

# Passaparola

Il Magazine di LILT Biella  
N° 27 - 1° Sem. 2014

Reg. Trib. di Biella n. 462 - Decreto del Presidente del 24/06/97. Spedizione in A.P. art. 2 comma 20/c legge 662/96. Filiale di Vercelli - Pubblic. semestrale gratuita.  
In caso di mancato recapito inviare al CCR di Biella per la sostituzione al mittente previo pagamento resi.



**EDITORIALE  
DEL  
PRESIDENTE**

**p. 3** SPAZIO LILT:  
Biella c'è!



**LA NUOVA  
GUIDA  
LASCITI**

**p. 7** Perché fare  
testamento



**SCHEDA  
OLIO**

**p. 16** Insetto  
Salute



Sezione Provinciale di Biella - Onlus

**Settimana Nazionale  
per la Prevenzione  
Oncologica**

**Direttore Responsabile:**

Dott. Alfredo Mazzocato

**Redazione** a cura della

Lega contro i Tumori - Sezione Provinciale di Biella ONLUS

**Hanno collaborato alla redazione di questo numero:**

Daniela Alberici Mancini, Chiara Belliero, Marianna Cimmino, Antonella Fornaro, Enrica Parlamento, Anna Porta, Claudia Pozzi, Laura Schiapparelli, Silvia Tribolo Ferraresi, Clotilde Tucci.

**Progetto grafico:**

Maria Giulia Moranino e Andrea Valentini per Peg.SoluzioniCreative

**3 EDITORIALE****La Parola al Presidente**

Spazio LILT: Biella c'è!

**4 IL PROGETTO**Aggiornamento lavori.  
Lascia il tuo segno.**7 LASCITI TESTAMENTARI**

Nuova Guida ai Lasciti Testamentari di LILT Biella.

**8 5x1000**5 motivi per dirvi 1000 volte  
GRAZIE.**10 DONAZIONI CHE DIVENTANO VITA**La prevenzione in numeri.  
La missione di LILT Biella: "prendersi cura".**12 DELEGAZIONI**

Le delegazioni di LILT Biella.

**13 PREVENZIONE**

Marzo: mese della Prevenzione.

**15 INSERTO SALUTE**Consigli pratici di Prevenzione.  
L'olio e le sue proprietà benefiche.  
Olio. Prezioso alleato di bellezza.  
L'esperto risponde.**19 ATTIVITÀ DI LILT BIELLA**

Parla la nostra Dietista.

**20 LE INTERVISTE DI LILT BIELLA**Intervista al Questore  
Salvatore Arena.**21 HOSPICE L'ORSA MAGGIORE**L'accoglienza della famiglia in  
Hospice.**22 SPAZIO AZIENDE**Imprenditori responsabili.  
Corporate Donors.**24 LILT ONLINE**[www.liltbiella.it](http://www.liltbiella.it)  
Il cielo virtuale di Spazio LILT  
I social network.**27 INIZIATIVE**#LauretanaBack2LILT.  
#Scatta la tua Passione.**29 I NOSTRI VOLONTARI**Volontari: una grande famiglia che  
lotta per un obiettivo comune.**30 BOMBONIERE SOLIDALI**

Bomboniere solidali LILT Biella.

Inviaci i tuoi commenti o  
suggerimenti:  
[comunicazione@liltbiella.it](mailto:comunicazione@liltbiella.it)**SEGUICI DA VICINO!**

Iscriviti alla nostra Newsletter

[www.liltbiella.it](http://www.liltbiella.it)

Sezione Provinciale di Biella - Onlus

**HOSPICE  
L'ORSA MAGGIORE**

Fondazione - Onlus

**Sede ambulatori e uffici:**Via Belletti Bona 20, Biella  
Tel. 015 8352111 - Fax. 015 8352112  
[info@liltbiella.it](mailto:info@liltbiella.it)  
[www.liltbiella.it](http://www.liltbiella.it)  
[www.spaziolilt.it](http://www.spaziolilt.it)  
Orari di apertura:  
8.30 - 13.00  
15.00 - 18.00**I servizi di LILT Biella**Cure palliative domiciliari  
Prevenzione scolastica  
Centro Antifumo  
Ambulatorio dietologico  
Ambulatorio dermatologico  
Ambulatorio prevenzione diabete  
Ambulatorio urologico  
Ambulatorio senologico  
Ambulatorio medico di agopuntura  
Ambulatorio psico-oncologico  
Sportello Informativo Oncologico  
Centro di formazione in cure palliative**Delegazione LILT di Ronco Biellese**Via Martiri della Libertà 2  
Tel. 015 8460458**Delegazione LILT di Mongrando**Via alle Scuole 6  
Tel. 015 666715**Orari di apertura delle delegazioni**Lunedì 15.00 - 18.00  
Martedì 9.00 - 12.30  
Giovedì 15.00 - 18.00**HOSPICE "L'ORSA MAGGIORE"**Struttura residenziale di cure palliative  
per malati oncologici

Via Belletti Bona 20, Biella

Centralino: 015 8352111

Fax. 015 8352112

Infermeria: 015 8352130

[info@hospicebiella.it](mailto:info@hospicebiella.it)**Orari di visita**

8.00 - 20.00

**Servizi dell'Hospice**Assistenza medico - infermieristica  
Assistenza psicologica  
Assistenza sociale e spirituale

# La parola al Presidente

## SPAZIO LILT: Biella c'è!



Meno male che Biella c'è!

È un'espressione davvero molto usata in questo periodo, spesso anche abusata, però, forse mai come adesso, sento vera e forte questa affermazione.

Dopo gli anni in cui iniziammo il progetto che portò alla realizzazione del nostro fiore all'occhiello, l'Hospice "L'Orsa Maggiore", siamo oggi in un periodo storico che, per noi di LILT Biella, rappresenta una vera e propria svolta: SPAZIO LILT è quasi ultimato e diventerà un Centro oncologico multifunzionale unico in Italia.

**Un periodo di svolta, quindi, una sfida, una scommessa che ci ha portato a puntare sul futuro di Biella e dei Biellesi; una sfida da cinque milioni di euro.**

Quando ci dedicammo all'Hospice, la somma che dovevamo raccogliere era di 2 miliardi di lire; a quei tempi per noi, sezione "giovane", nata da pochi anni e ancora poco conosciuta, l'impegno economico era grandis-

simo. Si trattava di una cifra che ci fece bussare a tante porte e che trovò non solo tante porte aperte, ma anche entusiasmo e collaborazione su innumerevoli fronti diversi.

Nel 2001 l'Hospice "L'Orsa Maggiore" era uno dei pochi Hospice esistenti non solo in Piemonte, ma in tutta Italia. **L'Hospice di Biella era necessario, indispensabile.** La gente ne aveva bisogno per sostenere ed affrontare con dignità un momento della vita (propria o di una persona cara) tanto difficile quanto importante e indimenticabile.

**Riuscimmo nel nostro intento!**

**Oggi, nel 2014, puntiamo alla vita: puntiamo alla prevenzione, alla diagnosi precoce, alla riabilitazione oncologica come non mai, e lo facciamo con SPAZIO LILT, una realtà che sarà un punto di riferimento per una vasta area piemontese e opererà in sinergia con il nuovo ospedale.**

Questo periodo storico, tanto importante per noi e per la nostra comunità, coincide, però, con un momento di profonda crisi economica; una crisi dalle dimensioni mai viste.

Nonostante questo, le donazioni ed il sostegno economico da parte di chi crede nelle opportunità date da questo nuovo Centro non mancano e **la crisi c'è, si sente, ma andiamo avanti perché i Biellesi ci aiutano. SPAZIO LILT, sarà uno SPAZIO dei Biellesi e per i Biellesi; lo stiamo costruendo tutti insieme** e andiamo avanti perché, entro la fine di

quest'anno SPAZIO LILT dovrà essere terminato, arredato ed attrezzato delle strumentazioni necessarie a renderlo operativo, con tecnologie di ultima generazione.

Vorrei ricordare e ringraziare ad uno ad uno tutti quelli che ci hanno aiutato sinora, ma sono centinaia e centinaia. Per questo, per non fare torti e non dimenticare nessuno, ringrazio due persone che sono un simbolo: sono le due donne straordinarie, Giuseppina Rizzo ed Ada Barberis, che ci hanno donato un legato testamentario eccezionale. **Grazie a loro e a numerosi enti, associazioni, fondazioni, Gruppi Alpini, aziende, comuni, proloco e tantissimi cittadini biellesi noi di LILT Biella non siamo soli in questa enorme impresa. Siamo insieme. Per questo ribadisco: "Meno male che Biella c'è"!**

Il Presidente  
Dott. Mauro Valentini

**MAURO VALENTINI  
RIELETTO MEMBRO DEL  
CONSIGLIO DIRETTIVO  
NAZIONALE DELLA LILT  
Ottobre 2013**

Per la quarta volta consecutiva, Mauro Valentini, Presidente della Sezione Provinciale di Biella della LILT, è stato eletto membro del Consiglio Direttivo Nazionale della LILT.

Il Consigliere Valentini è stato eletto in rappresentanza della Circostrizione del nord, comprendente otto regioni: Friuli-Venezia Giulia, Liguria, Lombardia, Piemonte, Trentino Alto Adige, Valle d'Aosta e Veneto.

## PASSAPAROLA CAMBIA!

Una nuova veste grafica e tanti contenuti accattivanti per rendere sempre più vicina la nostra rivista al cuore e agli interessi dei Biellesi.

**Passaparola anche tu!**



# Aggiornamento

## SPAZIO LILT Febbraio 2014

Appena iniziato il nuovo anno porta con sé già tante novità e **tante promesse per Spazio LILT**: i lavori continuano incessanti cambiando progressivamente il volto della struttura, e la promessa è di completarla al più presto al fine di metterla al servizio della popolazione.

**SPAZIO LILT sta effettivamente cambiando.** Sta cambiando la facciata, sulla quale si sta applicando il “cappotto”, ossia quegli strati di materiali che garantiscono una migliore efficienza energetica grazie all'isolamento garantito da pannelli in speciale polistirolo spesso 12 centimetri, ma che si potrà effettivamente completare solo quando le temperature torneranno ad essere più miti e in generale il clima più asciutto. Dopo si potrà procedere, oltre che con la finitura d'intonaco, anche con l'applicazione di un fronte composto da centinaia di lamelle in ceramica, che costituiscono il vero segreto di questo progetto così evoluto: un avanzamento della facciata che permette di mantenere il perimetro caldo in inverno e fresco in estate.

