

## Festa del malato oncologico: tanta gioia e solidarietà

**Luglio  
2011**

**Dr. Incoronata Romaniello**

**Domenica 29 maggio 2011** sotto il tendone della Cascina Fontana a Santa Cristina (Borgomanero) come ormai si ripete da 5 anni si è svolto il **pranzo** organizzato per i pazienti del DH Oncologico di Borgomanero e le loro famiglie. Il pranzo è stato organizzato grazie al connubio tra l' **Associazione Mimosa Amici del DH Oncologico di Borgomanero e l'Associazione Terre della Croatia** in occasione della **6° Giornata Nazionale del Malato Oncologico**.

Si parla spesso di cancro, di ricerca, di sanità ma al centro di tutto questo deve sempre essere messo il malato e la sua famiglia. La Giornata Nazionale del Malato Oncologico nasce proprio per questo, per ricordare che c'è un valore importante che va tutelato oltre la malattia: **la vita umana** vista non solo come ripristino dello stato di salute ma come persona con tutto quello che ciò comporta.

L'Associazione Mimosa Amici del DH Oncologico di Borgomanero da anni si occupa proprio dei malati, delle famiglie, della tutela dei loro diritti e cerca di stare al fianco dei pazienti sostenendoli con piccoli gesti molto pratici: la distribuzione gratuita di farmaci non mutuabili necessari per la preparazione di esami strumentali o per la gestione degli effetti tossici della chemioterapia, la tutela dei diritti del malato attraverso l'offerta di consulenza gratuita per problematiche legate a pensioni, invalidità o inabilità al lavoro, l'organizzazione di eventi ricreativi e comunitari (concerti, pranzi, colazioni in reparto, corsi di yoga, corsi di hobbistica, il the per te) per superare l'isolamento che la malattia spesso crea, pubblicazioni divulgative utili ai pazienti,

sostegno all'acquisto di macchinari utili a migliorare la diagnosi di cancro e altro ancora. Tutto ciò allo scopo di dare un aiuto concreto alle persone e alle loro famiglie: in poche parole accoglienza, ascolto, condivisione, sostegno. La festa si è aperta con la SS Messa, come ormai tradizione, celebrata da Don Giancarlo dei Salesiani del Don Bosco ed animata dal Coro dell'Alpe Pianello. Dopo la SS. Messa i saluti del Sindaco di Borgomanero, Dr.ssa Anna Tinivella e della Direttrice Sanitaria della ASL Novara, Dr.ssa Arabella Fontana che da anni seguono e sostengono le iniziative della Associazione. Poi, tutti al pranzo con tanta musica, giochi a premi e la gara delle torte. Ai tre vincitori gli onori della gloria e a tutti noi l'onore di poter assaggiare tante buone torte, ben 29 diverse. E così tra la musica, un bicchiere di buon vino e tante chiacchiere la giornata è trascorsa dando a tutti una sensazione di serenità; per un giorno non si è pensato alla malattia ma a quanto è bello stare insieme fuori dall'Ospedale. Tirando le somme di questi anni di attività l'Associazione Mimosa è stata molto fortunata perché nel suo cammino di volontariato ha incontrato e continua ad incontrare persone speciali che, pur non avendo vissuto il dramma della malattia, si sono messe a disposizione dei nostri obiettivi, ci sostengono e ci aiutano. Primi fra tutti gli amici della Associazione Terre della Croatia che hanno accolto la richiesta di aiuto nell'organizzare il pranzo per i malati del DH Oncologico nel 2007 fornendo non solo il "tempo e le doti culinarie" ma anche sostenendo le spese vive del pranzo stesso e da allora non hanno mai smesso di aiutarci.

Poi gli amici del Coro dell'Alpe Pianello che da anni animano la Messa che precede il pranzo, il Panificio Valloggia di Gianni Mauro che offre gratuitamente il pane per la festa, il Fruttivendolo Maioni Fabrizio che offre gratuitamente frutta e verdura per il pranzo. Insomma, tutto ciò a dimostrare che la solidarietà quando è vera è contagiosa e può portare solo altra solidarietà. Infine, un ultimo grande grazie va al Dr. Augusto Cavagnino che nel 2004 ha fortemente caldeggiato la fondazione della Associazione ed al Fondo Pier Luigi Frattini che da anni finanzia alcune attività del DH Oncologico di Borgomanero e della Associazione Mimosa Amici del DH Oncologico di Borgomanero. Con grande gioia nel cuore, vi saluto tutti.

### **CORSO DI YOGA CORSO DI SHIATSU**

Il 22 giugno è terminato il PRIMO CORSO di YOGA del 2011. Come già programmato il **SECONDO CORSO** avrà inizio il **5 ottobre**.

Le date complete del corso di yoga sono:

**5, 12, 19, 26 ottobre**

**2, 9, 16, 23, 30 novembre**

**7, 14, 21 dicembre**

Il corso si terrà presso la **Palestra dell'Ospedale** dalle ore **15.00** alle ore **16.00**.

