



Cronache di solidarietà
Storie di vite vissute per gli altri,
progetti e informazioni utili
sul mondo delle associazioni

Armonia: prevenzione e consapevolezza contro il tumore al seno



Un gruppo di volontari di Armonia con la presidente Erika Caffi

Dalla risonanza magnetica al master in microlinfologia: tante le raccolte fondi portate a termine grazie alle iniziative sul territorio

Nadia Plucani

● “Nella vita non raccogli ciò che curi”. La delicatissima frase di Charles Monroe Schulz, il creatore dei Peanuts, invita a riflettere su cosa significhi prendersi cura del mondo in cui viviamo, il mondo che comprende il nostro essere, il nostro corpo. Una frase carica di senso che è diventata il motto di Armonia, la onlus piacentina nata nel 1992 per contribuire a creare una coscienza

collettiva sul tema del tumore al seno, svolgendo un’attività concreta di prevenzione, informazione e supporto. «L’associazione è soprattutto questo – dice la presidente Erika Caffi – far parte di un gruppo di donne che hanno vissuto le stesse esperienze e quindi poter parlare la stessa lingua con persone che sanno cosa si prova, quale è il percorso che le attende, quali sono i dubbi e le paure che possono diventare anche un punto di forza. Ma è anche occasio-

ne per tutte le donne, anche quelle che non hanno un tumore al seno, di prendersi cura di sé. Promuoviamo infatti la prevenzione attraverso lo screening mammografico e incoraggiando stili di vita corretti». Un impegno che viene declinato in diversi modi e continuamente, tutto l’anno. C’è il percorso fianco a fianco con la Breast Unit, il gruppo di medici, infermieri, tecnici, psicologi, oss e volontari di Piacenza specializzati nel trattamento del tumore al seno; c’è l’informazione, la con-

sulenza, l’aiuto concreto alle donne, il supporto alla Senologia dell’Azienda Usl di Piacenza per la formazione continua di professionisti dedicati e per l’acquisto di apparecchiature che garantiscano prestazioni innovative ed eccellenti.

Nel 2025 le iniziative di Armonia hanno consentito di raccogliere i fondi necessari (22.500 euro) per l’acquisto della bobina per la risonanza magnetica dell’ospedale di Castelsangiovanni, ma anche di donare 13.600 euro per finanziare un altro anno il master in microlinfologia al 50% con Ausl ed il data manager. Ed ancora, è stato finanziato con 2.500 euro un corso che specializza una fisioterapista nel trattare il linfedema.

«Abbiamo organizzato anche un corso di recitazione – informa Caffi – perché ci sembrava un’attività che potesse far bene alle nostre donne e lo riprenderemo, ed avrà anche uno spettacolo finale». La “Camminata in rosa” a Gropparello, la gara di padel a San Giorgio, lo screening per le donne in carcere insieme alla Lilt, la suggestiva cena alla diga di Mignano, la serata informativa con i medici della Breast Unit a Carpaneto sono state le più recenti iniziative. La prossima (alla prima edizione) sarà la “pizzata” alla pizzeria “Bella Napoli” a Piacenza, lunedì 10 novembre alle 20, con l’organizzazione di Bulla Store cui è possibile iscriversi (35 euro) contattando Armonia al numero 335 527 0329.

Sono un centinaio le associate ad Armonia onlus, che durante l’anno partecipano e si impegnano come volontarie nelle diverse iniziative e nei banchetti di sensibilizzazione. «È una presenza importantissima anche quella ai banchetti informativi – afferma Caffi – perché più volontari abbiamo più riusciamo a essere presenti sul territorio e diffondere la cultura della prevenzione e della diagnosi precoce». Armonia Onlus è presente anche sui canali social Facebook e Instagram. Per informazioni è possibile contattare caffierika@gmail.com.



Un gruppo di donne che partecipano all’A.M.A.

Condivisione, forza, empatia e coraggio con i gruppi A.M.A.