Visitando il cantiere si assiste alla posa dei primi serramenti, quelle poderose

vetrate che donano un'illuminazione naturale all'ambiente, e che offrono una sensazione di apertura e una bella visibilità verso l'esterno.

**SPAZIO LILT muta tutti i giorni**, perché ogni giorno di lavoro porta con sé novità e progressi, elementi nuovi che contribuiscono a definire gli spazi, i volumi e il loro prossimo uso. Ad esempio, le partizioni a secco del primo piano sono completate; ogni pannello delimita in parte un ambiente, e il suo ruolo è enunciato dal suo colore: idrorepellente, ignifugo, anti umido. I materiali tecnologici si affiancano a collaudate tecniche costruttive, e dappertutto si possono scorgere strati isolanti, anti rumore, anti calpestio. Tutto in cantiere lascia intuire la capacità d'esecuzione, la cura per il dettaglio e la passione per il progetto che sta vedendo la luce.

Se vogliamo diventare un po' tecnici, a breve si potrà procedere con il primo getto sottofondo intasamento impianti, ossia la base sulla quale verrà posato il riscaldamento a pavimento e che di fatto coprirà anche tutti gli altri impianti, ovviamente dopo che questi ultimi saranno stati collaudati, dando così la possibilità di procedere con la

finitura delle pareti e del controsoffitto.

**Utilizzare nuove tecnologie costruttive comporta tanti vantaggi**, tra i quali quello di eliminare i tempi di asciugatura dei muri, ottimizzando quindi l'intero processo costruttivo. Ma non solo, l'efficienza energetica porta con sé promesse di migliore vivibilità, che si traduce in una più alta qualità di vita per tutte le persone coinvolte quotidianamente in SPAZIO LILT, siano questi pazienti o collaboratori. **È questo sicuramente l'aspetto più rilevante e, di fatto, coerente con gli obiettivi di LILT: rendere migliore e più sana la vita della gente.**

Anche l'esterno vede mutazioni, progressi e radicali cambiamenti. Il perimetro al momento è delimitato da pannelli di metallo: presto lasceranno spazio alla recinzione in vetro che, armonizzandosi perfettamente con il resto della costruzione, permetterà una visibilità completa da e su via Ivrea.

Attualmente si sta provvedendo, inoltre, a ridefinire gli argini del rio confinante e al tempo stesso è stata tracciata la nuova strada che congiunge

## SPAZIO LILT E LA RIABILITAZIONE ONCOLOGICA

Una parte certamente importante dello SPAZIO LILT sarà destinata alla riabilitazione oncologica: l'idea di base è quella di fornire risposte rapide, qualificate, professionali, con un condensato di opportunità ben organizzate.

Come emerge dal "Libro bianco sulla riabilitazione oncologica" (pag 25) **"La riabilitazione oncologica ha lo scopo di ottimizzare la qualità della vita del malato, aiutando il paziente e la sua famiglia ad adattarsi a standard di vita quanto più simili a quelli precedenti la malattia, con l'obiettivo di limitare al minimo la disabilità fisica, il deficit funzionale, cognitivo e psicologico, che spesso si manifesta a seguito del tumore o delle terapie ad esso correlate.** In campo oncologico sono, pertanto, coinvolte più figure professionali, che intervengono in rapporto alla fase della malattia ed alle problematiche specifiche. L'individuazione dei diversi ruoli dei vari operatori, le modalità di intervento e la loro integrazione in un lavoro di équipe possono permettere di fornire risposte efficaci ai tanti bisogni riabilitativi dei malati, bisogni che purtroppo oggi sono ancora insoddisfatti o soddisfatti con difficoltà in larga parte del territorio nazionale. A SPAZIO LILT le molteplici necessità potranno trovare risposte adeguate pensate per il malato, per la famiglia, e anche per quelle figure professionali (ad esempio, agli insegnanti o ad operatori della salute) che possono necessitare di un orientamento.

via Ivrea al parcheggio retrostante, al fine di rendere tutto comodo e accessibile.

In SPAZIO LILT tutto trova il proprio "spazio": così come all'interno si possono già intuire le aree che saranno adibite agli ambulatori e quelle, ad esempio, destinate all'amministrazione, all'esterno tutto è in equilibrio e il verde e le essenze arboree completano con armonia il manufatto dell'uomo.

Certo, a prima vista potrebbe sembrare che Spazio LILT con la sua mo-

dermità ed efficienza strida con il paesaggio immediatamente confinante, che in alcuni casi ha certo bisogno di interventi migliorativi, ma ad un'attenta analisi è facile immaginare come invece porterà nuovi interessi e nuovi spunti a tutto il territorio circostante, e **fungerà da volano e ispirazione per nuove iniziative, ispirate alla salute, certamente, e, perché no, anche semplicemente belle.**

### "Le nebbie di Frisco".

### Il primo libro di Luisa Benedetti Poma

È uscito, a dicembre, **"Le nebbie di Frisco"**, il primo libro della **Dott. ssa Luisa Benedetti Poma**, una donna che nella vita ha sempre unito la sua professione di giornalista e scrittrice alla voglia di fare del bene e alla solidarietà.

**Membro della Consulta Femminile di LILT Biella**, Luisa Benedetti Poma partecipa in modo attivo al lavoro della nostra Associazione.

**Grazie ai suoi inserti salute mensili, dispensa ottimi consigli su come mantenersi in forma e in salute** attraverso piccoli accorgimenti, soprattutto di tipo alimentare.

"È un piacere, per me, poter collaborare con LILT Biella" – afferma Luisa Benedetti Poma, Membro della Consulta Femminile LILT – "Desideravo poter dare il mio contributo alla lotta contro i tumori, per questo, ho pensato di farlo attraverso l'informazione primaria" – "Il cancro è una malattia degenerativa molto grave ma **grazie alla prevenzione, possiamo fare molto** per combatterlo e **per cercare di tutelarci**. Gli inserti che scrivo per LILT Biella, sono dedicati a temi importanti, come le giuste regole alimentari da seguire, i corretti stili di vita. Questi piccoli accorgimenti, possono aiutarci a vivere una vita più sana e a prevenire, per quanto possibile, questa terribile malattia."

**Il libro "Le nebbie di Frisco" racconta** delle avventure dell'ispettore torinese Lorenzo Carreri, al quale vengono assegnate indagini con al centro opere d'arte, forse per la sua innata passione per quadri e sculture. Carreri si trova a indagare sulla scomparsa di una misteriosa ragazza. Le indagini



però, si trasferiscono dal Veneto a San Francisco e da San Francisco a San Pietroburgo, sulle tracce di un traffico di opere falsificate, in cui è implicata la mafia russa. Carreri si troverà così a dover fronteggiare mistero e violenza e così, tra quadri mafiosi contraffatti ed esperimenti scientifici, spionaggio e traumi psicologici, alla fine ne uscirà vivo a fatica, grazie all'aiuto di donne intelligenti e forti.

# Lascia il tuo segno con stelle, mattoni e metri quadri



L'aspettativa di tutti è che SPAZIO LILT sia ultimato alla fine del 2014, ma per crescere velocemente ha bisogno dell'aiuto e del supporto di tutti i Biellesi. Anche se **sono molte le persone che ci stanno aiutando a portare avanti questo sogno, tanto ancora deve essere fatto.** Esistono diversi modi per contribuire alla realizzazione di SPAZIO LILT, per sentirsi parte di un grande progetto e per lasciare un ricordo speciale, fare un regalo alle persone care e anche alle generazioni future.



**TROVI TUTTE LE MODALITÀ  
DI DONAZIONE PER SOSTE-  
NERE SPAZIO LILT A PAG.31**



“A Natale avevo deciso di fare un regalo speciale alla mia classe, un dono simbolico ricco di valore, con una morale da cogliere. Così pensai ai mattoni di SPAZIO LILT. I miei bambini sono molto sensibili alle tematiche che riguardano la salute, la sana alimentazione e conoscono bene l'Associazione per via delle collaborazioni realizzate insieme come Pane, Olio, Miele e Fantasia. Ho fatto ingrandire il mattone simbolico di LILT Biella e l'ho appeso in classe. Il messaggio che volevo che arrivasse era di speranza, forza e positività e desideravo che, insieme, si sentissero parte di un progetto grandioso. Un mattone regalato per amore, un mattone che, inevitabilmente ne porterà altrettanto.”

**Paola S. – Insegnante di una classe di bambini delle scuole elementari.**

“In totale sono 4 le stelle che ho acceso per LILT Biella, tutte regalate ad amici, in occasioni particolari. Nel mio modo di pensare, la stella virtuale è un regalo speciale e diverso dagli altri. I doni materiali occupano spazio in casa e, spesso, vengono dimenticati, invece, la stella prende posto nel cuore delle persone e non si può scordare o perdere. Ho acceso le stelle per ricordare momenti felici: matrimoni, compleanni e cerimonie. Ricorderò per sempre il viso felice della mia migliore amica quando ha “aperto” questo regalo, mi disse che non aveva mai ricevuto in dono qualcosa di così bello”.

**Teresita P.**

“La donazione di un metro quadro è essere parte integrante di un progetto capace di dare speranza. Vorrei sottolineare questo concetto: quando le persone uniscono le loro forze, nasce una nuova forza ricca di un'energia capace di dar vita ai sogni più belli. Questo è il mio desiderio: vincere la lotta contro questa malattia”.

