

OBIETTIVO SALUTE



LEGA ITALIANA PER LA LOTTA CONTRO I TUMORI

prevenire è vivere



ASSOCIAZIONE
PROVINCIALE
DI TRENTO

N° 71 - NOVEMBRE 2025

Servizi

Vicini ai pazienti,
sul territorio

Prevenzione

Nastro Rosa,
Nastro Blu

Società

Obligo oncologico:
cosa dice la legge

Educazione

Formazione online
per gli insegnanti

www.lilttrento.it



VOLERSI BENE

il primo passo per la prevenzione

CARE AMICHE, CARI AMICI,



ogni giorno incontro per strada famiglie con bambini, coppie, persone sole o in gruppo, che si affrettano verso quelle che sembrano mete ben definite: la scuola, il lavoro, la spesa. Mentre raggiungo la sede LILT, quindi, mi chiedo quale sia la mia, la nostra meta della giornata. E mi rendo conto che giorno dopo giorno, in realtà non varia di molto: aiutare grandi e bambini a

stare meglio, a proteggere la propria salute o, se intaccata, a ritrovare una qualità di vita significativa. Ci occupiamo solo dell'ambito oncologico, ma stimolare le persone a crescere in consapevolezza sul tema della salute ha ricadute importanti sotto tanti punti di vista: fisici, psicologici, familiari, relazionali. Il tema del "conoscersi e volersi bene" non vuole essere un discorso retorico e astratto, al contrario poggia su solide basi scientifiche e dà luogo ad azioni concrete nelle scelte dello stile di vita. La prevenzione deve essere conosciuta e capita fin da giovani, superando gli imbarazzi con il coraggio di parlarne con partner, amici, professionisti. E se serve, la raccomandazione è sempre di non

temere a chiedere aiuto. Penso soprattutto ai pazienti e ai loro familiari, nel percorso della malattia e anche dopo. Nel nostro piccolo, con i nostri Volontari, noi di LILT cerchiamo di esserci. Magari non sempre riusciremo a risolvere tutte le situazioni, ma quando possiamo offriamo ascolto, accoglienza, attenzione: anche questa una parte di cura. Ma potremo essere sempre più utili, grazie all'aiuto di chi tra voi ci sta vicino anche con un supporto economico. Come sapete, LILT si autofinanzia completamente per tutte le attività ed i servizi, non riceve finanziamenti stabili e continuativi da enti pubblici ma vive delle donazioni di chi ne condivide gli scopi e la missione.

Non inviamo persone casa per casa a chiedere soldi né tantomeno telefoniamo con una richiesta economica. Preferiamo che le persone ci conoscano, capiscano i valori che ci muovono, condividano i metodi e le finalità. E ci sostengano perché ci credono. Grazie di cuore a chi lo fa. Chissà se tra le persone che incrocio per strada ci siete anche voi. Chissà se anche a voi può tornare utile rinnovare l'invito a prendervi cura di voi stessi e dei vostri cari. Vogliamoci bene: questo, mi sento di dire, è l'augurio che più mi preme fare per il Natale che sta arrivando. Ma valido per tutto l'anno. Per voi stessi e per chi vi sta vicino. Buone Feste.

Mario Cristofolini
Presidente

Nuovo sito LILT TRENTO

Abbiamo un sito nuovo. Una casa digitale che racconta attività, proposte e servizi LILT in tutto il Trentino. Uno spazio completamente rinnovato, pensato in modo che, se pur virtualmente, le persone possano

sentirsi accolte con calore, professionalità e possano trovare le informazioni che cercano in modo facile e comprensibile.

**Vieni a trovarci su
www.lilttrento.it**



LILT Trento è un'Organizzazione di Volontariato che dal 1958 opera in ambito oncologico in aiuto ad ammalati, familiari e per la salute della comunità, dedicandosi a prevenzione, diagnosi precoce, riabilitazione psicologica e fisioterapia, assistenza, sostegno alla ricerca. La persona è al centro delle attività, condotte con trasparenza, scientificità e professionalità.

Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori Associazione Provinciale di Trento ETS OdV
Corso 3 Novembre 132/134, 38122 Trento
info@lilttrento.it - t. 0461.922733 - www.lilttrento.it - [f](#) [i](#) [i](#) LILT Trento

Come aiutarci:

Unicredit Banca IBAN IT 65 V 02008 01802 000081400501

Cassa Rurale di Trento IBAN IT 56 R 083 0401 8330 00009791051

LILT non raccoglie fondi porta a porta né telefonicamente e non incarica nessuno a farlo

OBIETTIVO SALUTE notiziario di LILT TRENTO

Direttore Responsabile:
Maria Concetta Mattei

A cura di:
Mario Cristofolini, Valentina Cereghini
Cinzia Villotti

Redazione:
Corso 3 Novembre 134, 38122 Trento

Grafica:
"Kreami" di Paoli Silvia - Tre Ville (TN)

Stampa:
Nuove Arti Grafiche - Trento

Iscrizione al ROC n° 22198 del 20/4/2012

Pazienti

Incontri di ascolto e condivisione

Durante l'anno LILT propone ai pazienti oncologici alcuni cicli di incontri di gruppo. Fino ad ora si sono svolti a Trento, Rovereto e Borgo Valsugana, con l'intenzione di ampliare sempre più l'offerta e dare possibilità di partecipare anche a chi vive più lontano dalla città o dai centri maggiori. Molte persone, che frequentano le nostre sedi o che incontrano i Volontari in ospedale, manifestano il bisogno di confrontarsi con altre persone ammalate. Con questa iniziativa LILT vuole offrire uno spazio sicuro, in cui chi desidera può far emergere i propri pensieri ed emozioni, raccontare quello che sta vivendo, ma anche solamente ascoltare il vissuto degli altri.

Gli incontri sono guidati da una psicologa LILT e sono sempre riservati ad un piccolo numero di partecipanti; fra gli appuntamenti è previsto anche un laboratorio di espressione manuale con argilla, proposto in collaborazione con l'Associazione Fatefaville APS Progetto Giro-

girotornio, per "parlare" anche attraverso le mani. Riconoscendo la singolarità di ogni persona e della sua malattia, LILT vuole far capire che ognuno può vivere la propria esperienza liberamente, a modo e tempo proprio, ma senza sentirsi isolato; si propone come riferimento con ser-

vizi concreti, disponibilità all'ascolto, attenzione e protezione per la privacy. Le persone che hanno partecipato nelle scorse edizioni hanno confermato di aver trovato un ambiente confortevole e accogliente, che le ha fatte sentire bene.



Pazienti

Corsi di yoga

Essere a fianco di una persona malata di tumore nel suo percorso di diagnosi e terapie, ed anche dopo, per LILT significa mettere a disposizione servizi di aiuto concreti per un suo recupero fisico e psicologico. Una cura, oltre la malattia, verso un nuovo equilibrio e una migliore qualità di vita per chi è ammalato e chi ha superato il tumore. Fra le attività volte alla riabilitazione e al benessere, LILT propone anche i corsi di yoga. Si svolgono in diverse sedi in provincia, in base

alle necessità che emergono: si sono tenuti a Borgo Valsugana, sono attivi a Cles ed è da poco iniziato un ciclo nuovo a Trento. In piccoli gruppi si esplorano tecniche di respirazione consapevole, movimenti e pratiche di rilassamento utili a migliorare la qualità del sonno e rilasciare tensioni fisiche, emotive e mentali. Il numero chiuso di partecipanti permette di garantire attenzione verso chi ha bisogni e condizioni diverse. Per conoscere le proposte durante l'an-

no, ci si può iscrivere alla newsletter di LILT Trento, dalla homepage del sito www.lilttrento.it, si possono seguire i canali social

dell'Associazione o contattare direttamente lo Spazio LILT Trento (t. 0461.922733, dalle 8.30 alle 13, diagnosiprecoce@lilttrento.it).



Campagna LILT FOR WOMEN – NASTRO ROSA

Il mese di ottobre, sotto il simbolo del nastro rosa, è dedicato a mettere in luce temi legati al tumore al seno. La Campagna “LILT for Women – Nastro Rosa” vuole informare sull’importanza di scegliere un sano stile di vita e sui controlli diagnostici utili da fare, fin da giovani. E ricorda chi sta già affrontando questa malattia, con un messaggio di solidarietà e vicinanza. Grazie anche al lavoro di volontari diffusi nelle 9 Delegazioni