Ricordo che il corso è aperto ai pazienti, ai loro familiari ed ai volontari della Associazione Mimosa Amici del DH Oncologico di Borgomanero.

Responsabile del corso: Maurizio Betti.

Inoltre, verrà attivato come proposto nel giornalino di **aprile 2011**, il **CORSO DI SHIATSU**.

Il corso si terrà sempre presso la Palestra dell'Ospedale dalle **16.30** alle **17.30** nelle seguenti date:

**5 e 19 ottobre**

**2 e 16 e 30 novembre.**

Per ulteriori informazioni sullo Shiatsu si rimanda al giornalino di aprile 2011 che è consultabile sul sito: [www.associazionemimosa.it](http://www.associazionemimosa.it)

Responsabile del corso: Lucchi Daniela.

**Per le iscrizioni ai corsi telefonare a Piera al numero 340/1628324. La partecipazione al corso è gratuita. Utile portare con se una coperta e vestirsi con indumenti comodi.**

**Vi ricordo che donare  
il 5 per mille  
non costa nulla!**

**Se volete sostenerci  
ricordate il nostro  
Codice Fiscale:  
91009580035**

### **CORSO DI HOBBISTICA**

Il secondo corso di Hobbistica 2011 diretto da **Mariella Vecchi** e **Chiara Poletti** avrà inizio il 4 ottobre 2011.

Il corso avrà luogo sempre presso l'Oratorio Maschile di Borgomanero in via Dante 7 il **martedì** alle ore **15.00**.

L'iscrizione al Laboratorio è aperta come sempre a pazienti e familiari ed è gratuita.

Per l'**iscrizione** telefonare a Mariella al numero: **328/7025041**.

Le date previste sono:

**4, 11, 18, 25 ottobre**

**8, 15, 22, 29 novembre**

**6, 13, 20 dicembre**

Il corso oltre a permettere di eseguire molti lavoretti divertenti rappresenta un momento di incontro e di scambio tra pazienti, familiari e volontari che permette di condividere le proprie esperienze e di superare a volte anche il momento difficile della malattia. Pertanto vi aspettiamo numerosi!!!

### **DATE DA RICORDARE**

**Il Concerto di Natale della Associazione  
è stato organizzato per  
sabato 26 novembre 2011  
presso il Teatro Don Bosco  
di Borgomanero.**

**Nel prossimo numero maggiori dettagli!**

## IL THE PER TE

## “COSA PORTO A TAVOLA”

Volevo segnalarvi le prossime date del The per Te.

La prima come già segnalato è l'**11/7/2011 ore 16.00** presso l'Aula al piano terra della Ex Scuola Infermieri (al vecchio ingresso dell'Ospedale). Ospite dell'incontro: **Nicoletta Ricci, make up artist**, che ha collaborato con l'Associazione per la stesura del libretto informativo “Capelli e Chemioterapia”. Ci parlerà della sua esperienza di lavoro ma anche di come il trucco possa effettivamente essere d'aiuto per farci stare meglio con noi stessi.

Il secondo incontro sarà invece un po' particolare perché si terrà a **Sesto Calende il 26/9/2011** per incontrare **Bolognini Noemi. Ci si incontrerà alle 15.00 presso la piazza Salvo D'Acquisto per andare insieme presso la casa-laboratorio di questa artista.** Classe 1929 ancora oggi continua a lavorare e produrre sculture staccandosi dal mondo reale per vivere l'esperienza della “creazione”. Potremo così vivere la sua storia, vedere il suo laboratorio e prendere il te insieme.

Il terzo incontro invece sarà il **31/10/2011 ore 16.00** presso l'Aula al piano terra della Ex Scuola Infermieri (al vecchio ingresso dell'Ospedale). Ospite dell'incontro: **Piero Velati** noto scrittore di Borgomanero che ci parlerà della sua esperienza di vita e del dialetto.

Vi aspettiamo numerosi!!!

Finalmente dopo molti mesi di lavorazione a breve sarà disponibile presso il DH Oncologico di Borgomanero un nuovo libretto informativo edito da Mimosa in collaborazione con la Fondazione Pierluigi Frattini dal titolo: “Cosa porto a tavola”.

L'alimentazione è importante per mantenere il proprio stato di salute e diventa ancora più importante quando ci si ammala. Infatti, una buona condizione nutrizionale aiuta a meglio tollerare i trattamenti che bisogna eseguire a causa della malattia. Spesso però i sintomi correlati al cancro, gli effetti collaterali provocati dalla chemioterapia o dalla radioterapia e gli esiti degli interventi chirurgici, possono condizionare molto la capacità di alimentarsi. Quando si è malati, si ha sempre mille dubbi su cosa sia meglio mangiare sia a causa della propria patologia che destabilizza talora le proprie certezze, sia a causa dei tanti suggerimenti che giungono da parenti, amici e conoscenti. Questo libretto informativo vuole pertanto essere un piccolo aiuto per il paziente che deve affrontare un percorso di cura, spesso complesso, al fine di avere suggerimenti utili per poter mangiare con maggior serenità.

