 visite dermatologiche effettuate e ancora di più prenotate per la prossima volta, senza contare quelli che addirittura hanno dovuto rinunciare. Un grazie particolare agli specialisti dermatologi la dottoressa Cristina Mastronardi e la dottoressa Rosanna Perrotta La farmacia Marino di Termoli in accordo con Laboratorio UNIFARCO, azienda leader nel settore dermocosmetico e nutraceutico, ha distribuito opuscoli informativi e campioni gratuiti di creme, detergenti e solari della specifica linea antiallergica Ceramol.



7 LUGLIO - BARI
CONVEGNO: LA RIDUZIONE DEL DANNO NEL TABAGISMO

Il convegno organizzato dal COCI (Cenacolo odontostomatologico del Centro Italia) e dalla LILT ha visto la presenza di due nostri volontari che hanno potuto apprezzare i qualificati interventi dei relatori che hanno visto tra gli altri la presenza del prof. Francesco Schittulli (Presidente Nazionale LILT) e del prof. Francesco Riva già direttore della chirurgia odontostomatologica del Policlinico Umberto I di Roma. L'evento ha visto la partecipazione di importanti specialisti. Il prof. Favia (direttore Odontostomatologia del Policlinico di Bari) e la dott.ssa Limongelli (dipartimento di Medicina interdisciplinare di Bari) hanno parlato dei tumori del cavo orale fumo correlati e dell'importanza della prevenzione dei danni da fumo. Il prof. Inghingolo (Professore associato presso il Dipartimento di Medicina Interdisciplinare) ha trattato le proposte di campagna di prevenzione del fumo in età scolastica. Oggetto del Convegno anche le alternative al fumo tradizionale, e-cig e prodotti a tabacco riscaldato per verificare il potenziale di questi prodotti di ridurre i rischi e i danni provocati dalle sigarette.



14 LUGLIO 2019 - ARRIVO A TERMOLI DELLA CAMMINATA DA POZZILLI A TERMOLI - II EDIZIONE “VIAGGIO NEL MOLISE DI MEZZO - IN CAMMINO VERSO EST - ALLA SCOPERTA DEL MOLISE”

Domenica 14 luglio si è conclusa in Piazza Monumento a Termoli la seconda edizione della camminata “VIAGGIO NEL MOLISE DI MEZZO”.

La manifestazione, organizzata dall'Associazione “Molise on the road”, si è avvalsa dei patrocini di Regione Molise, Fondazione Neuromed e dei Comuni di Pozzilli, Carpinone, Torella, Lucito, Palata e Termoli.

Una proposta estiva diversa e nuova per la gioia di podisti ed appassionati di ambiente per divertirsi, fare sport, socializzare, conoscere ed ammirare il Molise da ovest ad est, apprezzandone natura, gente, territorio e bellezze.

Quest'anno ha visto la partecipazione anche della LILT CB che ha inteso valorizzare il progetto “IO CAMMINO E GUADAGNO SALUTE –

CAMMINATE DEL BENESSERE ATTRAVERSO I TRATTURI” e potenziare il proprio impegno nella promozione di azioni di prevenzione attraverso l'attività fisica rendendo in sostanza più accessibile la pratica e il consolidamento dell'attività fisica nello stile di vita dei cittadini.

L'attività fisica è uno strumento di prevenzione e terapia per favorire la guarigione o il recupero di migliori condizioni di benessere psicofisico anche dei pazienti affetti da patologie croniche essendo stati rilevati statisticamente dei miglioramenti dei parametri funzionali e clinici (aumento efficienza cardiovascolare, calo ponderale, diminuzione circonferenza addominale, diminuzione valori pressori e metabolici).

CRONACA DELLA EDIZIONE 2019

10 LUGLIO - Partita la II edizione della manifestazione. Una vacanza estiva che sta appassionando decine di camminatori che hanno deciso di testimoniare il loro attaccamento alla natura e ad un sano stile di vita. Il gruppo è abbastanza composito con la presenza di appassionati laziali e campani oltre a tanti molisani. La prima tappa da Pozzilli a Carpinone è stata accompagnata dalla pioggia che non ha scalfito l'ardore dei partecipanti che hanno raggiunto il traguardo secondo il timing previsto.

11 LUGLIO – Ieri è stata una giornata difficile ma, nonostante le difficoltà dovute alla pioggia mista a grandine che per ben due volte ha frenato la carovana, si è giunti a Carpinone nei tempi previsti e, grazie alla locale amministrazione, i partecipanti hanno avuto ristoro. In cammino verso est riparte da Carpinone con le autorità e le forze dell'ordine che hanno voluto essere presenti alla partenza. Prima di partire visita alle suggestive cascate del fiume Carpino, luogo immerso nei boschi e molto frequentato dagli amanti della natura. Il nome del paese deriverebbe, appunto, dal fiume che costeggia il centro abitato. Lungo il percorso odierno c'è stata una sosta all'Eremo di San Egidio in territorio di Frosolone.

Chi vuole vincere lo stress, riposare e purificare la mente e il corpo può visitare e soggiornare nell'Eremo di Sant' Egidio, nell'Altipiano molisano verso Colle dell'Orso a 1050 s.l.m.. Un paesaggio incantevole di prati e di rocce. L'arrivo in serata a Torella del Sannio dove l'accoglienza è stata suggellata da una frittata di 200 uova. Una serata magica con canti e musica popolare. Torella del Sannio è un paese di antichissime origini che vede l'attuale struttura nascere intorno al XVIII secolo. È presente un castello dell'XI secolo che si trova vicino alla chiesa di San Nicola riconducibile allo stesso periodo.

12 LUGLIO – La comitiva si è spostata da Torella a Pietracupa in autobus ma prima di partire un saluto ed un ringraziamento agli amici di Torella per l'accoglienza riservata alla carovana. A Pietracupa è stato visitato il Museo della Rupe, una mostra permanente di strumenti di tortura, tipica espressione dell'umana follia.

Partenza per S. Angelo Limosano un paese arroccato su un colle e assai caratteristico per i vicoli raccordati da scalinate. Dopo una giornata di cammino, per buona parte sotto la pioggia battente si è arrivati a Lucito dove la carovana è stata accolta dalle delizie ristoratrici della signora Nicoletta e della Pro Loco locale.

13 LUGLIO - Si riparte da Lucito con la speranza che non ci sia pioggia. Oggi sosta a Guardialfiera ed arrivo questa sera a Palata. La giornata si svolge con qualche difficoltà meteorologica ma si procede spediti. Si va verso Guardialfiera con le immagini meravigliose del grande lago artificiale del Liscione. Dopo i passaggi collinari con altitudine oltre i 1000 metri si scende a circa 300 metri. Meravigliosi boschi, aree incontaminate, la parte vecchia del paese, le viuzze che si trasformano a fine anno, come per incanto, nell'antica Betlemme che accoglie il presepe vivente. Dopo la sosta si procede verso Palata posto su una ridente collina a 520 m. di altitudine. In serata la carovana è accolta dal calore degli abitanti di Palata. In tutti questi giorni di cammino sono stati ammirati, nonostante la pioggia, paesaggi meravigliosi e le tante persone incontrate hanno riservato alla carovana tanto calore e amicizia. Un atto di amore che riempie il cuore di gioia.