in provincia, LILT ha proposto un calendario di iniziative per dare ancor più forza alla sensibilizzazione e per far conoscere i servizi dell’Associazione. Sono state offerte visite gratuite al seno, dedicate alle donne dai 20 ai 49 anni non incluse nello screening e sono stati organizzati incontri informativi con gli esperti, per approcciare temi legati alla salute in modo semplice e diretto. A fianco di LILT i Comuni trentini, i Saloni

di Acconciatori e Estetiste dell’Associazione Artigiani e l’Università di Trento che hanno rilanciato il messaggio della Campagna. Quando si parla di tumore al seno il pensiero va alle molte donne, parenti, amiche, colleghe, che hanno affrontato questa dolorosa esperienza o ne stanno ancora facendo i conti. Persone che ogni giorno prendono in mano la propria vita con l’obiettivo di un ritorno ad una qualità significativa.

O purtroppo persone che, pur facendovi fronte con coraggio, non ce l’hanno fatta. Durante tutto l’anno alle pazienti oncologiche LILT dedica ascolto, accoglienza delle fragilità e dei bisogni, ma anche servizi di supporto durante e dopo le terapie, perché non si sentano sole:

riabilitazione fisioterapica e trattamento del linfedema, sostegno psicologico, consulenza alimentare, gruppi di confronto tra pazienti, estetica, agopuntura, dono di parrucche e copricapo.

In Italia nel 2024 sono state stimate circa 53.600 nuove diagnosi. Ma è fondamentale ricordare che i dati parlano di una sopravvivenza netta del 88% a 5 anni della diagnosi (AIOM 2024).

Cura è anche porre attenzione all’ambito relazionale e emotivo di chi si ammala o dei e delle caregiver: ascoltare, aprirsi al dialogo, confrontarsi. Allo stesso tempo va ribadita l’importanza fondamentale di un sano stile di vita e della diagnosi precoce.



Campagna LILT FOR MEN - NASTRO BLU

Si dice che è bene parlarne sempre più apertamente, ma nella vita di ogni giorno non si fa.

Si dice “visita alla prostata”, ma spesso si fa sottovoce per coprire un imbarazzo. Ecco perché c’è ancora del lavoro da fare sul tema dei tumori maschili. Ancora oggi un controllo suscita vergogna in tanti uomini: all’interno di una coppia, in famiglia o fra amici non sempre è facile condividere l’argomento e i pa-

zienti che subiscono un intervento alla prostata ne vivono le conseguenze fisiche con grande difficoltà emotiva e sociale. E se i più giovani sembrano risentire meno di questi vincoli relazionali e di comunicazione, ancora così non è per molti nella fascia di età 45-60 anni. Anche dall’osservatorio LILT e dall’esperienza dei suoi psicologi, emerge come spesso l’uomo viva un disagio sociale e psicologico importante, legato

al proprio corpo e all’identità maschile, quando si avvicina ad una visita di prevenzione o a una terapia oncologica a testicoli o prostata. Per chi si ammala diventa necessario poter contare anche su cure che vanno oltre la terapia oncologica in sé e con questo obiettivo LILT propone fra i suoi servizi continuativi la ginnastica pelvica riabilitativa maschile e il sostegno psicologico, dedicato anche ai familiari.

Durante il mese di novembre LILT ha proposto consulenze individuali di prevenzione oncologica e visite urologiche: tra i 20 e i 44 anni per insegnamento all’autocontrollo e visita ai testicoli, e tra i 45 e i 65 anni con visita alla prostata. Ad aiutare LILT nel fare sensibilizzazione

e diffondere il messaggio della Campagna “LILT for Men – Nastro Blu” i Comuni trentini, i Saloni di Acconciatori e Estetiste dell’Associazione Artigiani, l’Università di Trento, la Dolomiti Energia Aquila Basket.

Con questa Campagna, LILT vuole essere d’aiuto agli uomini stessi per superare questi tabù e rendere normale l’idea di affrontare questi temi.

Durante tutto l’anno LILT propone visite urologiche e spazi di consulenza anche agli uomini non coinvolti nelle fasce di età della Campagna.



OBLIO ONCOLOGICO

Cos’è?

“Per diritto all’oblio oncologico si intende il diritto delle persone guarite da una patologia oncologica di non fornire informazioni né subire indagini in merito alla propria pregressa condizione patologica, nei casi di cui alla presente legge.”

L. 193 del 7 dicembre 2023

Perché?

