

PERCORSI

INCONTRI

Lunedì 03 e 17 novembre - 15.00/17.00

TORTELLINI D'ARTISTA con ELENA SPISNI

Per celebrare l'arrivo del Natale con un tocco di tradizione e creatività, siamo liete di invitarvi al laboratorio creativo: "Tortellini d'Artista"! Non impasteremo la sfoglia, ma la versati la pasta DAS, per creare i nostri personalissimi e non commestibili tortellini rosa da appendere all'albero. - *a cura di Elena Spisni di Basta che ti Pasta www.bastachesiapasta.it*
MIN 3 / MAX 8 PARTECIPANTI

Martedì 04 novembre - 16.00/17.30 online

LE TECNICHE CHIRURGICHE INNOVATIVE

L'incontro è dedicato a esplorare come i progressi medici stiano rendendo gli interventi al seno non solo più efficaci dal punto di vista oncologico, ma anche più conservativi ed estetici. Si parlerà delle procedure di chirurgia oncoplastica e di tecniche mini-invasive che mirano a preservare al massimo l'aspetto fisico e l'integrità psicologica della donna.
- *a cura di Valentina Galluzzo, Responsabile percorso chirurgico donne con rischio eredo-familiare - Chirurgia senologica Ospedale Bellaria*

Mercoledì 05 e 12 novembre - 14.30/17.30

LE FREQUENZE DEL BENESSERE

La meditazione tibetana e l'arpaterapia come sostegno per le donne

L'approccio del Prof. Pagliaro e Marianne Gubri propone un percorso sinergico dove la saggezza della meditazione tibetana si fonde con il potere armonizzante dell'arpaterapia, offrendo uno strumento potente per la gestione dello stress e il raggiungimento di un profondo stato di benessere. - *a cura di Gioacchino Pagliaro, Psicologo Psicoterapeuta e di Marianne Gubri, Musicoterapeuta, Arpaterapeuta, Compositrice e Concertista. MAX 20 DONNE IN FOLLOW UP PER TUMORE DEL SENO*

Giovedì dal 06 novembre all'11 dicembre - 10.00/13.00

INCONTRI A COLORI

L'arteterapia a sostegno di donne che vivono l'esperienza del tumore del seno

L'esperienza del tumore al seno coinvolge sia il corpo che l'anima. Per accompagnarvi in questo cammino, vi invitiamo a questo percorso pensato appositamente per chi sta affrontando o ha superato questa sfida. Dimenticate i corsi d'arte! L'arteterapia è uno spazio prezioso per prendersi cura di sé: useremo colori e materiali creativi per dare voce e forma a quelle emozioni difficili da raccontare. È un modo per alleggerire l'ansia e riscoprire la propria forza in un ambiente protetto e senza giudizi. Vi serve solo la voglia di dedicarvi un'ora di autentica cura, non servono capacità artistiche! - *a cura di Alessandra Maio, artista e arteterapeuta. MAX 9 PARTECIPANTI*

Giovedì 06 novembre - 16.00/17.30 online

LA RICOSTRUZIONE DELLA MAMMELLA

Questo incontro è dedicato a esplorare le diverse opzioni di ricostruzione della mammella oggi disponibili. Analizzeremo le tecniche più diffuse e, in particolare, approfondiremo il LIPOFILLING (o trapianto di grasso). Questa tecnica innovativa permette di migliorare l'aspetto estetico in modo naturale, correggendo piccoli difetti e ammorbidendo i tessuti grazie all'utilizzo del grasso autologo della paziente. - *a cura di Maria Elisa Lozano Miralles, dell'equipe di chirurgia plastica dell'Ospedale Bellaria*

Martedì 11 novembre - 16.00/17.30 online

L'EVOLUZIONE DEI TRATTAMENTI ONCOLOGICI PER IL SENO

Dopo la diagnosi e l'eventuale intervento, inizia la fase cruciale dei trattamenti aggiuntivi, oggi sempre più mirati ed efficaci. Insieme agli esperti, faremo chiarezza sulle diverse strategie terapeutiche: dalla terapia neoadiuvante a quella adiuvante. Esploreremo il ruolo della chemioterapia, l'importanza della terapia ormonale per i tumori sensibili e le novità legate all'immunoterapia. Daremo particolare attenzione alle Oncotype e ad altri test genomici, strumenti fondamentali che permettono di personalizzare la cura, offrendo a molte donne la possibilità di evitare trattamenti non necessari, garantendo sempre la massima efficacia.

a cura di Antonella Mura, Santino Minichillo, oncologi dell'ospedale Bellaria e Achille Panetta oncologo dell'ospedale di Bentivoglio (Bo)

Giovedì 13 e 27 novembre - 17.00/18.30 - anche online

IL PER-DONO COME VIA DI RICONCILIAZIONE CON SE STESSE

La Felicità è la nostra condizione esistenziale naturale. Essere felici per il semplice fatto di Essere, consapevoli di esistere e di essere Vita stessa.