14 LUGLIO 2019 - Oggi ultimo giorno di questa avventura, si parte da Palata alla volta di Termoli con sosta a Montecilfone e a Guglionesi. Pasquale Italiano, il principale organizzatore di questo evento, prima di partire ha voluto ringraziare tutti i partecipanti e le Amministrazioni, le Associazioni e le Pro loco che hanno accolto il gruppo dei partecipanti. A sera l'arrivo a Termoli ritardato da una sosta sul tratturo per consentire alle telecamere del TG3 di riprendere la carovana in transito. In Piazza Monumento è stata preparata l'accoglienza organizzata dalla LILT di Campobasso e dall'Avis cittadino. Alle 19.30 sono arrivati i 30 partecipanti, sfiniti e provati, ma entusiasti nonostante giorni caratterizzati da pioggia e vento, contenti dell'accoglienza e del ristoro organizzato dalla LILT CB e suggerito dalla nostra consulente nutrizionista. Il titolare della farmacia Marino di Termoli ha voluto partecipare all'accoglienza donando ai partecipanti un sacchetto con alcuni integratori di una nota ditta farmaceutica studiati e prodotti appositamente per l'assunzione durante le gare che richiedono una grande quantità di energie.

A ricordo di questa giornata la LILT ha voluto segnare questo traguardo con la consegna alla “Associazione “Molise on the road” di una targa stampata su una radica di olivo.





16 LUGLIO - PISCINA COMUNALE DI TERMOLI - ASD H2O SPORT E LILT CB

Al Campus Sportivo della ASD H2O SPORT un nostro operatore esperto di Luoghi di Prevenzione Molise ha coinvolto i bambini in una serie di attività interattive sulla promozione dell'attività fisica e sulla sana alimentazione. H2O sport incontra la LILT: il giusto connubio



1 AGOSTO – TORRETTA BELVEDERE A TERMOLI – MOSTRA FOTOGRAFICA



E' stata inaugurata la mostra fotografica "I luoghi, i volti e la storia di Termoli" del Maestro Domenico D'Adderio.

La mostra è stata promossa dall'AVIS Comunale di Termoli, dalla LILT Provinciale di Campobasso CB e dal LEO Lions Club di Termoli. Le foto esposte sono state scelte tra le migliaia che un foto amatore di San Martino in Pensilis custodisce su autorizzazione della famiglia D'Adderio. Il nastro è stato tagliato dal figlio del maestro D'Adderio, alla presenza dei Sindaci di Termoli e di San Martino, a testimonianza del gemellaggio storico tra i due comuni.

Apprezzata anche la presenza dei Cavalieri del Terzo Millennio in abiti di scena. La LILT CB quest'anno ha voluto partecipare ad una serie di eventi culturali per consolidare la propria presenza sul territorio con l'intento di ricordare che la prevenzione è lo strumento più efficace per la cura della salute di tutte le persone di qualsiasi età e ceto sociale. Il maestro D'Adderio ha fissato il teleobiettivo, nell'arco di una intera vita, su paesaggi, strade, tradizioni del luogo ma anche gente comune, intere famiglie, squadre di calcio e volti ... volti compiti e spaventati, volti sorridenti e stupiti. Con sguardo lucido, rigoroso ma anche delicato e rispettoso, ci racconta l'Italia del fascismo, l'Italia degli anni '50 e '60 che si stava risvegliando dopo le tragedie della guerra e lo fa cogliendo l'essenza, la bellezza, l'ingenuità del quotidiano con le sue contraddizioni e i suoi cambiamenti profondi.

Uomini e paesaggi diventano, quindi, testimonianza della nostra realtà connotata da una forte identità culturale e sociale e da un forte senso di appartenenza per cui la fotografia diventa un viaggio temporale nella storia di Termoli, un documento di salvaguardia del patrimonio storico e culturale del luogo, un vero punto di forza per la valorizzazione turistica territoriale.

2 AGOSTO 2019 – VINCITORI DELLA BORSA LAVORO PER IL PROGETTO ENPAB

ENFAB (Ente Nazionale di Previdenza e Assistenza a favore dei Biologi) e LILT, assieme per la "prevenzione tumorale e la lotta alle Fake News in oncologia", hanno messo a disposizione quattro borse lavoro sul territorio nazionale. I bandi Enpab hanno l'obiettivo di favorire la diffusione della cultura previdenziale; avvicinare l'Ente ai suoi iscritti intervenendo in attività di sostegno ai redditi, al lavoro e promuovendo la visibilità trasversale dei biologi. In particolare, in questa occasione, la sede LILT di Campobasso ha avuto come focus la prevenzione oncologica, con particolare riferimento ad azioni di formazione rivolte agli istituti scolastici coinvolti nell'attuazione del progetto nazionale LILT/

MIUR "Guadagnare salute con la LILT", in tema di relazione tra educazione alimentare e stili di vita; azioni di consulenza riguardanti le attività istituzionali LILT di cura e promozione della prevenzione oncologica; azioni di supporto riguardanti la collaborazione con la Sede Centrale e la Sezione Provinciale di Reggio Emilia – capofila del progetto LILT/MIUR "Guadagnare salute con la LILT" – per lo studio di valutazione di efficacia del progetto, e per la relativa valutazione. La durata dei progetti è stata di 3 mesi, dal 15 Aprile al 15 Luglio.

Abbiamo avuto, così, il piacere di ospitare una dei quattro assegnatari delle borse lavoro, una collaborazione fruttuosa che ha creato una piacevole integrazione con il nostro team di professionisti LILT CB.

3 AGOSTO 2019 - TERMOLI - SCALINATA DEL FOLKLORE CONCERTO DELLA TRIBUTE BAND DI MINA

Le associazioni LILT CB e AVIS di Termoli hanno offerto un entusiasmante spettacolo alla Scalinata del Folklore. È stato un successo, grazie ad una numerosa e calorosa presenza tra cui tanti giovani. La manifestazione ha inteso evocare un impegno per la vita che va dalla lotta contro i tumori alla donazione del sangue. Si è voluto portare un messaggio: la raccolta del sangue e la prevenzione oncologica non vanno mai in vacanza sollecitando l'impegno di ogni cittadino. Sul palco un omaggio a Mina, figura unica nel panorama artistico italiano, attraverso un percorso che ha attraversato i suoi famosi brani che hanno visto la partecipazione del pubblico. Bravi tutti i componenti della Band con l'apprezzata voce solista e il talento dei musicisti che l'hanno accompagnata sul palco.



6 AGOSTO CASACALENDA - FESTIVAL MOLISE CINEMA COLLABORAZIONE ALL'INCONTRO CON BRUNELLA FILI REGISTA DEL FILM "ALLA SALUTE"

Abbiamo partecipato alla giornata d'apertura dell'edizione 2019 del MOLISE CINEMA FILM FESTIVAL e abbiamo assistito alla proiezione dei filmati selezionati e proposti dallo staff di Molise Cinema, davvero interessanti e carichi di significato. La nostra partecipazione è servita a stimolare un momento di riflessione e raccogliere le opinioni del pubblico, dopo la visione.