L’oblio oncologico è diventato legge al fine di escludere qualsiasi forma di pregiudizio o disparità di trattamento per chi ha avuto un tumore (es. in pratiche di adozione e affidamento dei minori, stipulazione di contratti di assicurazione e di servizi bancari e finanziari, concorsi, ecc.).

Qual è il criterio base?

Si è considerati guariti dal cancro quando l’aspettativa di vita per chi ha superato la malattia torna paragonabile a quella della popolazione generale che non si è ammalata.

Cosa dice la Legge?

La nuova legge, rispettando criteri scientifici, stabilisce che si è considerati guariti quando sono trascorsi 10 anni dalla fine delle cure, senza recidive. Ma per chi si è ammalato prima dei 21 anni è sufficiente che ne siano passati 5.

Vi sono alcune patologie oncologiche per le quali è previsto un termine ridotto per maturare il diritto all’oblio rispetto al limite dei 10 o 5 anni dalla fine del trattamento o dall’ultimo intervento chirurgico.

Sono stabilite dal Decreto attuativo n° 1 del 22 marzo 2024 in Gazzetta Ufficiale n. 96 del 24/4/2024.

Come ottenere l’oblio?

L’oblio oncologico non si ottiene in automatico. Per avere la certificazione di oblio occorre presentare richiesta di rilascio del certificato, con il modello allegato al Decreto e documentazione medica relativa.

A chi fare richiesta?

La richiesta può essere presentata al medico di famiglia o al pediatra di libera scelta o ad un medico dipendente del Servizio Sanitario specialista nella disciplina attinente la patologia di cui si chiede l’oblio o ad una struttura pubblica o privata convenzionata.

La certificazione è rilasciata entro 30 giorni dalla richiesta se sussistono i presupposti medici e temporali. Il rilascio non comporta oneri per il richiedente.

Per insegnanti

“Guadagnare Salute con la LILT” è una proposta di formazione online gratuita per insegnanti di ogni ordine e grado: affronta i temi di educazione alla salute per un sano stile di vita (alimentazione, attività fisica, tabagismo e alcol), per sviluppare consapevolezza e riconoscimento delle proprie emozioni e creare capacità e strumenti per fare scelte sane per se stessi.

Come funziona?

L'insegnante interessato a partecipare al progetto deve prendere contatti con LILT Trento. Successivamente potrà registrarsi alla piattaforma www.guadagnaresaluteconlalilt.it con un login personale. Da quel momento la piattaforma per la FAD è sempre accessibile: qui si trovano strumenti e me-

todologie (laboratoriali, multimediali, peer education) per approfondire i contenuti con gli alunni e materiali e idee di attività da fare in classe già adattati secondo l'età. Se possibile, alla scuola di riferimento viene anche chiesto che “Guadagnare Salute con la LILT” venga inserito nel Piano dell'Offerta Formativa, che sia

affrontato in modo curricolare e che sia presente materiale informativo LILT negli spazi della scuola. Per il primo anno di registrazione alla piattaforma, è possibile ottenere crediti formativi se il Collegio Docenti dell'Istituto è favorevole e se l'insegnante supera le prove previste. L'insegnante che lavora nelle scuole della Provin-

cia di Trento potrà sempre fare riferimento a LILT Trento, anche per eventuali approfondimenti. Per informazioni: prevenzione@lilttrento.it - 0461.922733, www.lilttrento.it. Il progetto è frutto di un protocollo di intesa con il Ministero dell'Istruzione e del Merito. La LILT trentina è accreditata IPRASE.



Eventi

Marcialonga Stars 2026

A fine gennaio arriva ogni anno la Marcialonga, gara di sci di fondo che attraversa le Valli di Fiemme e di Fassa; con lei, torna puntuale l'evento solidale della Marcialonga Stars per LILT.

L'appuntamento è per **sabato 24 gennaio**. Questa storica manifestazione si ripete ormai da anni e, con una modifica del luogo di svolgimento, troverà la sua collocazione anche nell'anno dei Giochi Olimpici Invernali di Milano-Cortina 2026.