Il libretto è stato redatto dalla nostra dietista Maria Albini e dalla Dr.ssa Incoronata Romaniello. Le illustrazioni e l'impaginazione sono state curate da Stefania Pravato che ha scelto di inserire delle immagini di Carl Warner, famoso fotografo che crea dei paesaggi con il cibo davvero spettacolari. Il libretto sarà distribuito gratuitamente ai pazienti in corso di chemioterapia e a chiunque ne faccia richiesta in Reparto.

Volevo ricordare che esiste un progetto che si chiama **Diana 5**: “Studio di prevenzione delle recidive di tumore al seno attraverso l'alimentazione e lo stile di vita”.

Sono invitate a partecipare allo studio DIANA tutte le donne operate al seno negli ultimi 5 anni che non abbiano avuto recidive e disponibili a modificare il loro stile di vita.

Lo studio che è stato avviato all'Istituto Tumori di Milano è presente oggi anche in altri Centri tra cui Biella. Pertanto chiunque fosse interessato a partecipare al progetto può contattare a Biella:

**FONDAZIONE EDO ED ELVO TEMPIA: Dottoressa Angelica Mercandino**  
**Tel. 389 9291743 da lunedì a venerdì dalle 10.00 alle 13.00 e dalle 15.00 alle 18.00.**

## Tessere di libera circolazione

La tessera di libera circolazione è un documento di viaggio regionale che permette a particolari categorie di utenti, ed in alcuni casi all'eventuale accompagnatore, di viaggiare gratuitamente sulle linee extraurbane ed urbane della Regione Piemonte, sulla metropolitana di Torino, su tutti i treni regionali del Piemonte e inoltre, su tutti i treni interregionali di competenza della Regione con origine o destinazione esterna al Piemonte (Legge Regionale 4 gennaio 2000 n. 1). La tessera, può essere richiesta dai cittadini che rientrano in una delle seguenti categorie:

- Ciechi assoluti o ventesimisti (la gratuità è estesa anche all'accompagnatore)
- Sordomuti
- Grandi invalidi (di guerra, civili di guerra e per servizio) appartenenti alle categorie dalla I alla IV (la gratuità è estesa anche all'accompagnatore per gli appartenenti alla I categoria con super invalidità)
- **Disabili civili o del lavoro con una percentuale di invalidità non inferiore al 67%**
- Minori invalidi (la gratuità è estesa anche all'accompagnatore)
- Ultra sessantacinquenni con difficoltà persistenti nello svolgere i compiti e le funzioni proprie della loro età (art. 6 del D.Lgs 509/1988)

### Come richiederla?

Per ottenerla è sufficiente compilare l'apposito **modulo** (scaricabile on line sul sito: [www.provincia.novara.it](http://www.provincia.novara.it) o [www.comune.novara.it](http://www.comune.novara.it)) allegando:

- una fotocopia del certificato di invalidità rilasciato dall'apposita Commissione Medica
- una fotocopia di un documento d'identità valido
- la fotocopia del codice fiscale

ed inoltrare la domanda a mezzo posta o presentandosi direttamente all'**Ufficio Trasporti della Provincia di Novara, Via Greppi, 7 – 28100 Novara (tel. 0321/378 808-809-810-836-853)** tutti i giorni dalle 9:00 alle 13:00 e il lunedì e giovedì anche dalle 15:00 alle 16:30. La domanda sarà trasmessa alla società GTT di Torino che spedisce la tessera direttamente all'indirizzo dell'interessato, il quale la riceverà dopo circa 30 giorni. Hanno diritto al rilascio della tessera di libera circolazione i residenti in tutti i comuni della provincia ma i cittadini dei comuni di: Novara, Cameri, Galliate, Romentino, Trecate, Cerano, Sozzago e San Pietro Mosezzo dovranno rivolgersi invece al **Comune di Novara: Servizio Socio Assistenziale ed Educativo, tel. 0321/3703505 – 0321/ 3703510 - Fax 0321/3703557.**

Per informazioni sulla Associazione telefonate al 340/6565971 negli orari di apertura della segreteria: lunedì, mercoledì, venerdì dalle 14.00 alle 16.00 oppure visitate il sito [www.associazionemimosa.it](http://www.associazionemimosa.it).  
Se volete scrivere una e-mail: [informazioni@associazionemimosa.it](mailto:informazioni@associazionemimosa.it).

Se volete sostenere le nostre iniziative fate un bonifico sul nostro conto corrente N. 6152170983/47 presso Banca Intesa di Borgomanero n. 1972: **IBAN: IT06N0306945221615217098347** specificando il vostro nome e cognome e l'indirizzo per esteso così potremo provvedere alla spedizione della ricevuta. Grazie.