La programmazione del Cinema Teatro prevedeva la proiezione di due opere cinematografiche che rivolgono l'attenzione al tema della salute.

All'interno dello speciale dedicato ad Alba Rohrwacher alle 17:00 è stato proiettato "Con il fiato sospeso" di Costanza Quadriglio.

Il medio metraggio racconta la storia di Stella, ricercatrice presso la facoltà di Farmacia, pian piano si rende conto che nei laboratori di chimica qualcosa non va. Stella, nonostante ciò, non vuole rinunciare al suo sogno di ricercatrice.

E' seguito alle 18:00, in collaborazione con il Festival Dei Diritti Umani di Orvieto, la proiezione di "Alla Salute" di Brunella Fili. Il documentario pone la domanda se si può cercare la felicità anche durante una grave malattia? La storia e il percorso da paziente oncologico vissuto proprio da Nick, raccontati come un 'viaggio' alla ricerca della felicità e di un senso più profondo in quel che accade. In sala era presente la regista Brunella Fili. Molto apprezzato l'intervento della dott.ssa Franchella della LILT CB che ha proposto ai presenti di compilare un semplice questionario dal profondo significato psicologico. La scheda di rielaborazione cinema cibo emozioni poneva questa domanda: Per ogni sapore (amaro, dolce, salato, acqua) scrivi l'immagine e il ricordo che più ti ha colpito durante la visione del film. Prova ad associare un colore o un cibo.



10 AGOSTO – NOTTE BLU DELLO SPORT - VILLA COMUNALE DI GUGLIONESI

Nella notte delle stelle cadenti si è tenuta a Guglionesi una manifestazione organizzata dall'Assessore allo sport in collaborazione della Pro Loco e dell'AVIS di Termoli. Per l'evento è stato coniato un messaggio ben preciso: "Lo Sport non ha barriere né confini, ma un unico cuore".

A questa manifestazione non potevamo mancare per riaffermare che lo sport e l'attività fisica sono alla base di un corretto stile di vita.



SETTEMBRE - "CAMBIARE SI PUÒ

" INCONTRI CON PAZIENTI - FAMILIARI ED ACCOMPAGNATORI

Al fine di offrire uno spazio d'ascolto per individuare ed accogliere i bisogni di pazienti, familiari e accompagnatori, fornire informazioni e conoscenze per gestire situazioni connesse alla malattia e negoziare obiettivi di cambiamento negli stili di vita, sono stati realizzati cicli di incontri di gruppo, denominati: "Gruppi info-motivazionali di supporto all'adozione di stili di vita salutari". Dall'esperienza vissuta i partecipanti hanno maturato riflessioni sull'importanza della condivisione e del confronto tra i rispettivi punti di vista, il ruolo della fede, prioritario per alcuni, l'importanza del reinserimento lavorativo, per altri. Il peso dell'isolamento e del sentirsi incompresi, talvolta, da chi non ha vissuto l'esperienza della malattia, e il tentativo di affrontarlo e superarlo col supporto del gruppo. Il servizio dei gruppi info-motivazionali era stato ideato per rivolgersi a pazienti in fase non attiva di malattia (follow-up) e ai loro famigliari, mentre buona parte dei pazienti che hanno aderito al progetto e sono venuti a conoscenza di questo servizio erano pazienti in trattamento, talvolta in serie condizioni cliniche e, di conseguenza già molto provati e pertanto poco propensi a dedicarsi ad altre attività. Questo ha probabilmente determinato una partecipazione meno numerosa rispetto alle nostre attese. Il bisogno di stare insieme e potenziare le competenze socio-emotive nel gruppo, ha fatto sì che il lavoro sulla contrattazione degli obiettivi di salute relativi agli stili di vita (astensione dal fumo, attività fisica, alimentazione sana) sia passato, per alcuni, in secondo piano. Pertanto, alcune attività previste sono state riadattate (nella durata e nei contenuti) per adeguarsi meglio alle particolari esigenze del gruppo costituitosi. Da un'analisi qualitativa dei feedback di pazienti e familiari coinvolti, è emersa l'immagine di un servizio utile per il recupero del benessere psicosociale e d'integrazione delle cure per tutte le persone afferenti al reparto di Oncologia.

15 SETTEMBRE 2019

CAMPOMARINO - "UNA CORSA PER PINA"

In una calda domenica di fine estate è stato un grande successo la manifestazione "Una corsa per Pina" organizzata e fortemente voluta dal Comune di Campomarino con la partecipazione e il sostegno della sezione provinciale di Campobasso della LILT e di altre importanti associazioni di volontariato locale. Una grande partecipazione ha sottolineato il sentimento di vicinanza e solidarietà per Pina ma anche per tutte quelle persone che combattono quotidianamente contro il cancro. Tanta emozione e qualche lacrima ha solcato il viso dei presenti durante il racconto di Pina che con tenacia e determinazione sta affrontando la malattia e che però necessita di ulteriori cure e terapie per provare a sconfiggerla.

Pina è stata circondata da tanto affetto e la cospicua somma raccolta nella sola mattinata durante la manifestazione, è stata consegnata nelle mani di Pina con l'augurio che trovi la strada giusta per vincere questa battaglia e riprendere in mano la sua vita. Tutti insieme in una lunga pas-

seggiata di circa 3 chilometri nel centro del paese con la partecipazione di oltre 200 persone di ogni età e con la presenza di intere famiglie con bimbi e carrozzine al seguito. Un grazie particolare va a tutti i volontari di tutte le associazioni presenti alla manifestazione che ogni giorno si adoperano per questa ed altre importantissime cause ed in particolare ai volontari LILT che si sono adoperati per assicurare la presenza della LILT sia per il lodevole scopo primario che per la promozione di azioni di prevenzione ricordando che l'attività fisica praticata in modo costante aumenta la sopravvivenza e riduce il rischio di recidive del 20-40%". Questo è il commento pieno di speranze ed auspici che avevamo fatto per questa manifestazione, purtroppo il 14 dicembre scorso Pina si è dovuta arrendere al male e ci ha lasciati, ma in tutti noi resta il ricordo della sua voglia di vivere. La foto che segue è stata scattata quando Pina, in trattamento presso il DH di Termoli, ha voluto collaborare con i nostri volontari nell'organizzazione di un nostro evento e che rappresenta meglio la sua indomabile volontà di combattere questo male.



APRILE E SETTEMBRE 2019 - MI RIMETTO IN CAMMINO

Attivazione dei gruppi di cammino per pazienti oncologici e familiari con tre uscite di allenamento pomeridiano a settimana (lunedì - mercoledì - venerdì) a piccoli gruppi di 10 - 12 partecipanti.