Per le donne mastectomizzate fondamentale per affrontare il percorso di diagnosi e cura

● Da qualche anno Armonia mette a disposizione, per le donne che stanno vivendo l’esperienza del tumore al seno, un gruppo di auto mutuo aiuto gratuito. Lo racconta Maria Rosa Ponginebbi e Fausta Fagnoni, associate ad Armonia, che conducono il gruppo A.M.A. (così l’acronimo), ed alcune amiche che lo stanno frequentando. «Ricevere e affrontare una diagnosi di tumore al seno è, per la donna, un’esperienza complessa e personale che può suscitare una serie di reazioni emotive intense, tra cui paura, ansia e depressione, che possono perdurare anche dopo la fine del trattamento e portare a un peggioramento della qualità della vita. Il modo in cui le persone si avvicinano a una diagnosi è influenzato da molti fattori, quali la personalità, il supporto familiare e sociale, la propria storia personale e di malattia, le caratteristiche specifiche del tumore. Pur essendo ogni vissuto unico, ci sono però risposte comuni che molte pazienti sperimentano, come lo shock, la rabbia, la paura, il senso di precarietà, la sensazione di incertezza per il futuro, la solitudine, la difficoltà ad accettare un corpo che cambia a causa della malattia o delle terapie e l’impatto che tutto questo avrà sulla loro vita quotidiana, sociale e lavorativa». Il bisogno di sostegno è quindi fondamentale ed è proprio grazie a questa consapevolezza che ormai da anni, nell’ambito del percorso senologico dell’Ausl di Piacenza e grazie alla collaborazione tra le associazioni Armonia e Amop (associazione malato oncologico piacentino), è iniziato il gruppo di Auto-

Mutuo-Aiuto (A.M.A.) per donne mastectomizzate.

Un gruppo che è, e vuole essere, per le donne che stanno vivendo questa esperienza, un’opportunità di incontro, in cui è possibile trovare ascolto, comprensione, vicinanza, rispetto al fine di poter condividere le proprie emozioni ed i propri sentimenti senza giudizio, sapendo di non essere sole e sentendosi comprese, in un clima empatico.

È proprio dal confronto reciproco, infatti, che si può imparare ad accettare il cambiamento del proprio corpo e ad affrontarlo in modo positivo, superando le difficoltà di tipo psicologico ed emotivo che l’operazione chirurgica e le terapie hanno lasciato dietro di sé. Le esperienze di vita diventano così una risorsa e le difficoltà un’opportunità di crescita.

L’obiettivo del gruppo, che è sempre aperto a nuove partecipanti, non è curare, ma prendersi cura di sé e delle altre in un rapporto di accoglienza solidale dove le donne portano la propria storia, la propria esperienza, le proprie risorse emotive e cognitive, le conoscenze e le competenze che sono il frutto dell’esperienza che stanno vivendo.

«Un gruppo che diventa casa e famiglia – dice una partecipante – persone speciali che con grande forza, empatia e coraggio si trovano per affrontare insieme la malattia. Trovare per ri-trovare quando sembra di perdersi»; «Un gruppo dove ci si può finalmente lasciare andare ed essere sé stessi» afferma un’altra. Ed un’altra ancora: «È stato un incontro di anime, i nostri abbracci hanno cambiato tutto, hanno dato leggerezza al mio cuore e alle mie cure a volte dolorose». Informazioni al 339-1418921. **_NP**

Aderendo allo screening 56% di mortalità in meno

● Era presente anche Armonia onlus martedì scorso a Bologna, nella sede della Regione Emilia-Romagna, all’incontro tra la delegazione regionale di Europa Donna Italia e le istituzioni. Armonia rappresenta il territorio piacentino in Europa Donna Italia, il movimento che da trent’anni è impegnato a fianco delle donne con tumore del seno. Un momento per portare all’atten-

zione del presidente della Regione, Michele De Pascale, esigenze e dati: 73% l’adesione allo screening gratuito in Emilia-Romagna per il tumore della mammella (al 30 giugno 2025), ed un calo della mortalità del 56% per le donne tra i 45 e i 74 anni che aderiscono, e del 26% per le forme avanzate. Da Piacenza Erika Caffi, presidente di Armonia, e il dottor Dante Palli della Breast Unit. **_NP**



Nella foto i rappresentanti di Europa Donna, tra cui Armonia, a Bologna con il presidente Michele De Pascale

CENTRO SERVIZI PER IL VOLONTARIATO
Sede di Piacenza

Via I Maggio 62, Piacenza
tel. 0523 306120
segreteria.piacenza@csvemilia.it
orientamento.piacenza@csvemilia.it
 Csv Emilia sede di Piacenza

Scopri
il volontario
che c'è in te!

Rivolgi al nostro
servizio di orientamento
al volontariato:
**TI AIUTEREMO
A SCEGLIERE!**

Fra i tanti enti
del terzo settore piacentini,
sicuramente ce n'è uno
che ti somiglia più degli altri
e che è pronto ad accoglierti.