**Anna A.**

# Nuova Guida ai Lasciti Testamentari di LILT Biella

A meno di un anno dalla realizzazione del primo spot televisivo italiano sul tema dei lasciti solidali è nata oggi la nuova "Guida Lasciti" di LILT Biella: la guida consente di conoscere meglio l'Associazione e di avere le prime indicazioni tecniche su come lasciare in eredità a LILT Biella una parte del proprio patrimonio. Un lascito testamentario è **un modo per compiere un gesto speciale e solidale verso persone che hanno bisogno di aiuto** e di assistenza in ambito oncologico. LILT Biella si impegna ogni giorno per garantire tanti servizi e connota ogni intervento di elementi che sentite indispensabili quali il rispetto, la dignità, l'attenzione, l'umanità, la pre-



senza, la vicinanza. Ogni lascito, piccolo o grande che sia, può realmente fare la differenza e rappresenta una risorsa importante. Grazie a generosi legati testamentari sono stati realizzati grandi progetti come **l'Hospice "L'Orsa Maggiore"** e **SPAZIO LILT**, il nuovo Centro Oncologico multifunzionale, per la prevenzione, la diagnosi precoce e la riabilitazione oncologica. Ad oggi, mancano ancora 2 milioni di euro per completare SPAZIO LILT e poi si dovrà pensare al suo mantenimento. **Fare un lascito a favore di LILT Biella significa contribuire concretamente a salvare la vita e regalare futuro e serenità a tante persone ed alle loro famiglie.**

## PERCHÉ FARE TESTAMENTO

Il testamento è l'unico strumento per disporre del proprio patrimonio dopo la morte. In assenza di testamento tutti i beni della persona vengono assegnati ai parenti, o in assenza di questi, allo Stato (successione legittima). Con il testamento, invece, è possibile destinare le proprie sostanze liberamente, con i soli limiti posti dalla legge, a favore dei parenti più stretti, i legittimari (successione testamentaria).

Il **Testamento olografo**: è semplice e prevede la totale riservatezza, tuttavia è soggetto ad essere sottratto, smarrito o alterato. Il problema si supera formulando due originali e depositandone una copia presso un notaio o una persona di fiducia.

Il testamento olografo è valido solo se è scritto interamente a mano da colui che fa testamento, è datato

(giorno, mese e anno) e firmato per esteso.

Il **Testamento pubblico** viene fatto davanti ad un Notaio e a due testimoni. Il notaio redige il documento e si occupa della sua conservazione. Questo tipo di testamento offre maggiori garanzie circa la correttezza formale della futura pubblicazione del documento. E' consigliato per tutte le persone che, pur incapaci di leggere e di scrivere, vogliono dare disposizioni circa i loro beni.

Il **Testamento segreto**, infatti può essere scritto dal testatore oppure da una terza persona o addirittura con mezzi meccanici (pc, macchina da scrivere) purché sia sottoscritto dal testatore su ogni mezzo foglio. Deve poi essere consegnato a un Notaio già sigillato alla presenza

di due testimoni. A sua volta il professionista redige l'atto di ricevimento con cui documenta l'avvenuta consegna del testamento da parte del testatore, che deve essere sottoscritto dal testatore, dai testimoni e dal Notaio.

Il testamento, sia esso olografo, pubblico o segreto, può essere revocato con un atto espresso di revoca o con altro testamento, oppure modificato in qualunque momento della vita.

### Per richiedere gratuitamente la Nuova Guida ai Lasciti contatta:

Laura Schiapparelli  
via Belletti Bona 20  
13900 Biella (BI)  
Tel: 015-8352111  
Fax: 015-8352112

Mail: [l.schiapparelli@liltbiella.it](mailto:l.schiapparelli@liltbiella.it)  
[www.liltbiella.it](http://www.liltbiella.it)

# 5 motivi per dirvi 1000 volte GRAZIE

Il 5x1000 è soprattutto una scelta fatta col cuore.

Non costa nulla e basta una firma sulla dichiarazione dei redditi, ma il bene che genera si moltiplica a dismisura. Un "Grazie" va a chi ha scelto di aiutarci a diffondere la cultura della prevenzione, l'arma più efficace per vincere il cancro, a chi ci ha aiutato, con la diagnosi precoce, a salvare molte vite e a chi, con il suo 5X1000 ha consentito di migliorare la qualità di vita di chi è affetto dalla malattia.

**Come è andata la nostra ultima raccolta fondi legata al 5X1000** lo dicono direttamente i numeri, sia della LILT che dell'Hospice "L'Orsa Maggiore":

nel 2011 LILT Biella ha ricevuto circa 45mila euro (44.988,72) Questa somma ha coperto parte delle spese destinate a: riscaldamento, remunerazione del personale, costi degli ambulatori, acquisto materiale necessario per le visite di prevenzione, sostegno di progetti di prevenzione tra i giovani ecc.

**Ricordati di LILT  
Biella o dell'Hospice  
nella prossima  
dichiarazione dei  
redditi. PER FARE  
DEL BENE BASTA  
UNA FIRMA.  
LA TUA!**

Scopri di più sul sito [www.liltbiella.it](http://www.liltbiella.it) e seguici sulla nostra pagina Facebook LILT Biella.

Nel 2011 l'Hospice "l'Orsa Maggiore" ha ricevuto 39.109,00 euro; il denaro è stato impiegato per migliorare la qualità assistenziale, per la formazione del personale, per sostenere i costi di gestione e, infine, per pagare le assicurazioni delle due automobili utilizzate dagli infermieri impegnati nell'importante servizio di assistenza domiciliare ai malati oncologici, un servizio grazie al quale ogni anno oltre 160 persone sono aiutate da medici ed infermieri a gestire le numerose problematiche ed i sintomi connessi alla malattia.

**In occasione della prossima dichiarazione dei redditi, chi lo desidera può richiedere a LILT Biella e all'Hospice "L'Orsa Maggiore" il riepilogo delle proprie donazioni da dare a commercialisti e CAAF per le detrazioni fiscali di cui godono le donazioni in favore delle ONLUS.**

**Grazie a tutti coloro che hanno pensato a noi con il 5X1000!**

**Dario Ballantini**

Attore, Trasformista, Pittore

Testimonial 2014 del 5x1000  
per LILT Biella

## 5Xmille

una FIRMA che regala

**AIUTO  
FUTURO  
SPERANZA  
ASSISTENZA  
VITA**



Firma per **LILT Biella**

SCELTA PER LA DESTINAZIONE DEL CINQUE PER MILLE DELL'IRPEF

Spiegare del volontariato e delle altre organizzazioni non lucrative di utilità sociale, delle associazioni di promozione sociale, delle associazioni e fondazioni riconosciute che operano nei settori di cui all'art. 10, c. 1, lett. a) del D.Lgs. n. 460 del 1997

FIRMA: Anna Bianchi

CODICE FISCALE: 90033250029

Firma per l'**Hospice L'Orsa Maggiore**

SCELTA PER LA DESTINAZIONE DEL CINQUE PER MILLE DELL'IRPEF

Spiegare del volontariato e delle altre organizzazioni non lucrative di utilità sociale, delle associazioni di promozione sociale, delle associazioni e fondazioni riconosciute che operano nei settori di cui all'art. 10, c. 1, lett. a) del D.Lgs. n. 460 del 1997

FIRMA: Anna Bianchi

CODICE FISCALE: 90047340022

## DEVOLVERE IL 5X1000 A LILT BIELLA O ALL'HOSPICE "L'ORSA MAGGIORE" È DAVVERO SEMPLICE:

- 1 COMPILA** il modulo 730, il CUD oppure il Modello Unico
- 2 CERCA** nella tua dichiarazione dei redditi il riquadro: "Sostegno del volontariato e delle altre organizzazioni non lucrative di utilità sociale, delle associazioni di promozione sociale e delle associazioni e fondazioni riconosciute.."
- 3 METTI** la firma nel riquadro
- 4 INDICA** il codice fiscale di **LILT Biella 90033250029** o dell'**HOSPICE 90047340022**

## COSA FAREMO CON IL PROSSIMO 5X1000

### I fondi del prossimo 5x1000 saranno utilizzati:

- in **Hospice** per continuare a dare assistenza qualificata alle persone malate di tumore, garantendo presenza, sostegno, dando dignità, rispetto ed aiuto a persone (pazienti e familiari) che vivono una fase molto difficile della vita.
- a **SPAZIO LILT** per terminare la struttura e rendere operativi gli ambulatori, le aree dedicate alla riabilitazione oncologica, il settore della formazione e del volontariato.

Sarà possibile trovare **tutte le informazioni necessarie** a comprendere il funzionamento e lo scopo della nuova campagna 5X1000 tramite:

- materiale informativo (presso farmacie, negozi e studi professionali);
- informazioni presso la nostra sede;
- informazioni telefoniche;
- online sul nostro sito.

**Se sei un'azienda** e vuoi aiutarci a promuovere il 5x1000, contatta:

**Laura Schiapparelli**

Via Belletti Bona 20 -13900  
Biella (BI)

Mail: [l.schiapparelli@liltbiella.it](mailto:l.schiapparelli@liltbiella.it)

Tel: 015-8352111 Fax: 015-8352112

[www.liltbiella.it](http://www.liltbiella.it)

## NOTE IMPORTANTI

- Destinare il tuo 5x1000 non ti costa nulla.
- E' importante indicare la destinazione del proprio 5x1000 dell'IRPEF, altrimenti rimane allo Stato.
- Non sostituisce l'8x1000.
- Coloro che non devono presentare la dichiarazione dei redditi (UNICO o 730) possono devolvere il 5x1000 attraverso il CUD. Per fare ciò ci si dovrà recare presso gli uffici postali o a un CAAF e consegnare gratuitamente la scheda relativa alla destinazione del 5x1000 allegata al modello CUD debitamente compilata e firmata entro lo stesso termine di scadenza previsto per la presentazione della dichiarazione dei redditi Mod. UNICO.

La scheda allegata al modello CUD dovrà essere consegnata in una busta chiusa su cui apporre:

- la dicitura "scelta per la destinazione del cinque per mille dell'IRPEF"
- l'anno al quale si riferisce la certificazione
- il proprio codice fiscale, il cognome e il nome

# La prevenzione in numeri

## Tante le visite ambulatoriali presso LILT Biella

Il 2013 è stato un anno ricco di nuove iniziative e di eventi positivi per LILT Biella.

I lavori a SPAZIO LILT sono continuati senza sosta, molte sono state le iniziative promosse in occasione delle diverse Campagne ma, soprattutto, le visite presso gli ambulatori di Via Belletti Bona 20 sono proseguite a ritmo serrato.



Considerando che gli ambulatori a Biella sono solo due a cui se ne aggiungono altrettanti grazie alle delegazioni LILT di Ronco Biellese e Mongrando, i numeri raggiunti sono davvero stupefacenti e degni di nota. In un anno di attività, **LILT Biella ha rafforzato e aumentato il numero di visite ambulatoriali**, in particolare modo quelle dermatologiche e dietologiche e ha attivato nuovi servizi, quali l'ambulatorio medico di agopuntura per i malati oncologici, lo Sportello Informativo Oncologico e la prevenzione del diabete e dei danni ad esso correlati, grazie ad una col-

laborazione con Fand Biella. A tutto questo si aggiungono anche i numeri del Centro Antifumo, della senologia, dell'urologia, i colloqui psicologici e la grande mole di lavoro svolta nelle scuole.