Lezioni dimostrative di Nordic Walking e uscite programmate sul lungomare nord e nel Parco Comunale di Termoli. Un'occasione speciale per coltivare la salute camminando, in special modo adatta a chi non si ritiene "uno sportivo" o "fisicamente allenato". Si tratta di una forma di attività fisica non competitiva, davvero alla portata di tutti, ottima per cominciare a fare un po' di movimento col supporto di istruttori esperti ed in compagnia di buoni amici. L'evento proposto in aprile è stato riproposto a settembre su sollecitazione dei partecipanti. Il nostro volontario e istruttore di Nordic Walking ha organizzato gruppi di una dozzina di partecipanti per ogni giornata.



OTTOBRE 2019 - CAMPAGNA NASTRO ROSA PER LA PREVENZIONE DEI TUMORI AL SENO - 27^EDIZIONE

Torna l'ottobre rosa, il mese internazionale per la prevenzione del tumore al seno. Quest'anno abbiamo voluto illuminare di rosa il castello Svevo di Termoli. La campagna di sensibilizzazione Nastro Rosa 2019, giunta alla sua 27esima edizione, prevede iniziative promosse dalla L.I.L.T. - CB durante tutto il mese di ottobre. Le iniziative sostenute nella Provincia, in collaborazione con ASREM e con Regione Molise, durante il mese di ottobre sono state, come ogni anno abbastanza nutrite:

- VISITE GRATUITE DI PREVENZIONE ONCOLOGICA (senologiche e ginecologiche) - Ospedale Cardarelli CB - Ospedale S. Timoteo

Termoli - Ospedale Vietri L'obiettivo principale è quello di promuovere e sostenere gli Screening che la Regione Molise e l'ASREM stanno attuando nel Molise in modo da aumentarne la partecipazione.

- ILLUMINAZIONE DI ROSA DEL CASTELLO SVEVO A TERMOLI

L'illuminazione ha riscosso un grande successo e catturato l'attenzione della popolazione tanto che la foto è stata inserita nello storico mese di ottobre del calendario dell'anno 2020 edito, come ogni anno, da un noto editore locale.

- ATTIVITA' FISICA - NORDIC WALKING

Passeggiate libere assistite da istruttore esperto nei giorni di lunedì, mercoledì e venerdì - Parcheggio Campo sportivo Parco Comunale



- FORMAZIONE DOCENTI

Incontri formativi per docenti sul programma scolastico presso Scuole aderenti al Progetto "Guadagnare salute con LILT-MIUR"

- LA CAMMINATA IN ROSA - Domenica 3 novembre - ore 9.00 - Piazza Monumento a Termoli - Chiusura "Mese Rosa della Prevenzione"

L'evento è stato presentato con il seguente messaggio: "la prevenzione non dorme mai, ecco perchè per fare del bene non ti serve altro che svegliarti e venire in piazza per unirti a noi per la Prima Edizione della Camminata in rosa. Potrai sostenere la nostra Campagna Nastro Rosa per la prevenzione del tumore al seno con alcuni minuti di camminata al passo che preferisci (libero – nordic walking – corsa)) lungo le strade della nostra Termoli. Partecipa con la tua famiglia, ma anche con amici e colleghi. Resterai sorpreso dai benefici dell'attività fisica mattutina e dalla bellezza della ns città. Le iscrizioni, completamente gratuite, saranno aperte dalle ore 8.30 direttamente in Piazza Monumento e riceverai la maglia rosa della LILT che indosserai insieme a tutti gli altri partecipanti." Purtroppo le avverse condizioni metereologiche con un nubifragio che ha flagellato tutta la costa adriatica l'evento è stato rinviato alla prossima primavera.

- AL CENTRO LA PERSONA NON LA MALATTIA

Nel corso di questo mese abbiamo affrontato alcune tematiche relative alla prevenzione del tumore al seno e dei tumori femminili attraverso modifiche dello stile di vita. La prima riflessione è stata dedicata ai fattori di rischio per il tumore della mammella approfondendo tutti quei fattori di rischio modificabili attraverso l'adozione di un migliore stile di vita. Il Programma ha previsto:

o Appuntamento presso lo Sportello Oncologico dell'Ospedale di Termoli per divulgare, promuovere e fornire ai pazienti oncologici ed alle loro famiglie, prestazioni e servizi già espletati all'interno del Progetto "Nuova vita dopo la malattia" o Visite gratuite di Consulenza e sostegno psicologico su prenotazione con psicologa-psicoterapeuta esperta – Consulente LILT CB.

o Visite gratuite di riabilitazione nutrizionale su prenotazione con dietista Consulente LILT CB. Mangiare bene aiuta a prevenire non solo il cancro ma anche moltissime altre malattie come l'infarto, il diabete e l'obesità. La salute, quindi, si conquista a tavole imparando fin da bambini le regole del mangiare sano.

Alcuni suggerimenti e riflessioni:

- POMODORO E TUMORE DELLA MAMMELLA

Protagonista è una molecola di cui sicuramente avete già sentito parlare, il LICOPENE, carotenoide responsabile del colore rosso dei pomodori, ma presente in minor quantità anche in peperoni, cocomero ed altri alimenti.

Il licopene mostra una forte azione antiossidante e antinfiammatoria che si è dimostrata efficace nella prevenzione e nella terapia (come supporto di terapie farmacologiche) di molte patologie cardiovascolari e tumorali.



Dalla letteratura scientifica, emerge che sono sempre più numerosi gli studi che dimostrano come un'elevata concentrazione nel sangue di licopene (ed altri carotenoidi), conseguente ad un elevato consumo di pomodoro (minimo di 10 porzioni a settimana), si correla con un ridotto rischio di tumore al seno, specie nelle donne in post menopausa. Ricordiamo alcuni semplici accorgimenti per aumentare l'assorbimento intestinale di licopene:

1) mangia pomodori maturi (più è rosso il pomodoro, più licopene è presente)

2) cuoci il pomodoro e utilizza prodotti come salsa e concentrato di pomodoro (la cottura aumenta la disponibilità di licopene)

3) aggiungi sempre un filo di olio extravergine d'oliva (il licopene è una molecola liposolubile, pertanto necessita di un "mezzo lipidico", come l'olio EVO, per essere assorbito a livello intestinale)

FRUTTI DI BOSCO, MELANZANE, UVA NERA

Protagonisti saranno alcuni composti chiamati ANTOCIANI, di cui sono ricchi i frutti di bosco e tutti quegli alimenti dal colore rosso blu e violetto. Gli antociani, appartenenti al gruppo dei flavonoidi, mostrano azione antinfiammatoria e aumento dell'efficienza del sistema immunitario, oltre che una potente azione antiossidante contro i radicali liberi responsabili dello stress ossidativo e del processo di invecchiamento cellulare.

Un introito giornaliero adeguato di frutta e ortaggi contenenti antocianine è in grado di ridurre il rischio di sviluppare tumori, in particolare tumore della prostata, tumore della mammella, tumore del colon, carcinoma epatocellulare correlato ad infezioni da virus dell'epatite B, tumori del sangue, in particolare leucemie mieloidi. Enorme la letteratura scientifica che dimostra gli effetti antitumorali delle antocianine, sia per quanto riguarda la prevenzione primaria che la terapia, come adiuvanti di una terapia farmacologica, e la prevenzione delle recidive.