Prosegue questo ciclo di incontri per esplorare l'origine del conflitto, ossia la ferita primaria che ha generato la frattura percettiva di separazione, creando in noi dolore e sofferenza e divenire consapevoli di ciò è il primo passaggio verso la guarigione e la riconciliazione con se stessi e, quindi, verso la libertà ed il benessere.

Una proposta dell'Ass. La Lumera Odv, a cura di Manuela Zavan e Roberto Rha | Per prenotarsi scrivere un messaggio whatsapp al 3471876733

Mercoledì 12 novembre - 17.00/18.30 online

ALIMENTAZIONE E FARMACI

a cura di Rebecca Marzocchi della UOC di Igiene, Alimenti e Nutrizione dell'Ausl di Bologna | Per prenotare scrivere a nutrizione.preventiva@ausl.bologna.it

Giovedì 13 novembre - 16.00/17.30 online

LA MENOPAUSA INDOTTA E LA CRIOCONSERVAZIONE

Alcune terapie possono portare a una menopausa temporanea o permanente, influenzando la fertilità. Insieme ai nostri specialisti, esploreremo come la menopausa farmacologicamente indotta possa proteggere le ovaie durante la chemioterapia e, soprattutto, approfondiremo le tecniche di crioconservazione (la possibilità di preservare ovociti o tessuto ovarico) che offrono un'importante opzione per salvaguardare il futuro riproduttivo delle donne. - *a cura di Antonella Mura, oncologa dell'ospedale Bellaria*

Martedì 18 novembre - 16.00/17.30 online

LA RADIOTERAPIA: UN TRATTAMENTO DI PRECISIONE PER LA MAMMELLA

Nel percorso terapeutico contro il tumore del seno, la radioterapia gioca un ruolo fondamentale e spesso decisivo. Insieme a esperti oncologi su quando e perché è indicata la radioterapia, come è cambiata grazie alle nuove tecnologie che permettono di massimizzare l'efficacia sul tessuto malato e minimizzare l'impatto sui tessuti sani circostanti (come il cuore o i polmoni). Un momento per fare chiarezza su un trattamento essenziale, sfatare i miti e scoprire come la tecnologia moderna lo abbia reso sempre più mirato, veloce e sicuro. - *a cura di Elisa D'Angelo e Antonella Baldissera, Unità di Radioterapia Oncologica (SC) Azienda USL di Bologna*

Venerdì 21 novembre - 10.00/12.30

L'AUTOCURA NEL TRATTAMENTO DEL LINFEDEMA DELL'ARTO SUPERIORE

corso per l'apprendimento di tecniche di autocura - Per il trattamento del linfedema è fondamentale l'apprendimento di specifiche tecniche di autocura (eseguibili a casa dal paziente o da un familiare) per mantenere stabile e/o migliorare i risultati nel lungo periodo. *Una proposta dell'Ass. Lega Italiana Lotta al Linfedema, conduce Valentina Di Nucci, fisioterapista specializzata nella riabilitazione del linfedema. MAX 8 PARTECIPANTI*

Lunedì 24 novembre - 09.30/12.30

MAKE UP FOR THE CURE, SPAZIO ALLA BELLEZZA!

Le pazienti oncologiche potranno ricevere consigli e accorgimenti per la cura della pelle e il make up, il trattamento dei capelli e la gestione igienica della parrucca e della cute.

a cura di estetiste ed acconciatori volontari iscritti CNA Bologna. MAX 6 incontri individuali di 30' dall'acconciatore e 6 dall'estetista

Martedì 25 novembre 16.00/17.30 online

IL SUPPORTO DELLA PSICO-ONCOLOGIA NEL PERCORSO DI CURA

Affrontare il tumore al seno è un percorso che richiede forza e coinvolge profondamente la sfera emotiva. La psico-oncologia non è solo un supporto aggiuntivo, ma un elemento fondamentale della cura. Insieme a una psicologa specializzata, parleremo di come questo sostegno aiuti a gestire l'ansia legata alla diagnosi e alle terapie, a comunicare i propri bisogni e a migliorare la qualità della vita durante e dopo il trattamento. - *a cura di Concetta Pezzella, UOC Psicologia Ospedaliera AUSL Bologna*

Venerdì dal 10 ottobre al 12 dicembre - 18.30/19.30 online

MINDFULNESS PER PAZIENTI ONCOLOGICI: UN PERCORSO DI BENESSERE E SERENITÀ

Questo percorso è uno spazio tutto tuo, per fermarsi, respirare e ritrovare un dialogo gentile con il tuo corpo e le tue emozioni. La mindfulness non cancellerà le difficoltà, ma ti darà strumenti per viverle con maggiore consapevolezza e resilienza. - *Una proposta di B-yourself, centro mindfulness conduce Benedetta Balboni*

Iscriviti qui: <https://www.b-yourself.it/event/mindfulness-per-pazienti-oncologici/>