In totale, **nel 2013 sono state effettuate ben 4.847 visite**. Un risultato importante che, però, è solo una piccola anticipazione di quello che avverrà a SPAZIO LILT, dove contiamo di effettuare circa 20 mila visite di prevenzione l'anno.

Naturalmente, **l'Hospice "L'Orsa Maggiore"** ha avuto un ruolo di grande valore nel settore assistenziale, congiuntamente a quello del fondamentale servizio di **Cure Palliative Domiciliari**.

L'impegno ed il lavoro di questi anni sono il frutto di grandi sforzi e di tanta passione ma il merito è soprattutto delle persone che ci hanno aiutato e sostenuto e che hanno pensato a noi, lasciandoci eredità senza le quali oggi non staremmo costruendo SPAZIO LILT; aziende che hanno creduto nel nostro impegno, donne e uomini che, anche con piccole donazioni, hanno contribuito al mantenimento dei servizi.

Insieme abbiamo portato avanti con grinta la lotta contro il cancro e con l'aiuto di tutti continueremo a combattere per un domani in cui questa patologia possa non fare più paura.

# 3271

VISITE PRESSO  
I NOSTRI  
AMBULATORI

# + 314

COLLOQUI  
PSICOLOGICI

# + 1222

VISITE DOMICILIARI  
PER CURE  
PALLIATIVE

# + 40

ACCESSI PRESSO  
LO SPORTELLO  
INFORMATIVO  
ONCOLOGICO

# 4847

# La missione di LILT

## Biella: "prendersi cura"

Alla LILT di Biella l'accoglienza alla persona inizia sin dalla prima telefonata o nel momento in cui si entra per la prima volta nella nostra sede per proseguire poi con incontri presso gli ambulatori, o se il caso, a domicilio. Ecco alcune testimonianze.

**FRONT OFFICE:** "La scorsa settimana ho letto una frase che mi ha fatto particolarmente riflettere: **"Quando curi una malattia puoi vincere o perdere. Quando ti prendi cura di una persona vinci sempre"**. In questa affermazione ho trovato quello che guida la mia quotidianità alla LILT e che, sin dal primo giorno, mi ha fatto pensare che **lo scopo e la priorità del mio lavoro sono accogliere le persone che entrano in contatto con la nostra realtà e, appunto, prendermene cura.**

Che sia per effettuare una visita di prevenzione, un colloquio psicologico, una seduta di agopuntura per alleviare i dolori della malattia o, ancora, per effettuare una donazione a favore di SPAZIO LILT o dell'Hospice, l'attenzione che ripongo nei confronti di ogni singola persona è la medesima.

Talvolta, mi trovo di fronte a chi desidera condividere una situazione o che necessita di una parola di conforto; in questi casi, sono felice di poter dare il mio piccolo contributo per farli star meglio. Altre volte, invece, capita che preferiscano stare in silenzio e che non vogliano esternare la loro situazione, in entrambi i casi, anche con il silenzio della voce ma non del cuore, cerco di rendermi utile".

Come si percepisce dalle parole di Chiara Moranino, alla base c'è sempre il massimo rispetto. Quello che all'apparenza ha le sembianze di un "semplice lavoro d'ufficio", ha, nel

profondo, **un insieme di qualità umane indispensabili a chi si occupa di persone, soprattutto nel settore oncologico.**



**Chiara Moranino** Responsabile del front-office di LILT Biella

**CURE DOMICILIARI:** "Per me la malattia è una vera e propria lotta, un lotta continua su tantissimi fronti: contro la malattia, certo, ma anche contro i miei pensieri e contro i sentimenti di solitudine e di abbandono con cui noi malati ci rapportiamo costantemente. Purtroppo, molta gente si allontana da chi è malato e questo rende necessario "tirare fuori" tante energie, tante di più di quante mai si penserebbe di poter avere.

Affrontando continuamente gli alti e bassi dovuti all'andamento della malattia o alle difficoltà del quotidiano, a volte, **non si ha più voglia di lottare.** Però, a fronte di chi ti abbandona, ci sono altre persone che ti amano e che ti trasmettono i loro sentimenti, ti danno forza: grazie a loro, **basta una telefonata, una parola, che allora ricominci a mettercela tutta, sperando, e ti dici di nuovo: "Ok, ce la devo fare!"**.

**Io sono contentissima della vostra associazione e parlo sempre tanto di voi: spiego quanto mi avete aiutato e quanto siete stati presenti e rapidi nel darmi il vostro aiuto.** Ricordo una volta in cui avevo bisogno di una consulenza senologica, perché mi erano comparsi altri sintomi e avevo paura: avete dimostrato tanta sollecitudine nei miei confronti e mi siete venuti incontro tenendo conto di come stavo".

"Ogni settimana vedo la psicologa che viene a casa; per me lei è indispensabile ed è anche grazie a lei che riesco a superare i momenti bui. Lei mi accompagna e mi aiuta a ritrovare fiducia in me stessa, nella mia vita e a credere nei miei progetti. Parlo di passato, presente e futuro, anche quando il futuro non lo vedo. Oggi posso dire che, con la malattia tumorale, nonostante la malattia, o forse anche grazie alla malattia tumorale, ho una mia dimensione di persona che è cresciuta e maturata". **Roberta, 46 anni**

**HOSPICE: Il signor M.** che due anni fa è stato in Hospice al fianco della giovane moglie, torna spesso nella struttura: "Alle volte, quando ne parlo, la gente mi prende per pazzo quando dico che io qui in Hospice sono stato bene. **Io qui ho mangiato per l'ultima volta con mia moglie, le ho dato l'ultimo bacio, le ho detto che l'amavo, ho condiviso gli ultimi problemi concreti dei nostri bambini. Io all'Hospice non ero solo, ero con lei e c'erano con me tante persone che mi aiutavano.** Io all'Hospice sento il bisogno di tornare ogni tanto, di salutare chi mi ha aiutato, di dare uno scorcio alla camera, di vedere le persone che sono agli uffici al piano terra..."

# Delegazioni LILT Biella

## La prevenzione "sotto casa"

Oltre alla sede principale di LILT Biella, sita in via Belletti Bona 20, negli ultimi anni sono nate due Delegazioni collocate in punti-chiave del territorio biellese, con lo scopo di **essere presenti in modo capillare sul territorio provinciale** ed per essere più vicini a tutti i cittadini offrendo prevenzione e assistenza letteralmente "sotto casa". Le Delegazioni di LILT Biella si trovano a Ronco Biellese e a Mongrando e rappresentano, dinanzi alle problematiche legate alla malattia tumorale, un punto di riferimento sia per gli abitanti del Comune nel quale hanno sede le delegazioni, sia per quelli dei Comuni limitrofi.

**Le attività attualmente presenti nelle Delegazioni sono: ambulatorio psico-oncologico, ambulatorio dermatologico, ambulatorio senologico, ambulatorio dietologico, centro Antifumo, e il nuovissimo servizio di prevenzione del diabete in collaborazione con FAND.**

È forte il rapporto che lega i Sindaci delle Delegazioni a LILT Biella, un rapporto di collaborazione, di amicizia e stima reciproca.



**Carla Moglia, Sindaco di Ronco B.**

“La Delegazione LILT di Ronco rappresenta un punto di riferimento per tutta la popolazione, un baluardo della salute e della prevenzione. I cittadini effettuano le visite molto volentieri; il fatto di avere la salute e la prevenzione “sotto casa” trasmette un senso di sicurezza alle persone. Inoltre, da tempo, abbiamo deciso di dedicare uno spazio alle attività di LILT sul sito del Comune [www.comune.ronco-biellese.bi.it](http://www.comune.ronco-biellese.bi.it), nel quale pubblichiamo notizie e novità dell’Associazione.

Tengo molto a ringraziare la famiglia Angelico che ci ha permesso di realizzare gli ambulatori della delegazione e tutta la LILT di Biella per la preziosa collaborazione”.



**Gino Fussotto, Sindaco di Mongrando**

“La presenza della Delegazione di LILT Biella ha avuto ricadute positive non solo per Mongrando ma per tutta la Valle Elvo. I cittadini mostrano sempre più attenzione verso i servizi ambulatoriali offerti e ci aspettiamo che il nuovo servizio di prevenzione del diabete, realizzato grazie alla collaborazione con FAND possa ottenere lo stesso successo. La Delegazione di Mongrando è diventata come una grande famiglia; i volontari del posto sono entusiasti di farne parte e le persone che vengono a fare i controlli sentono e vivono questa atmosfera positiva, che unisce tutti. Sono convinto che con la forza e con la grinta che siamo soliti mettere nelle cose riusciremo ad ottenere grandi risultati”.

### DELEGAZIONE LILT RONCO B.SE

Via Martiri della Libertá 2 Tel. 015 8460458

ORARI : Lun 15.00/18.00 - Mar 9.00/12.30 - Gio 15.00/18.00

Si rivolge agli abitanti di: Bioglio, Pettinengo, Piatto, Ronco B.se, Selve Marcone, Ternengo, Valdengo, Vigliano B.se, Zumaglia.

### DELEGAZIONE LILT MONGRANDO

Via alle Scuole 6, Mongrando Curanuova Tel. 015 666715

ORARI : Lun 15.00/18.00 - Mar 9.00/12.30 - Gio 15.00/18.00

Si rivolge agli abitanti di: Borriana, Camburzano, Donato, Graglia, Magnano, Mongrando, Muzzano, Netro, Occhieppo Inferiore, Occhieppo Superiore, Pollone, Sala Biellese, Sordevolo, Torrazzo, Zimone, Zubiena.

# Marzo: mese della Prevenzione

## LILT Biella torna in prima linea nella “Settimana Nazionale per la Prevenzione Oncologica”

### SITUAZIONE TUMORI

Le statistiche stimano che, in Italia, nel corso della vita circa un uomo su 2 e una donna su 3 si ammalerà di tumore. Oggi in Italia, 2.250.000 persone vivono con questa malattia, di queste, 1.250.000 sono donne e, tra di esse, il tumore più frequente è quello della mammella (42%). Tra gli uomini prevale il tumore alla prostata. I dati dimostrano anche che circa 1.300.000 italiani sono lungo sopravvissuti, ossia, hanno avuto la diagnosi da più di 5 anni e sono spesso liberi dalla malattia e da trattamenti. Di questi, ben 800.000 hanno avuto la diagnosi da più di 10 anni.