13 OTTOBRE 2019 - PIAZZA MONUMENTO A TERMOLI

GIORNATA NAZIONALE DEL CAMMINARE



Grande successo per la Giornata del Camminare organizzata dalla ASD Sentieri Olistici in collaborazione con la LILT CB e Legambiente e Comune di Termoli. Partecipazione numerosa in una splendida giornata di sole. Il percorso che ha interessato le vie cittadine passando per il Parco, Rio Vivo, il Porto, il Borgo antico, il Lungomare Nord per fare ritorno in Piazza Monumento da dove si era partito. Circa 10 km che sono stati percorsi con una buona andatura. Anche il banchetto allestito in Piazza Monumento ha riscosso un grande successo sia per i bambini che hanno fatto la fila per aggiudicarsi il palloncino LILT, sia dalle mamme che hanno molto apprezzato la spilletta rosa ed i fascicoli illustrativi. Un ringraziamento va fatto alla nostra rappresentanza che ha voluto partecipare alla Camminata, ad Amerigo sempre presente ed attivo nell'organizzazione e a Ciro e Rocco che hanno allestito l'arrivo e hanno presidiato il banchetto con grande attenzione al fine di promuovere la nostra associazione.



DOMENICHE 13 E 20 OTTOBRE – VISITE GRATUITE DERMATOLOGICHE

Con questo evento si è voluto dare risposta alle tante prenotazioni raccolte questa estate con il progetto “SE HAI CARA LA PELLE” che ha avuto un eclatante successo e, nonostante l’impegno dei medici volontari presenti in quella occasione, non è stato possibile visitare tutti i prenotati. Questa nuova serie di visite ha permesso di ridurre le liste di attesa ma c’è bisogno di altra occasione per completare il tutto.

16 OTTOBRE 2019 - INCONTRO LILT AL MIUR - PROGETTO GUADAGNARE SALUTE CON LA LILT

Il progetto è stato esaminato ed approvato nell’ambito del Comitato Paritetico MIUR-LILT, previsto dal Protocollo d’Intesa del 26 maggio 2015.

Le caratteristiche generali dei progetti scolastici LILT partono dalla consapevolezza che esistono evidenze nella letteratura scientifica a supporto dell’efficacia degli interventi preventivi negli “Ambienti scolastici” che il Piano di azione dell’OMS - Regione europea 2016-20 individua come strategici, promuovendo inoltre un network di riferimento: la rete “Schools for Health in Europe - SHE” (Scuole per la salute in Europa). La modificazione del contesto scolastico, l’intervento diretto dei docenti in classe nelle iniziative formative che concernono la promozione del benessere psicofisico, l’educazione fra pari e la sensibilizzazione delle famiglie sono aspetti cardine degli interventi preventivi sostenuti dalla LILT nelle Scuole di ogni ordine e grado.

Lavorare per la costruzione di una Rete di Scuole che Promuovono Salute significa:

- favorire l’integrazione con gli interventi del Servizio Sanitario Nazionale e Regionale;
- contribuire alla modificazione graduale e concertata del contesto scolastico (policy);
- valorizzare il ruolo dei docenti in un curriculum orientato alla acquisizione e consolidamento di competenze trasversali disciplinari degli allievi;
- valorizzazione della Educazione fra pari per il potenziamento dell’efficacia degli interventi nel tempo;
- superamento della pratica dell’esperto in classe;
- facilitare la interazione con il territorio anche attraverso l’organizzazione di concorsi e altre modalità inclusive della collettività;
- coinvolgimento delle famiglie nelle scelte salutari dei figli;
- diffusione di programmi educativi risultati efficaci sulla base di studi di valutazione qualitativa e trial randomizzati;
- attenzione alla relazione fra salute, ambiente ed esposizione a rischi ambientali;
- miglioramento della adesione dei giovani alle campagne di screening e prevenzione oncologica anche attraverso il loro contributo diretto alla sensibilizzazione delle famiglie;
- avvicinamento dei giovani al volontariato.

Un Progetto così importante e complesso prevede una organizzazione particolarmente attenta ed incontri continui ai massimi livelli per registrare gli stati di avanzamento e per scambiarsi le esperienze maturate. Oggi siamo stati presso il MIUR (Ministero dell’Istruzione dell’Università e della Ricerca) per condividere i risultati preliminari del progetto di ricerca-azione “Guadagnare salute con la LILT”, il programma di promozione dei sani stili di vita nelle scuole, a cui abbiamo contribuito coinvolgendo numerosi istituti scolastici. A livello nazionale, sono stati finora raggiunti circa 5000 studenti, a partire dalle scuole dell’infanzia fino alle secondarie di secondo grado. Il progetto proseguirà anche quest’anno, sostenuto dal MIUR e dalla LILT.



16 OTTOBRE 2019 - CORSO DI FORMAZIONE PER I NOSTRI VOLONTARI E CONSULENTI

La nostra nutrizionista ha partecipato alla due giorni di un importante corso di formazione “Le basi della nutrizione artificiale in ospedale e a domicilio” organizzato dalla SINPE (Società Italiana di Nutrizione).

Il corso ha avuto uno sviluppo con modalità didattiche interattive e con il coinvolgimento attivo dei partecipanti sotto la guida dei docenti. La parte teorica ha riguardato una breve relazione introduttiva da parte dei docenti, l’elaborazione delle domande da parte dei discenti e le risposte dei docenti. La parte pratica ha affrontato dei lavori in gruppi separati, una esercitazione su casi clinici secondo una scaletta preordinata e la discussione plenaria dei casi clinici.

Molto soddisfatta la dott. ssa Iorio (ns volontaria e consulente) che ha dichiarato: “Mi sarà utile per trattare al meglio, con un lavoro di equipe multidisciplinare, i pazienti oncologici che incontro in ospedale per conto della LILT CB. La presenza della malattia, le terapie chemioterapica e radioterapica, gli esiti chirurgici, l’inappetenza, la perdita di peso e altri fattori rendono a volte impossibile un’alimentazione per via orale. Ecco che ad aiutarci c’è la nutrizione artificiale per dare un’assistenza sempre migliore.”



25 OTTOBRE 2019 - NAPOLI

XV CONGRESSO NAZIONALE SITAB (SOCIETA’ ITALIANA DI TABACCOLOGIA)

La partecipazione al Congresso ci ha permesso di aggiornarci sulle più attuali ricerche in quest’ambito e sulle prospettive attuali e future del contrasto al tabagismo. Nel pomeriggio sono stati presentati i risultati di un recente lavoro di ricerca che ci permetterà di ottenere una visibilità nazionale su tutte le attività svolte. Il dott. Mattia Scipioni (Volontario e consulente LILT CB) ha presentato, infatti, un interessante lavoro sviluppato in collaborazione con l’Università di Chieti e con il supporto della dott.ssa Carmela Franchella – neo Presidente della LILT CB. Il SITAB, fondato nel 1999, collabora con il Ministero della Salute, l’Istituto superiore di Sanità e con le principali Istituzioni nazionali ed internazionali del settore. I lavori accettati come presentazione orale sono stati una decina e tra questi c’è l’intervento proposto dal dott. Mattia Scipioni, psicologo e consulente della LILT CB una bella soddisfazione per Mattia ma anche per tutto il team della Sezione LILT CB che può contare su professionalità così elevate.