La Marcialonga Stars, giunta alla 25ª edizione e nata per raccogliere fondi a favore delle attività e dei servizi LILT, continua a vivere grazie all'impegno dei volontari che ci si dedicano e grazie alla partecipazione delle persone note dello spettacolo e della politica locale, ormai amiche di LILT. Ritrovo per tutti in Val di Fassa, con l'obiettivo di condividere un pomeriggio di sport e di solidarietà. Il ricavato sarà destinato al Progetto di Accoglienza di

LILT, per ospitare pazienti che arrivano a Trento dalle valli trentine, da tutta Italia e anche dall'estero. Le case sono accoglienti e confortevoli, per ricreare un ambiente familiare in cui ritrovare la propria

quotidianità e potersi dedicare al percorso di terapia, e le volontarie dedicate al servizio affiancano le famiglie cercando di rispondere a necessità pratiche ed emotive.



GRAZIE A CHI CI HA AIUTATO

Per l'organizzazione di eventi per LILT

Comune e Pro Loco di Ala
Junior Basket Rovereto
Sonia Leonardi – Trento
Associazione La Radice APS – Rovereto
Quetta Iniziative – Campodenno
Fassa Bike Ass. Sportiva – Campitello di Fassa

Per le Campagne LILT

Fioreria Rosa – Lavis
Estetica Dolcessenza – Trento
Università di Trento
SAT Ledrense – Pieve di Ledro
Acconciatori ed Estetiste
Ass. Artigiani Trentino
U.O. Senologia Clinica e Screening mammografico
Rete Clinica Breast Unit
U.O. Urologia
U.O. Oncologia Medica
Biblioteca Cembra – Lissignago



Con **Dolomiti Energia Aquila Basket, Aquilab e Paris Barber Lab** abbiamo portato anche a canestro la Campagna Nastro Blu. **Grazie per la condivisione!**

Per il sostegno concreto

Marcialonga – Predazzo
ASD Promovolley – Trento
Sergio Salvadori, guida – Denno
Giacomo Bonazza, guida – Rovereto
Mauro Giacca – Trento
Gruppo Knit Cafè – Fai della Paganella
Icône Hair srl – Roma
Trentino Garda Half Marathon – Riva del Garda

Per la Pigiama Run

Tecnosan – Trento
Habitat Ufficio Srl – Trento
Zobe Holding SpA – Trento
ITAS Mutua – Trento
Banca per il Trentino-Alto Adige – Trento
Mollo Noleggio
A.N.A. Trento
Gruppo Alpini Trento Centro
Comune di Trento
Acqua Pejo
Defant's club – Trento
Locker – Bolzano
MBE Trento
Melinda – Val Di Non
Nuove Arti Grafiche – Trento
PuntoIT – Trento
Scuderia Trentina – Trento
Simone Villotti speaker – Trento
VFV Cadine
Zv Impianti Elettrici srl – Cavedago
Kreami Grafica – Tre Ville

Per il nuovo appartamento LILT

Collini Amos e Lorena – Trento
Maria Grazia Buccino Povoli – Trento
Grace Alice Bombardelli – Trento

Per LILTTrekking - Valle dei Laghi

Cassa Rurale Alto Garda – Rovereto
Comune di Madruzzo
Gruppo Sportivo Fraveggio
Pro loco Calavino
Sezione SAT Vezzano
I cuochi Bressan Roberto e Santoni Enzo
Casa di Giano - S. Massenza
Panificio Pasticceria Tecchiolli – Cavedine
La Trentina – Caldonazzo

Per la collaborazione continuativa

Studio Maestranzi – Trento
Dorigatti Auto Snc – Trento
Gruppo Un Cuore per le Donne – Trento



Il presidente ha avuto il piacere di incontrare il signor **Franco Lunelli**, che in occasione del suo 90° compleanno ha voluto essere particolarmente vicino a LILT. **Grazie di cuore a lui e a tutta la sua famiglia.**

BOMBONIERE SOLIDALI

Il tuo momento, speciale anche per altri



Battesimo, Comunione,
Cresima, Laurea, Matrimonio,
Anniversario, Pensionamento...
e ogni occasione
che merita di essere celebrata.

Condividi le emozioni della
tua giornata e sostieni
i servizi LILT per i
malati oncologici e la comunità.



LEGA ITALIANA PER LA LOTTA CONTRO I TUMORI

prevenire è vivere



ASSOCIAZIONE
PROVINCIALE
DI TRENTO

**Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori
Associazione Provinciale di Trento ETS OdV**

Corso 3 Novembre 134, 38122 Trento - Tel. 0461 922733 - info@lilttrento.it

www.lilttrento.it -   LILT Trento