### “SETTIMANA NAZIONALE PER LA PREVENZIONE ONCOLOGICA”

Se è vero che il tasso di incidenza è in crescita, rispetto al passato, è anche vero che la mortalità si è ridotta, certamente anche grazie alla prevenzione. Per questo, il mese di marzo rappresenta un mese molto importante non solo per LILT Biella ma per tutte le sezioni provinciali LILT d'Italia. È il mese della prevenzione, periodo in cui cerchiamo, come non

mai, di sensibilizzare e informare in modo corretto che la prevenzione passa soprattutto dalla tavola e dalle corrette abitudini alimentari.

Anche quest'anno, quindi, **dal 16 al 23 marzo torna la “Settimana Nazionale per la Prevenzione Oncologica”**, giunta, ormai, alla XIII Edizione.

Protagonista assoluto è, come sempre, l'olio extravergine di oliva, alimento principe della dieta mediterranea, difensore della buona salute e noto per le sue qualità protettive nei confronti di vari tipi di tumore (in particolare dell'apparato digerente e del carcinoma della mammella).

È questo il motivo per cui l'**olio extravergine d'oliva** è stato eletto **testimonial della Settimana Nazionale per la Prevenzione Oncologica**.

### INIZIATIVE LILT IN ITALIA

A livello nazionale la LILT sarà supportata dalla **Fondazione Campagna Amica** che divulgherà il materiale informativo e l'olio della salute in diversi punti strategici. Inoltre, **Terra Nostra** coinvolgerà circa 40 agritu-



rismi, sparsi sul territorio nazionale, i quali, con la collaborazione delle Sezioni Provinciali LILT, presenteranno l'olio extravergine.

Terra Nostra, raccoglierà 20 ricette tipiche regionali a base di olio extravergine di oliva dal titolo “Le ricette della buona salute” che saranno pubblicate dalla LILT e condivise offline e online, nel sito e su facebook. Anche la **Lega Calcio** ha confermato la partnership dedicando alla Settimana Nazionale per la Prevenzione la giornata infrasettimanale del campionato, fissata a mercoledì 26 marzo. Numerose altre iniziative coinvolgeranno i vari punti vendita **Eataly**.

# La settimana per la prevenzione oncologica di LILT Biella

Il mese della prevenzione rappresenta, ormai, un appuntamento importantissimo per LILT Biella, utile per informare correttamente, sensibilizzare e rendere consapevoli che l'arma migliore contro i tumori resta sempre la prevenzione. **La prevenzione, se fatta su larga scala, è in grado di ridurre le patologie oncologiche del 30%.**

Per il tredicesimo anno consecutivo, quello che è stato soprannominato "l'olio della salute" sarà presente, per tutto il mese di marzo e aprile presso la sede LILT e le delegazioni di Ronco e Mongrando.

Per tutto il mese di marzo, in oltre **40 farmacie** e in **numerosi negozi** del Biellese saranno disponibili le bottiglie di olio extravergine di oliva con etichetta LILT, a fronte di un'offerta minima di 10 euro.

Le occasioni di sensibilizzazione ad un corretto stile di vita alimentare, quest'anno si moltiplicano, infatti, grazie alla presenza dei volontari di LILT Biella, saremo presenti con uno stand:

- **Sabato 15 e domenica 16, sabato 22 e domenica 23 marzo, presso il centro commerciale Gli Orsi di Biella, vicino all'entrata dell'Ipercoop.**
- **Sabato 22 e domenica 23 marzo, presso il Gardenville di strada Trossi a Biella.**
- **Sabato 22 marzo, in Via Italia, all'altezza di piazza Santa Marta.**

**VISITE DI PREVENZIONE SU UNITÀ MOBILE.** Durante la settimana della prevenzione, inoltre, LILT Biella metterà a disposizione l'Unità Mobile, situata presso Piazza Martiri della Libertà a Biella. All'interno sarà

possibile effettuare visite di prevenzione, su prenotazione.

Inoltre, la dietista di LILT Biella effettuerà una valutazione antropometrica (calcolo della massa grassa, massa magra, acqua, ecc.).

## LA SOLIDARIETÀ DI NORDICONAD E LA "CONFEZIONE DELLA SALUTE":

**Olio, pasta e pelati presso i 10 supermercati Conad del Biellese.**

La vera novità di quest'anno, è rappresentata dalla collaborazione con **Nordiconad**: infatti, grazie alla vicinanza ed alla disponibilità più volte attivamente confermata, a sostegno di SPAZIO LILT, **da giovedì 20 a sabato 22 marzo**, verrà distribuita nei punti vendita **Conad** della provincia di Biella la "**Confezione della Salute**": una busta in tessuto con-

tenente l'olio extravergine d'oliva di LILT Biella, una confezione di pasta e una di passata Bio offerti da Conad, il tutto a fronte di un'offerta minima di 13 euro.

La scelta di questo trio di alimenti non è casuale, anzi, fanno parte della "tutta nostra" dieta mediterranea.

"Conad è molto felice di partecipare a questo progetto che evidenzia una particolare sintonia con gli obiettivi della LILT" – afferma Mauro Ronco,



Direttore dell'Area Piemonte e Valle d'Aosta. "Nella settimana della prevenzione oltre a raccogliere fondi

per una giusta causa, nello specifico si parlerà anche di educazione alimentare. La nostra cooperativa è da molti anni impegnata in iniziative dedicate alla diffusione della sana alimentazione, ed in particolare con il progetto "Mangiando si impara" ha già raggiunto oltre 3.000 alunni delle scuole elementari del Nord Italia.

I prodotti che verranno messi a disposizione, pasta e passata, sono di alta qualità, tipica dei nostri prodotti a Marchio e provengono da coltivazioni biologiche, settore in cui da qualche anno stiamo investendo per mettere a disposizione dei nostri clienti un prodotto sempre più sano."

Il ricavato delle donazioni derivanti dalla Campagna Olio 2014, sarà destinato alla costruzione di **SPAZIO LILT**, il nuovo centro Oncologico per la prevenzione, la diagnosi precoce e la riabilitazione.

Ricordiamo che **l'olio extravergine di oliva della Settimana Nazionale per la Prevenzione Oncologica è un olio D.O.P.**

**Per conoscere tutte le iniziative di LILT Biella in occasione della Settimana Nazionale per la Prevenzione Oncologica contatta: LILT Biella**

Via Belletti Bona 20 -13900 Biella  
Tel: 015-8352111 – Fax 015-8352112  
eventi@liltbiella.it o visita il sito  
www.liltbiella.it



# P

# Consigli pratici di prevenzione: il dodecalogo della salute in pillole

Zero fumo, cibo, sport e tanta prevenzione. Ecco le indicazioni date dagli esperti del prestigioso Policlinico Universitario Agostino Gemelli di Roma. 12 semplici regole da seguire per vivere in salute!

## CONSIGLI "SOTTO MANO"

**1) Non fumare:** fumo, attivo o passivo che sia, è la prima causa accertata di morte per cancro al polmone.

**2) Controllo Bilancia:** mantenersi snelli per tutta la vita. Molti tumori derivano da scelte alimentari non corrette. In particolar modo, si stima che l'obesità aumenti di molto il rischio di insorgenza di tumori del pancreas, delle vie biliari, del tratto gastrointestinale, alla mammella e alle ovaie nelle donne in post-menopausa, alla prostata negli uomini.

**3) Fare attività fisica tutti i giorni:** è importante non condurre una vita sedentaria, infatti, basterebbe una camminata veloce per almeno mezz'ora al giorno. Giorno dopo giorno, ci si sentirà meglio e il corpo sarà in grado di prolungare l'esercizio fisico fino ad un'ora.

**4) Evitare il consumo di bevande zuccherate, di alimenti ad alta densità calorica. Mangiare ogni giorno frutta e verdura:** solitamente, i cibi ad alta densità calorica sono quelli precotti, confezionati e industrialmente raffinati come i cibi serviti nei fast food. Le bevande zuccherate o gassate sarebbero da evitare perché forniscono abbondanti calorie senza aumentare il senso di sazietà. Un'alimentazione equilibrata e ricca di frutta e verdura, cereali e legumi è risultata infatti collegata a un minore rischio individuale di tumori. Infine, limitare il consumo di carni rosse ed evitare il consumo di carni conservate.

**5) Limitare il consumo di bevande alcoliche:** per chi consuma regolarmente vino rosso a tavola, si consiglia di limitarsi ad una quantità pari ad un bicchiere di vino (da 120 ml) al giorno per le donne e due per gli uomini. Gli alcolici, in generale, aumentano il rischio di tumori specialmente del cavo orale, della faringe, della laringe e dell'esofago, nonché del fegato.

**6) Abbronzatura e tintarella sì, ma protetti e con giudizio:** l'esposizione ai raggi ultravioletti (Uv), rappresenta un importante fattore di rischio per lo sviluppo del melanoma.

**7) Prestare attenzione ai cancerogeni nell'ambiente:** evitare l'esposizione ad agenti cancerogeni ambientali come le diossine e i pesticidi, altra causa nota di cancro. Con questi anche il radon e l'amianto.

**8) Occhio ai segnali che ci manda il corpo:** rivolgersi a un medico se si nota la presenza di una ferita che non guarisce, un neo che cambia forma, sanguinamenti anormali o un cambiamento delle abitudini intestinali e urinarie.

**9) Fai controlli regolari anti cancro all'utero:** le donne possono partecipare a programmi di screening attraverso l'effettuazione del Pap-test, ogni tre anni nella fascia di età fra i 25 e i 64 anni.

**10) Autopalpazione per il tumore al seno:** se è vero che oltre il 90% dei tumori del seno viene scoperto autonomamente mediante l'autopalpazione, ricordiamo che è fondamentale effettuare gli screening di prevenzione consistenti nella mammografia, che rappresenta l'esame diagnostico fondamentale.

**11) Prevenire, il cancro del colon retto con due esami:** il test per la ricerca del sangue occulto nelle feci e la colonscopia nei soggetti risultati positivi a detto test.

**12) Previeni epatite B ed epatite C:** sono le principali cause di epatite acuta e cronica, cirrosi e carcinoma epatico. Per l'epatite B è disponibile un vaccino che è obbligatorio per tutti i nuovi nati e per i bambini sotto i 12 anni.