FUMO DI SIGARETTA E ALESSITIMIA: UNA REVISIONE SISTEMATICA
Mattia Scipioni⁽¹⁾, Chiara Corti⁽²⁾, Carmela Franchella⁽²⁾

(1) Dipartimento di Scienze Psicologiche della Salute e del Territorio, Università di Chieti.
(2) Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori – UIL 360. Prato di Campobasso.



29 OTTOBRE 2019 - RINNOVATO LO STATUTO ED IL CONSIGLIO DIRETTIVO DELLA LILT CB

Il 29 ottobre abbiamo approvato il nuovo Statuto modificato, su indicazione della Sede Centrale, per renderlo conforme a quanto richiesto dalla nuova normativa (Codice del Terzo Settore: D. Lgs. 03 Luglio 2017 n. 2017). In data 2 ottobre la Sede Centrale, ha inviato lo schema tipo di Statuto ed il Regolamento Elettorale, approvati dal Consiglio Direttivo Nazionale, da adottare dalle Sezioni Provinciali.

Il testo del nuovo Statuto associativo è stato approvato all'unanimità dei presenti e prevede, tra l'altro, una nuova denominazione della nostra associazione che da "Sezione provinciale di Campobasso" passa a "Associazione Provinciale di Campobasso". Il 4 novembre il Consiglio Direttivo uscente, accogliendo la sollecitazione dei soci presenti nell'assemblea del 30.10 u.s. e allo scopo di allargare il Consiglio alle varie realtà con cui la Sezione collabora da alcuni anni, ha deciso di incrementare il numero dei componenti da cinque ad undici mentre lascia inalterato a tre il numero dei componenti dell'organo di controllo. Il 29 novembre si sono, quindi, tenute le votazioni per eleggere i componenti degli organi sociali. Una votazione coesa in quanto tutti hanno inteso premiare votando l'intera unica lista presentata, riaffermando così la compattezza di un gruppo che, ancora una volta, ha voluto mostrare unità di intenti rispetto a quelle che saranno le prossime scadenze che vedranno la LILT CB impegnata sul territorio.

Il direttivo eletto si è riunito, poi, il 9 dicembre per l'assegnazione delle cariche.

Sono risultati eletti: Carmela Franchella (Presidente), Giovanni Fabrizio (Vice-Presidente), Francesco Fusco (Tesoriere) - Mariarosaria Pacentra, Giuseppina Petta, Michelino De Santis, Domenica D'Addario, Antonio Vesce, Teresa Maria Manfredi Selvaggi, Amerigo Di Giulio, Nicolino Perna (consiglieri). Sono stati eletti anche i nuovi revisori dei conti: Liliana Smargiassi (Presidente), Antonio Di Pasquale, Lucio Michelangelo Di Florio.



30 OTTOBRE 2019 INCONTRO DI CHIUSURA DEL PROGETTO "UN VIAGGIO SERENO ... PER CONTINUARE A VIVERE" AULA MAGNA ISTITUTO OMNICOMPRESIVO DI LARINO

All' incontro sono stati presenti, oltre ai volontari ed agli operatori della LILT, gli alunni delle classi coinvolte nel progetto, alcuni pazienti oncologici in fase di remissione della malattia che hanno avuto accesso, e tuttora accedono, ai servizi dello Sportello oncologico della LILT CB e al servizio di trasporto verso la Cattolica di Campobasso. E' stato proiettato il film "Alla Salute" della regista Brunella Fili (già visionato in occasione del Cinema Festival di Casacalenda). Il film pone una domanda "si può essere felici anche se gravemente malati?"

Ed è basato su una storia vera di Nick Difino, food performer pugliese a cui viene diagnosticato il cancro nel febbraio 2015, e il suo percorso per combattere la malattia attraverso il sostegno degli amici più intimi e la grande passione per la cucina. Diretto da Brunella Fili, regista barese e amica personale del protagonista, il docu-film nasce dall'esigenza di Nick di raccontare, fin dal momento della diagnosi, quanto gli stava succedendo e allo stesso tempo di reagire alla notizia che gli aveva appena sconvolto la vita. La pellicola alterna riprese e video-selfie di Nick agli interventi di alcuni dei suoi più cari amici tra cui gli chef Simone Salvini e Diego Rossi, che si mettono ai fornelli per cucinare le ricette citate di volta in volta da Nick e raccontare la propria versione di questa vicenda che li ha coinvolti personalmente. Il risultato non è però un racconto della malattia, bensì di vita: sebbene raccolga anche i momenti drammatici, il film, grazie alla leggerezza e all'ironia che non abbandonano mai il protagonista, trasforma la lotta contro il Linfoma non-Hodgkin in un'occasione per indagare cosa sia realmente la felicità. Nick rifiuta di dover rinunciare a ciò che ama di più e, nonostante le gravi difficoltà e una crisi d'identità che lo assale dopo la trasformazione fisica a cui è sottoposto, nella fase più acuta della malattia inizia un viaggio fra le cucine d'Italia alla ricerca di una ricetta di felicità possibile. E' seguito un dibattito molto interessante che ha coinvolto tutti: studenti, pazienti, familiari, volontari ed operatori LILT.



10 NOVEMBRE 2019

LEZIONE GRATUITA DI ACQUA GYM LA PREVENZIONE SI SPOSTA IN ACQUA

Grande successo nell'iniziativa della LILT presso la piscina comunale di Termoli che si è tinta di rosa in occasione della serie di eventi che hanno animato il mese della prevenzione del tumore al seno. La prevenzione della LILT si è spostata in acqua grazie alle associazioni H2O Sport e Hidro Sport, che gestiscono la piscina comunale e che nella mattinata di domenica 10 novembre hanno dato vita ad una lezione gratuita di acqua gym davvero speciale. Magliette e cuffie di colore rosa per l'occasione hanno invaso le corsie della piscina comunale per ricordare che con la prevenzione si sconfigge il cancro e che l'attività fisica è un ottimo alleato di uno stile di vita sano. Lo sport praticato con regolarità fa sentire in forma e previene diverse patologie. Un vero e proprio tuffo nella prevenzione. A fine lezione è stata organizzata una raccolta fondi il cui ricavato è stato destinato all'acquisto di parrucche per i pazienti oncologici affetti da alopecia dopo il trattamento di chemioterapia. "L'evento acqua gym - ha affermato Francesco Fusco - è stato molto sentito e apprezzato, tanto che ci hanno chiesto di riproporlo. Ringrazio tutti gli operatori per l'idea e l'impegno nell'organizzazione dell'evento e le società che gestiscono la piscina comunale per aver colto al volo la proposta".





