

La **LILT Bologna** insieme a

Centro Namaskar, Polisportiva Masi, Associazione Orti Salgari e Studio Dietistico Castiglione organizza:

Percorsi Di Supporto Psico-Fisico Per Malati Oncologici



Nordic Walking

Tonifica e rafforza la muscolatura, riduce tensioni muscolari, combatte stress e depressione, contrasta la stanchezza indotta da chemioterapia e radioterapia.



Counseling Oncologico

Per dare voce alle esperienze traumatiche e ai vissuti dolorosi, trovare risposte più adattive e funzionali.



Corsi di alimentazione

Cicli di incontri individuali e/o di gruppo per fornire informazioni e consigli su come l'alimentazione può aiutare nella fase post operatoria.



Orto-terapia

Attraverso il contatto con il mondo vegetale aiuta a migliorare il proprio stato di salute e benessere psico-fisico.



Discipline orientali

Corsi di terapia complementare mediante le discipline del tai ji, Qi gong e yoga per fornire un'utile opportunità di ripresa dopo il percorso terapeutico debilitante.

Per informazioni telefonare alla segreteria della **LILT Bologna 0514399148**

PERCORSI DI SUPPORTO PSICO-FISICO PER MALATI ONCOLOGICI

LILT Bologna: impegnata da oltre 90 anni nella lotta ai tumori attraverso attività di informazione e sensibilizzazione, programmi di educazione alla salute nelle scuole, progetti di diagnosi precoce dei tumori, servizi di supporto a malati e familiari. www.legatumoribologna.it

Associazione Namaskar: associazione sportiva dilettantistica per la promozione e diffusione delle discipline salutistiche millenarie di tradizione orientale: Hatha yoga, yoga tibetano, meditazione, tai ji, qi gong, kung fu e pranayama. www.namaskarasd.blogspot.it

Polisportiva Masi: organizza circa 30 discipline sportive per tutte le fasce d'età, per donne e uomini, per agonisti e amatori, all'aria aperta e indoor, per chi ama lo sport tradizionale e per chi desidera misurarsi con discipline innovative. nordicwalking@polmasi.it

Studio Dietistico Castiglione: uniamo la dietoterapia tradizionale basata sulle più aggiornate evidenze scientifiche ad interventi mirati di educazione alimentare con il paziente, con l'obiettivo di raggiungere, attraverso una sana alimentazione, il benessere di mente e corpo. www.studiodietisticocastiglione.it

Associazione Orti Salgari: l'area ortiva nata circa 40 anni fa è diventata un luogo di incontro di esperienze, età e culture diverse. Dalla certezza che la natura è fonte di vita e di energia nasce il desiderio di condividere l'esperienza con chi vive o ha vissuto recentemente la malattia. ass.ortisalgari@libero.it

Insieme abbiamo deciso di realizzare dei percorsi di supporto psico-fisico per malati oncologici. Da diversi anni ormai, infatti, l'approccio al paziente oncologico è caratterizzato da una visione globale del bisogno di cura. Al centro quindi non la malattia, ma la persona.

**Per informazioni telefonare
alla segreteria della LILT Bologna 0514399148**