\* Puoi staccare e conservare questo inserto.

INSERTO SALUTE\*  
MARZO 2014  
a cura di



Sezione Provinciale di Biella - Onlus

www.liltbiella.it

Settimana Nazionale per  
la Prevenzione Oncologica  
16-23 Marzo 2014

# L'olio e le sue proprietà benefiche

L'olivo o ulivo è il **fiore all'occhiello della dieta mediterranea**, con origini antichissime che risalgono a più di seimila anni fa, quando veniva coltivato in Medio Oriente. I Fenici diffusero l'albero di ulivo in tutto il bacino del Mediterraneo ma furono i Romani che provarono a riprodurlo in ogni territorio conquistato. L'Italia, insieme alla Spagna, è uno dei più grandi produttori di olio di oliva al mondo e la maggior parte della produzione proviene dal sud della nostra penisola.

L'olio extra vergine di oliva è un alimento derivato dalla drupa, il frutto che nasce dalla trasformazione delle mignole (i fiori dell'ulivo) e si ottiene dalla selezione di

olive fresche di prima qualità, che vengono centrifugate e filtrate, senza ricorrere all'utilizzo di sostanze chimiche, per far in modo che il prodotto conservi tutto il patrimonio nutrizionale del frutto. L'olio extra vergine di oliva è uno dei grassi naturali più indicati per una sana alimentazione, non soltanto per il suo sapore e per il suo aroma, ma anche perché è in grado di apportare benefici al nostro organismo.

La FDA, ente Statunitense che effettua controlli sulla sicurezza alimentare e sui farmaci, riconosce i benefici per la salute dell'olio extra vergine d'oliva che, favorendo l'assorbimento delle vitamine liposolubili, **riduce i livelli di colesterolo "cattivo" e previene problemi di tipo cardiovascolare e attacchi cardiaci**. Contiene vitamina E, una sostanza che possiede un effetto antiossidante e che **contrasta i radicali liberi**, e la provitamina A che protegge la pelle e la vista ed è in grado di influire sulla fertilità. L'olio extra vergine, inoltre, protegge dal tumore al seno, riducendo l'attività del gene Her-2/neu responsabile del proliferarsi di questa neoplasia, oltre ad avere un ruolo protettivo anche nei confronti dei tumori del primo tratto digerente, dell'endometrio, delle ovaie e della prostata. È anche un efficace antinfiammatorio grazie all'azione di una sua molecola, l'oleocantale. Inoltre, facilita l'attività epatica, regola quella intestinale e contribuisce al miglioramento dell'attività della cistifellea, riducendo anche il rischio di calcolosi biliare. Ovviamente, è fondamentale che il prodotto sia di ottima qualità. Esistono, infatti, alcune caratteristiche generali di qualità, come la fluidità dell'olio (una consistenza eccessivamente densa e pastosa è indice di un prodotto di qualità inferiore), la rotondità, l'equilibrio costante degli aromi, e le diverse sfumature di colore, tutte comprese fra il verde e il giallo, dovute ad alcune molecole ed ad alcuni pigmenti presenti in natura nelle olive.

**Ma attenzione a non eccedere nelle quantità. La "giusta misura" è sempre alleata del buon senso.**



## CURIOSITÀ SULL' OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA

Quando capita di avvertire una sensazione di pizzichio alla gola mentre si gusta l'olio extravergine di oliva non c'è da preoccuparsi, anzi, è segno di un tocco di salute. Infatti, questa sensazione dipende dall'oleocantale, una sostanza antinfiammatoria che possiede gli stessi effetti di un antidolorifico chiamato ibuprofene, che pare abbia anche un effetto antitumorale. Per chi è afflitto da stitichezza cronica si consigliano un paio di cucchiaini di olio al mattino, a digiuno.

# Olio

## Prezioso alleato di bellezza

### RICETTE DI BELLEZZA

L'olio è anche un potente alleato per la bellezza del nostro corpo.

Moltissime civiltà del passato utilizzavano l'olio nelle cure di bellezza.

La cosmesi moderna ha riscoperto le proprietà benefiche dell'olio extra vergine di oliva per la cura del corpo, in particolar modo per quella della pelle, delle unghie e dei capelli.

Ma come mai l'olio è così speciale? Diversi studi dimostrano che la composizione in grassi dell'olio è simile allo strato lipidico della pelle e questo ne fa un anti-età naturale.

La **vitamina E** aiuta a contrastare i radicali liberi, che sono responsabili del processo di invecchiamento, lo **squalene** è in grado di penetrare negli strati più profondi della pelle e rinnovarla quando è indebolita dai detergenti aggressivi o dai raggi solari, la **vitamina A**, impedisce la secchezza delle mucose, gli **acidi grassi insaturi** prevengono i disturbi della pelle come la psoriasi e l'acne, il **beta-carotene** dona elasticità alla pelle, agisce come antirughe e filtro per i raggi ultravioletti.

È, inoltre, in grado di idratare la pelle, di contrastare pruriti e rossori ed attenuare le cicatrici e le smagliature.



### COSMESI FAI DA TE A BASE DI OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA

#### STRUCCANTE

Prendere un batuffolo di cotone e bagnarlo con acqua calda. Dopo aver tolto l'acqua in eccesso, versare qualche goccia di olio extra vergine di oliva e passarlo sul viso e sul collo, togliendo delicatamente il trucco.

#### SCRUB

Prendere una manciata di sale grosso o fine (dipende se si ha la pelle sensibile o meno) e mischiarlo all'olio di oliva nella giusta quantità. Strofinare sulla pelle del corpo e risciacquare.

#### MASCHERE VISO

Per creare una maschera purificante e distensiva, mescolare insieme olio, miele e argilla in polvere. Per una maschera nutriente, mescolare insieme olio, miele e yogurt.

#### MASCHERA PER CAPELLI

Un impacco di olio è utilissimo per i capelli secchi e sfibrati, infatti, li ristruttura, li nutre e li ammorbidisce. Prendere l'olio e spalmarlo sui capelli; pettinare delicatamente e coprire il capo. Tenere l'impacco per un'oretta e poi procedere con lo shampoo.

#### PER LE UNGHIE

Immergere le unghie in un impacco al limone e olio per circa 10 minuti. Questo metodo è il migliore per rinforzare le unghie e farle crescere più velocemente.



### CONSIGLI UTILI

- Ottimo rimedio per le screpolature delle labbra è riscaldare in una tazzina di porcellana dell'olio extra vergine di oliva e applicarlo sulle zone irritate con un batuffolo di cotone.
- Per attenuare i dolori dei reumatismi, è utile mescolare dell'olio di oliva con un po' di canfora fino a che questa si sia sciolta e, successivamente, massaggiare la parte interessata.

# L'esperto risponde

## Sportello Informativo Oncologico: punto di riferimento per il malato e la sua famiglia



### COME E QUANDO CHIEDERE L'INVALIDITÀ CIVILE IN CASO DI MALATTIA ONCOLOGICA

A partire dal 2010, le domande di invalidità civile, di indennità di accompagnamento e di riconoscimento dei benefici della legge 104/92 devono essere presentate esclusivamente per via telematica: ciò non deve spaventare, perché la procedura è abbastanza agevole anche per chi non è per nulla esperto nell'uso del computer.

Il percorso da seguire, infatti, si articola in due momenti:

Il **primo momento** consiste nel rivolgersi al proprio medico curante e precisare che si intende fare richiesta

di invalidità civile, indennità di accompagnamento e/o riconoscimento dei benefici della legge 104/92.

Il medico compilerà online la certificazione necessaria per poter poi inoltrare la domanda vera e propria all'INPS e rilascerà all'interessato una ricevuta.

E' necessario che il proprio medico sia un medico certificatore, ossia che sia abilitato all'inoltro telematico: nel caso (raro) in cui non lo fosse, sarà il professionista stesso ad indicare a quale altro medico potersi rivolgere, oppure si potrà consultare sul sito dell'INPS l'elenco dei medici certificatori;

Il **secondo momento** consiste nell'inoltro all'INPS, entro 30 giorni, della domanda vera e propria sulla base della certificazione medica già compilata in precedenza.

Anche tale richiesta deve essere fatta per via telematica e può essere effettuata o direttamente dall'interessato accedendo ai servizi per il cittadino dal sito dell'INPS, purché si sia in possesso di un codice personale di accesso (PIN), oppure tramite un qualsiasi patronato.

**Attenzione:** nel modulo è bene specificare che la richiesta viene fatta per un malato oncologico, perché in questo caso i tempi di attesa si riducono notevolmente. Dopo aver trasmesso la domanda, si dovrà attendere di essere visitati dalla Commissione Medica della propria ASL, che valuterà lo stato di salute del soggetto interessato: in base al verbale che verrà redatto, si saprà a che cosa si ha diritto.

**Da non dimenticare:** è un diritto del malato farsi accompagnare alla suddetta visita dal proprio medico di fiducia.

**Enrica Parlamento – Avvocato Responsabile dello Sportello Informativo Oncologico di LILT Biella**

**Lo Sportello Informativo Oncologico di LILT Biella**, è nato per fornire risposte chiare sui diritti e le agevolazioni che spettano al malato oncologico e ai suoi familiari. Questo servizio sarà implementato all'interno di SPAZIO LILT.

**ORARI:** Lo Sportello Informativo Oncologico è aperto **dal lunedì al venerdì dalle 9.00 alle 12.30** e dalle **15.00 alle 18.00**. Gli incontri sono su appuntamento e si possono fissare telefonando al numero: **015-8352111**.

Il servizio è **gratuito**.

# Parla la nostra dietista

## La salute si conquista e si conserva soprattutto a tavola

Per mantenersi in salute è fondamentale seguire una **corretta alimentazione**, sia sul piano qualitativo che su quello quantitativo, per prevenire situazioni di sovrappeso e di obesità o, peggio ancora, malattie cronico-degenerative come il diabete e l'ipertensione o malattie oncologiche. L'alimentazione, unita all'attività fisica, contribuisce a **fornire l'energia** indispensabile al buon **funzionamento dell'organismo**.

L'**ambulatorio dietologico e dieto-oncologico di LILT Biella** propone un servizio rivolto a persone affette da patologie quali: **malattie tumorali, obesità, patologie cardiovascolari, dislipidemie, diabete, patologie dell'apparato digerente e ipertensione correlate a sovrappeso**.