10 NOVEMBRE 2019 - PLASTIC FREE TOUR - TAPPA ZERO DEL PLASTIC FREE TOUR, RITROVO SCALINATA DEL FOLKLORE PER RACCOGLIERE LA PLASTICA SULLE SPIAGGE



Ogni anno almeno 8 milioni di tonnellate di plastica finiscono negli oceani, con gravi conseguenze sulla vita marina e terrestre. Si tratta soprattutto di oggetti monouso come bottiglie, stoviglie, cannucce e sacchetti: il loro utilizzo dura solo pochi minuti, ma, disgregati in frammenti di microplastiche, inquinano per sempre e si ritrovano nell'aria, nell'acqua potabile e in alimenti come il sale e il miele.

Sulle spiagge italiane si trova una media di 620 rifiuti ogni 100 metri di spiaggia. L'80% di questi rifiuti è plastica. Dobbiamo limitare l'utilizzo della plastica usa e getta: è una sfida globale e urgente che richiede il contributo di tutti! Cittadini, istituzioni, imprese devono fare la loro parte! L'associazione Plastic Free ha organizzato, coinvolgendo alcune associazioni tra cui la LILT CB, un evento di sensibilizzazione della città di Termoli per la raccolta di plastica sulla spiaggia e lungo i percorsi cittadini. L'appuntamento alla scalinata del Folklore di Termoli ha visto presenti molti volontari che muniti di maglietta celebrativa, guanti e buste si sono avventurati lungo le vie della città e sulla spiaggia per raccogliere ogni



genere di plastica. Il tour in questione vede Plastic Free impegnata in oltre 50 città italiane che seguiranno a ruota l'esempio di Termoli. Anche il Comune di Termoli, insieme a ben 8 associazioni del territorio, ha deciso di sposare la nobile iniziativa aderendo all' progetto. Sono piccoli gesti che aiutano il nostro pianeta, ma anche la nostra salute.

27 NOVEMBRE 2019 - FORMAZIONE DOCENTI PRESSO LUOGHI DI PREVENZIONE MOLISE

Importante appuntamento presso il Centro LILT - Luoghi di Prevenzione Molise a Larino. Un momento di formazione rivolta ad alcune docenti delle scuole secondarie di primo grado che quest'anno stanno collaborando con i nostri operatori. Anche loro, come tanti insegnanti che ci hanno contattato e che stiamo incontrando in questi mesi, presto saranno pronte a condurre attività laboratoriali interattive finalizzate a promuovere la salute degli alunni, potenziando le loro competenze trasversali socio-emotive e cognitive.



28 NOVEMBRE GRATTACIELO PIRELLI MILANO - FORMAZIONE PSICOLOGI

Dopo l'incontro formativo del 27 maggio scorso tenutosi a Roma, il "Coordinamento di psicologia LILT" ha ritenuto opportuno organizzare un nuovo incontro quale importante iniziativa di formazione e aggiornamento degli psicologi che collaborano con le sedi LILT.

L'incontro tratterà la complessa tematica dell'antitabagismo, con particolare riguardo ai protocolli socio-assistenziali finalizzati alla prevenzione ed alla disassuefazione dal fumo. Anche una nostra delegazione è presente.



5 DICEMBRE - SOLIDARIETA' AI PAZIENTI DEL D.H.ONCOLOGIA DI TERMOLI

In segno di solidarietà e condivisione, è stato preparato l'albero di Natale, all'interno del reparto Day Hospital di Oncologia dell'ospedale "San Timoteo" di Termoli, ed è stato abbellito con addobbi realizzati e donati dai pazienti e volontari. L'evento proposto dai volontari dello sportello Point to LILT è stato condiviso dai pazienti e dai sanitari del reparto di Oncologia. Nella stessa giornata il reparto di oncologia e altri locali del P.O. San Timoteo sono stati addobbati con le decorazioni create da alcuni volontari e dai partecipanti al laboratorio.



ANNO SCOLASTICO 2018/2019

PERCORSO DI FORMAZIONE NEL PROGRAMMA DI ALTERNANZA SCUOLA LAVORO

Grazie alla proficua collaborazione tra il Centro LILT Luoghi di Prevenzione Molise e l'Istituto Superiore Classico-Scientifico "F. D'Ovidio" di Larino, è stato possibile coinvolgere i giovani studenti in un percorso di formazione nel programma di Alternanza Scuola-Lavoro sulle competenze trasversali di salute e realizzare con loro esperienze di cittadinanza attiva e volontariato in ambito oncologico. Gli studenti coinvolti, dopo un percorso formativo esperienziale e laboratoriale, finalizzato anche a renderli consapevoli e competenti nel divulgare le attività preventive e assistenziali offerte dalla LILT, hanno contribuito alla realizzazione del progetto assistendo volontari e operatori LILT nelle attività rivolte ai pazienti afferenti al servizio di trasporto e riabilitazione oncologica. Inoltre, hanno svolto un ruolo di supporto nella creazione del Questionario di Gradimento per i servizi LILT da sottoporre a pazienti oncologici e loro familiari.

Inoltre il gruppo di studenti costituitosi nell'ambito del Progetto ha ideato e attuato, con il supporto di tre operatori LILT-Luoghi di Prevenzione Molise, una specifica iniziativa di volontariato e cittadinanza attiva in ambito oncologico coinvolgendo i volontari dell'associazione impegnati nello sportello oncologico Point To LILT, alcuni pazienti in fase di remissione di malattia che avevano usufruito dei servizi offerti dalla LILT, i familiari, i docenti e altri studenti dell'Istituto. Studenti e operatori hanno predisposto il programma dell'evento e i materiali necessari allo svolgimento delle attività presso l'Auditorium dell'Ospedale Vietri di Larino, nel mese di ottobre 2019 nell'arco di una mattinata così strutturata:

- Attività di apertura lavori, presentazioni dei partecipanti ed obiettivi dell'incontro;
- Visione del film "Alla Salute", basato sulla narrazione in prima persona dell'esperienza della malattia oncologica;
- Attività di scrittura creativa sulla relazione tra cibo ed emozioni attraverso la scheda "Cinema, cibo ed emozioni" ideata dagli studenti;
- Chiusura dei lavori, condotta da alcuni studenti guidati dagli operatori di Luoghi di Prevenzione Molise - LILT CB, riflessione sulle attività svolte e sui temi trattati, condivisione delle emozioni suscitate. Tale incontro, in virtù della partecipazione di persone con background, vissuti ed esperienze diverse fra loro, ha suscitato un forte coinvolgimento, determinando per tutti un'occasione di confronto e crescita personale.