Di seguito, proponiamo l'intervista fatta alla nostra dietista, la **Dott.ssa Clotilde Tucci** (nella foto), alla quale abbiamo posto qualche domanda riguardo alle giuste regole alimentari.



### **MOLTO SPESSO, IL TERMINE DIETA SI ASSOCIA AL MANGIAR POCO. È DAVVERO COSÌ?**

Il termine dieta significa mangiare in maniera sana ed equilibrata, senza privarsi di alcun nutriente e variando la propria alimentazione a ogni pasto. Spesso, però, questa parola viene utilizzata con un significato inesatto, intesa come l'assunzione limitata di cibo dovuta ad un particolare stato patologico o ad un eccessivo accumulo di peso corporeo. Insomma, nel lessico comune la dieta ha assunto il significato di dimagrire, di pesare i cibi e di mangiare ciò che, solitamente, riteniamo poco appetibile ma, in realtà, alimentarsi correttamente significa adottare una dieta che sia in grado di soddisfare i bisogni fisiologici del corpo, rispettando i tre pasti principali della giornata e i due spuntini e ricordandosi di bere almeno 1,5 litri di acqua al giorno.

### **ESISTE UNA DIETA IDEALE?**

La dieta ideale è personalizzata ed impostata in base a vari parametri come l'età, il sesso, il peso, il fabbisogno calorico e le condizioni di salute. Una dieta equilibrata, soddisfa le esigenze fisiologiche dell'organismo ma, cosa molto importante, appaga i sensi e si armonizza con la sfera psicologica, aiutandoci a stare meglio sotto vari punti di vista. Non esiste una dieta ideale, esiste più che altro il mangiar sano e il mangiare ciò che ci fa stare bene.

### **QUANDO DOBBIAMO RIVOLGERCI AD UNO SPECIALISTA PER UNA DIETA?**

È opportuno rivolgersi ad uno spe-

cialista quando è necessario seguire una dieta controllata, personalizzata ed equilibrata per il bene della nostra salute, che tenga in considerazione diversi parametri fisiologici e nutrizionali. Lo specialista gioca un ruolo importante nei casi di patologie che sono legate, direttamente o indirettamente alla nutrizione, poiché in grado di elaborare piani dietetici adatti alle esigenze del paziente, seguendolo nel tempo e misurando i progressi della dieta.



Inoltre, è necessario consultare uno specialista per ricevere una corretta educazione alimentare, le cui regole dovrebbero essere seguite da tutti noi per mantenere uno stato di benessere e di salute a lungo termine e elaborare un piano alimentare basato sulle necessità personali. Un ottimo esempio è rappresentato dalla nostra dieta mediterranea, basata sull'importanza del consumo giornaliero di frutta e verdura, di cereali, legumi e dell'olio extra vergine come condimento.

# Intervista al Questore di Biella Salvatore Arena

In un pomeriggio di neve abbiamo intervistato il nostro Questore e alla domanda su cosa pensa della prevenzione, ci ha risposto così.

## **COSA PENSA, DOTT. ARENA, DELLA PREVENZIONE?**

La considero fondamentale e alla base di tutto; è il mezzo migliore per evitare di trovarci in situazioni tali da doverci poi arrendere. Per me la prevenzione, per quel che concerne la salute, è ad ampio spettro, quindi è prevenzione oncologica, ma anche controlli periodici in generale. Alla luce della mia esperienza, ritengo che sia un ottimo strumento che ci aiuta a conoscere meglio anche noi stessi.

## **ESISTE UN PARALLELISMO TRA LA PREVENZIONE ONCOLOGICA E LA PREVENZIONE FATTA DALLA POLIZIA DI STATO?**

Personalmente vedo molti parallelismi e ne parlerei iniziando con il sottolineare la differenza tra prevenzione e repressione. La repressione è un atto di forza estrema e potente, alle volte inevitabile: è quella che si verifica in alcune situazioni che i corpi della Polizia di Stato si trovano a gestire in circostanze di grave rischio, a tutela della legalità e della serenità pubblica. Per i tumori la repressione è quando bisogna intervenire duramente per sconfiggere un male che dilaga e che va arginato con terapie potenti.

La prevenzione, invece, è quella che anche noi, come polizia, facciamo incessantemente: è andare a scuola e spiegare ai più giovani i pericoli di internet, facendo sentire che noi ci siamo per tutelare; è intervenire, sempre a scuola, per parlare di bullismo, portando esempi concreti; è evidenziare il pericolo della guida in stato di ebbrezza.

Ma per me prevenzione significa vicinanza e chiarezza, con solide e importanti basi che poggiano sull'informazione e la giusta comunicazione. Vale nel nostro lavoro e dà risultati importanti e, naturalmente, è fondamentale in campo oncologico.

## **LEI FA PREVENZIONE?**

Ogni anno mi sottopongo ad esami clinici generici, faccio visite di prevenzione urologica e dermatologica; in questura abbiamo promosso le visite di prevenzione e le conferenze proposte dalla vostra Associazione e spero che ripeteremo queste iniziative anche quest'anno.

Dico sempre che: "Noi siamo quello che viviamo e viviamo quello che siamo"; è quindi fondamentale vivere meglio e in questo interviene la prevenzione, con la programmazione di visite e controlli.

## **MOLTE PERSONE HANNO PAURA DI AVVICINARSI ALLA DIAGNOSI PRECOCE. COSA NE PENSA?**

Penso che non serva a niente "nascondere la testa sotto la sabbia". Dobbiamo affrontare ogni giorno con determinazione quello che la vita ci propone. Non fare prevenzione è andare non solo contro se stessi, ma anche contro le persone che sono con noi. **La prevenzione è un atto di responsabilità, che esprime gli obblighi che noi abbiamo verso, moglie, marito, figli, famiglia.** Molte persone hanno noi come riferimento, affetto e aiuto. Ecco perché è fondamentale.

## **COSA NE PENSA DEL NUOVO PROGETTO SPAZIO LILT?**

Come dicevo, noi abbiamo sposato con entusiasmo le iniziative di LILT Biella. Guardo con piacere e soddisfazione l'impegno della LILT e della gente biellese per migliorare. Riguar-

do al nuovo Centro i risultati si vedono: chi ha dato il proprio denaro per il progetto entro la fine di quest'anno potrà vedere ultimata questa struttura che spero possa essere un punto di riferimento per Biella, ma anche per il Piemonte e per la vicina Lombardia.



Desideriamo ringraziare il Questore per la vicinanza che ci ha dimostrato rilasciando questa intervista. La prevenzione è un gesto fatto per sé e segno non solo di responsabilità, ma anche di amore per chi ci sta vicino e, come dice il dott. Arena: **"La prevenzione ha un volto gentile; ti viene incontro sorridendo"**. Noi di LILT Biella appoggiamo e sentiamo pienamente nostra questa visione.



# L'accoglienza della famiglia in Hospice

Abbiamo chiesto alla Dottoressa Anna Porta, psicologa – psicoterapeuta, da molti anni attiva all'interno dell'Hospice "L'Orsa Maggiore", di parlarci di un aspetto molto importante: l'attenzione nei riguardi dei famigliari.

"In hospice siamo soliti dire che **quando entra un ospite in struttura, entra in realtà tutta la sua famiglia** e questo perché, in effetti, l'équipe non si prende solo cura del malato, ma, in maniera differente anche di tutti i membri della famiglia. Tutta l'équipe ha seguito corsi di formazione specifica relativa alla comunicazione con il paziente inguaribile e la famiglia. Vero è che non c'è una famiglia uguale all'altra e non c'è una storia uguale all'altra. Questo vuol dire che ogni singola situazione, quando presenta delle criticità, viene discussa ed affrontata da ogni operatore confrontandosi con gli altri membri dell'équipe esperti in quel campo nell'ottica della interdisciplinarietà.

**La decisione di entrare in hospice è comunque una scelta difficile**, ed è accompagnata da paura e sensi di colpa.

La **paura** è determinata dal fatto che il nome stesso della nostra struttura è legato inevitabilmente alla morte e l'entrare qui la rende più "vera" e più vicina, anche se a volte i pazienti vengono ricoverati per la ricalibratura della terapia farmacologia o per sollevare, per un tempo determinato, le famiglie provate da lunghe assistenze. I **sensi di colpa**, per quanto riguarda la mia esperienza, sono presenti in

moltissimi familiari dei nostri ospiti e i motivi addotti sono molti: "avrei potuto fare di più...", "avrei potuto tenerlo a casa...", "avrei dovuto accorgermi io prima...", eccetera. Ma, in realtà, **tutti i familiari fanno per i loro cari tutto quanto è per loro possibile fare**. Il senso di colpa somma struggimento a struggimento, quasi ad espiare la colpa di sopravvivere al proprio caro, di non essersi ammalati al posto suo. Come dicevo prima le storie sono veramente moltissime e tutte le persone che ho incontrato nell'arco dei miei nove anni di lavoro in hospice sono persone speciali.

Cosa facciamo noi, équipe, per accogliere le famiglie che entrano in hospice? Al di là delle terapie somministrate ai pazienti che sono parte imprescindibile, qualificante, nonché qualificata del nostro approccio, argomento su cui non entro perché non è di mia competenza, **noi ascoltiamo** i nostri ospiti e i loro cari. Ogni professionista ha un orecchio più esperto degli altri nel campo che gli appartiene, ma tutti sanno rilevare se ci sono difficoltà emotive o relazionale e quindi me lo riferiscono, dandomi la possibilità di lavorare sia con i colleghi per aiutarli a meglio comprendere cosa accade in quel contesto specifico, sia con le famiglie, per sostenerle in un momento di grandissima importanza nella loro vita, un tempo segnato dalla perdita.

**Per dare alle famiglie uno spazio esclusivo**, al momento dell'ingresso viene loro fissato un appuntamento con me, perché possano raccontare

i loro vissuti relativi alla malattia e alla terminalità del loro caro, per affrontare con l'aiuto di esperto situazioni personali e familiari difficili da comprendere e sostenere, ma anche per dare a me e quindi all'équipe, la possibilità di conoscere meglio il paziente e la sua famiglia, dandoci quindi gli strumenti per personalizzare l'assistenza, costruendola attorno alla specificità del malato e alle peculiarità della sua famiglia".