Gli operatori LILT hanno raccolto le impressioni e i commenti dei partecipanti ai percorsi di alternanza scuola/lavoro per trarne un giudizio complessivo sul gradimento, sul coinvolgimento e sull'utilità percepita dai giovani della scuola per le attività svolte. Il gruppo degli studenti ha riferito una generale soddisfazione per il contatto positivo, in contesti del tutto nuovi, con metodologie di lavoro non note, come occasione di confronto e di utili apprendimenti. Hanno apprezzato i contenuti della formazione e le attività proposte dagli operatori. Riferiscono di aver acquisito maggior scioltezza nel parlare in pubblico e una crescente competenza nell'ideazione e nello svolgimento di attività in gruppo, nell'interazione con persone e contesti di provenienza differenti dal loro. Uno dei prodotti del lavoro svolto con i ragazzi, è stato il questionario di gradimento per raccogliere le opinioni dei pazienti oncologici sui servizi offerti. Il questionario è stato compilato in forma anonima da 61 pazienti e i dati raccolti mediante il questionario di gradimento sono stati successivamente elaborati in forma aggregata da operatori LILT e studenti opportunamente supervisionati.



15 DICEMBRE 2019 - INCONTRO SOLIDALE CONDIVISO CON ALTRE ASSOCIAZIONI

Fare rete tra le associazioni presenti sul territorio è anche organizzare lo scambio degli auguri di Natale e di Buon anno in un momento gioioso e ludico. Per questo è stato organizzato dall'Ugaf di Termoli (Gruppo Seniores Fiat) in collaborazione con LILT CB e AVIS di Termoli con l'esibizione del complesso "Napul Ammore". L'Auditorium della Chiesa di Santa Maria degli Angeli a Difesa Grande ha visto la partecipazione di numerosi soci ed aderenti alle tre associazioni, ma anche privati cittadini che hanno apprezzato l'iniziativa.

Bravissimi i maestri al mandolino, alla chitarra ed alle percussioni. Molto bravo il cantante che è riuscito a coinvolgere il pubblico con tutte le più belle canzoni napoletane rendendo protagonista per una sera anche il pubblico presente che ha accompagnato a gran voce le canzoni più conosciute.

Alla chiusura dello spettacolo abbiamo ricevuto la richiesta di replicare la serata allargando l'incontro alle altre associazioni presenti sul territorio e rafforzare, così, la rete del volontariato.

EVENTI SPORTIVI CONDIVISI CON ASSOCIAZIONI : "IL VALORE" e "MOLISE ON THE ROAD"

4 E 5 MAGGIO – CAPRACOTTA - MANIFESTAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA - ASS. IL VALORE

Ritrovo presso ingresso della Riserva Naturale di Montedimezzo di Vastogirardi (IS)

- Trekking sentiero del "Re Fajone" e pernottamento in hotel. Il giorno seguente Tracking a Pescopennataro (IS). Pranzo al sacco e possibilità di visita del paese con prova di arrampicata con istruttori locali.

8 E 9 GIUGNO – CAPRACOTTA - MANIFESTAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA - ASS. IL VALORE

Ritrovo parcheggio Prato Gentile, Tracking verso Pescopennataro, visita del paese con possibile prova di arrampicata con istruttori locali. Pernottamento in hotel. Giorno successivo ritrovo presso ingresso della Riserva Naturale di Montedimezzo di Vastogirardi (IS) – Trekking sentiero del "Re Fajone"

8 GIUGNO - PESCOPENNATARO E BAGNOLI DEL TRIGNO - ASS. MOLISE ON THE ROAD

alla riscoperta dei sentieri e dei reggi tratturi dalle morge di Pescopennataro a Bagnoli del Trigno la perla del Molise - organizzata dall'Associazione di promozione sociale e Culturale Molise on The Road (il turismo Lento) e il patrocinio della Neuromed di Pozzilli.

08 SETTEMBRE – TRECKING MOLISE SOSPESI TRA ANTICO E MODERNITA' – CAMPITELLO MATESE - ASS. IL VALORE

La camminata di circa 7 km tra Campitello Matese, San Massimo, località Pianelle e il Ponte Tibetano in Roccamandolfi. Il ponte si trova sul torrente Callona ed è un piccolo capolavoro di ingegneria e carpenteria metallica che valorizza ancora di più il paesaggio carsico.



RINGRAZIAMO

- tutti i volontari della LILT CB che, con il loro impegno, hanno consentito di fare tutto questo;
- il personale del D.H. Oncologia di Termoli;
- Regione Molise Direzione Generale della Salute - Direzione ASREM - Comuni di Termoli, Guglionesi, Larino, Montenero di Bisaccia, Petacciato, San Giacomo degli Schiavoni, San Martino in Pensilis e Santa Croce di Magliano;
- le scuole che hanno aderito ai progetti LILT;
- le associazioni e gli enti che hanno collaborato: TREe CSV Molise - AVIS Termoli - Molise On the Road;
- i sostenitori della LILT CB: Caritas Parrocchia San Pietro e Paolo Termoli, La Molisana - La Vida Medical - Italiangas - Sepinia.

SOSTIENI LE NOSTRE INIZIATIVE

Qualora decidi di aderire alla nostra richiesta e sostenere, quindi, le nostre attività, ti comunichiamo il codice IBAN dei Conto Corrente intestati a "Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori Sezione Provinciale di Campobasso"

IT 67 J 054 24 41 130 000000010840 - Banca Popolare di Bari - Via Dante n. 1 - Termoli

IT 85 O 076 01 03800 000039775291 - Ufficio Poste - Via Mario Milano - Termoli
NB: si precisa che IT 85 è seguito dalla lettera O e non dallo zero)

DONA IL TUO 5XMILLE

Come destinare il proprio 5 per mille alla LILT CB

Il contribuente deve indicare il codice fiscale della Sezione Provinciale della Lega per la Lotta contro i Tumori di Campobasso, cioè il numero **91020290705**, ed apporre la firma in questo spazio.

SCELTA PER LA DESTINAZIONE DEL CINQUE PER MILLE DELL'IRPEF (in caso di scelta FIRMARE in UNO degli spazi sottostanti)

<p>Sostegno del volontariato e delle altre organizzazioni non lucrative di utilità sociale, delle associazioni di promozione sociale e delle associazioni e fondazioni riconosciute che operano nei settori di cui all'art. 10, c. 1, lett a), del D.Lgs. n. 460 del 1997</p> <p>FIRMA _____</p> <p>Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>	<p>Finanziamento della ricerca scientifica e dell'università</p> <p>FIRMA _____</p> <p>Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>
<p>Finanziamento della ricerca sanitaria</p> <p>FIRMA _____</p> <p>Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>	<p>Sostegno delle attività sociali svolte dal comune di residenza del contribuente</p> <p>FIRMA _____</p>
<p>Sostegno alle associazioni sportive dilettantistiche riconosciute ai fini sportivi dal CONI a norma di legge</p> <p>FIRMA _____</p> <p>Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____</p>	

DIVENTA SOCIO LILT

ADERISCI ALLA LILT DI CAMPOBASSO E DEDICA UNA PARTE DEL TUO TEMPO LIBERO AD AIUTARE GLI ALTRI

LA TESSERA SOCIO COSTA SOLO 10€ ANNUE

per informazioni e adesioni:

LILT Associazione Provinciale di Campobasso, via Molinello, 1 - Termoli (ex presidio antitubercolare)

T/F 0875 714008 dal lunedì al venerdì dalle 10:00 alle 12:00 - legatumori.cb@virgilio.it - www.legatumoricb.it