È un grande riconoscimento per tutto il Biellese l'incarico conferito a quello che è stato per anni il "volto" principe delle Cure Palliative Biellesi, il Dott. Carlo Peruselli. Il 29 ottobre, durante il Congresso Nazionale indetto ed organizzato dalla Società Italiana di Cure Palliative, il Dott. Peruselli, già membro del Direttivo, ha ricevuto la nomina a Presidente della Società Scientifica, settore del quale è a capo operativamente dal 1 dicembre del 2013 fino al 1 dicembre del 2016.

Il Dott. Peruselli è attualmente anche il Direttore Scientifico dell'Hospice "L'Orsa Maggiore"



Dott. Peruselli  
Presidente della SICP

# Corporate Donors

## Un gesto di solidarietà per il territorio, un valore aggiunto alla tua azienda

Da sempre, LILT Biella offre servizi di prevenzione a tutta la popolazione biellese, con l'obiettivo di salvaguardare il benessere delle persone e sconfiggere un male che purtroppo, colpisce sempre più individui. In questa lotta continua, portata avanti con forza e determinazione sappiamo di non essere soli. Infatti, nonostante la crisi che sta attraversando il nostro territorio, **sono tante le aziende che decidono di sostenere la Lotta ai Tumori**, insieme a noi.

Così, **piccole, grandi e medie imprese prestano attenzione a temi di rilievo sociale e, per quanto possibile, donano** il loro contributo secondo diverse modalità, con l'obiettivo di partecipare al benessere della popolazione, del territorio in cui operano e dei loro dipendenti.

LILT Biella ha costituito un riconoscimento particolare a tutte le aziende amiche che hanno deciso di essere al suo fianco per sostenere la lotta contro i tumori.

Il **Corporate Donors** è un marchio che si affianca al marchio dell'azienda e ne **mostra la sensibilità e l'impegno nel sociale e nel proprio territorio**.

Entrare nel Corporate donors di LILT Biella è semplice e permette di dar voce alla responsabilità sociale ed etica.



### IVANTAGGI DI FAR PARTE DEL CORPORATE DONORS SPAZIO LILT

- Aumenta la visibilità del proprio marchio e della propria azienda
- Migliora la reputazione e la credibilità dell'azienda stessa
- Contribuisce a costituire un elemento di differenziazione sul mercato e rispetto ai concorrenti
- Ha un impatto positivo su tutti gli attori dell'azienda (stakeholder) e in particolare contribuisce a fidelizzare i propri clienti
- Apre la possibilità di raggiungere nuovi target
- Accresce il senso di appartenenza dei propri dipendenti
- Offre importanti vantaggi fiscali: ogni donazione in denaro a LILT Biella, in quanto ONLUS, è deducibile dal reddito sino al 10% del reddito dichiarato e sino ad un massimo di 70.000,00 Euro (art. 14, comma 1 del D. L. 35/05 convertito in legge n. 80 del 14/05/2005), oppure, è deducibile dal reddito fino a 2.065,83 Euro o al 2% del reddito (all'art. 100, comma 2 lettera H del Testo unico delle imposte sui redditi).



Le aziende al nostro fianco sono valide alleate per LILT Biella ma, cosa molto importante, **dietro a queste imprese si nascondono persone speciali, disponibili e attente** alle nostre attività. Persone che non guardano solo al profitto, ma anche al valore aggiunto dato dalla causa che si sostiene, soprattutto se ha una ricaduta sul territorio in cui opera.

Grazie alle aziende del Corporate Donors e a numerosi enti, associazioni, fondazioni, gruppi, aziende ad oggi abbiamo raggiunto grandi risultati, ma abbiamo ancora bisogno di aiuto e sostegno per completare SPAZIO LILT entro il 2014.

Se sei un'azienda e vuoi contribuire a questa grande opera contatta:

Gabriella Sinigaglia - corporate@liltbiella.it

# Imprenditori responsabili

## Il punto di vista delle aziende e delle persone vicine a LILT Biella



“SPAZIO LILT è un progetto grandioso e deve essere sostenuto da tutti noi. Siamo tutti contenti ed emozionati

per questo grande passo. La prevenzione è importante tanto quanto la cura. Personalmente, ho deciso di inaugurare l'entrata nel Corporate Donors accendendo anche una stella virtuale”.

**Stefano Morengi, Titolare Studio infermieristico Associato Biellese – Corporate Donors**



“Credo nel progetto locale, credo che LILT Biella sia una realtà sana. Pertanto, credo in questo passo verso la

LILT e di poterla aiutare al meglio”.

**Lidia Seggiaro, Titolare Hotel Agata di Biella – Corporate Donors**

“SPAZIO LILT è un progetto importante a livello sociale e per il territorio Biellese. Per noi è un onore poter sostenere questa Associazione e



dare il nostro contributo alla popolazione. In passato abbiamo organizzato diverse iniziative con LILT, ad esempio, in occasione di Edilfesta. Nel 2013 abbiamo coinvolto Dario Ballantini che è diventato testimonial dell'Associazione e, insieme, siamo riusciti a dare un contributo importante a LILT Biella. In futuro continueremo ad esserci con lo stesso entusiasmo di oggi”.

**Marco Trada, Junior Manager di Edilnol – Corporate Donors**



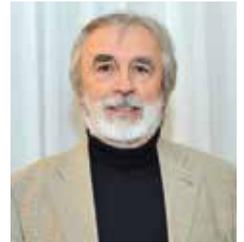
“Dal 2000, la Fondazione ha sempre affiancato la LILT. Quando ho sentito parlare di SPAZIO LILT

per la prima volta ho pensato: “E' un sogno!”, ma ora che ci passo davanti tutti i giorni, capisco che è importante credere nei sogni. La Fondazione continuerà a sostenere LILT Biella per qualsiasi esigenza o necessità. SPAZIO LILT sarà un polo oncologico importante non solo per il Biellese ma, credo, anche per tutta l'Italia e potrà essere un volano per affrontare la crisi di questo momento”.

**Ada Landini, Vice Presidente Fondazione Cassa di Risparmio**

“Conosco LILT Biella fin dai primi

tempi e sono stato coinvolto come fornitore oltre che in tante manifestazioni, ma, soprattutto, ho avuto il piacere



di contribuire alla realizzazione di SPAZIO LILT. Credo che sia doveroso dare una mano sia a livello personale che a livello di azienda”.

**Franco Borlo, Titolare Robinson – Corporate Donors**



“Lauretana non ha mai dimenticato le proprie origini e radici. Noi siamo presenti sul territorio Biellese e so-

steniamo, da sempre, la prevenzione. Siamo orgogliosi di aver potuto contribuire alla realizzazione di SPAZIO LILT e continueremo a sostenere LILT Biella”.

**Daniela Laurella, Responsabile Marketing di Lauretana – Corporate Donors**

“LILT Biella rappresenta un fiore all'occhiello nel nostro territorio e ha bisogno di aiuto e sostegno per portare



avanti un progetto speciale: SPAZIO LILT. Siamo entrati nel Corporate perché come azienda dobbiamo impegnarci, pensare al territorio e contribuire alla lotta contro i tumori”.

**Bruna Gabba, Titolare di Gabba Salumi – Corporate Donors**

“Siamo vicini a tutte le iniziative che possono coinvolgere il sociale ma, soprattutto, siamo vicini alle per-



sone di LILT Biella: serie, concrete, propositive e che si danno da fare per rendere il futuro migliore”.

**Carlo Riccardi, Azimut**

# www.liltbiella.it

## Benvenuti sul nostro nuovo sito



Lilt Biella » Servizi » Sostienici » Hospice » Eventi Solidali » News » Informati sui tumori »



Ad un anno dall'apertura del nuovo Centro Oncologico, LILT Biella decide di mostrare un nuovo volto sul web, quanto più dinamico e coinvolgente possibile.

Oltre ad una grafica innovativa e user-friendly, LILTBiella.it vuole raggiungere i suoi utenti per fornire loro in modo rapido, semplice e diretto, tutte le informazioni necessarie per essere sempre aggiornati in materia di prevenzione.

Proprio per questo, all'interno di ogni pagina di navigazione è possibile trovare una **comoda guida virtuale chiamata "Strumenti di Prevenzione"**; al momento gli approfondimenti toccano i temi relativi a alimentazione, benessere, prevenzione del tumore al seno, della pelle e del tumore alla prostata, lotta al tabagismo e consigli pratici per una corretta educazione alimentare dei giovani in età evolutiva.

In un'ottica di interattività sempre maggiore **sono inoltre disponibili diversi test on-line** studiati per aiutare l'utente ad avere una visione sempre più chiara del proprio stile di vita: "Sei un genitore informa-

to?", "Prostata: valuta il tuo livello di rischio", "Scopri come smettere di fumare senza ingrassare" e, congiuntamente alla nostra newsletter elettronica settimanale, **contenuti d'interesse generale** per la salute, come consigli pratici per la prevenzione dei calcoli renali o indicazioni su come esporsi al sole senza rischi. Grazie anche alla **preziosa colla-**

### ARTICOLI DI INTERESSE



**Preveni i calcoli renali**  
Posted by admin in Articoli di interesse



**Dieta Detox post vacanze**  
Posted by admin in Articoli di interesse



**Zenzero spezia del Natale**  
Posted by admin in Articoli di interesse

**borazione con la Fondazione 3Bi, Biblioteca Biellese**, attiveremo presto una sezione del nostro sito con contenuti sempre nuovi e di carattere scientifico-divulgativo.

Sempre **online è possibile prenotare la propria visita di prevenzione** comodamente da casa.

Anche **sostenere LILT Biella è ancora facile sul web: basta un click sul pulsante rosso DONA ORA** per

PER UN FUTURO SENZA TUMORI

**DONA ORA**

dedicare la propria donazione libera a LILT Biella; inoltre, grazie alla **piattaforma www.spaziolilt.it, interamente dedicata ai gadget ed alle bomboniere solidali**, è possibile sostenere la realizzazione del nuovo Centro Oncologico semplicemente con un click, scegliendo tra una grande varietà di oggetti che rendono davvero speciale il valore dello shopping e delle occasioni importanti.

NEWSLETTER ELETTRONICA



**Ti aspettiamo on-line**, registrati alla nostra newsletter elettronica settimanale:

**http://www.liltbiella.it/passaparola**. Sei già iscritto? Dillo a un amico, aiutaci a diffondere il valore della prevenzione.

Per maggiori informazioni scrivi a: **m.cimmino@liltbiella.it**

# Il cielo virtuale di SPAZIO LILT: luce per la vita

Sono oltre 500 le stelle accese sinora per sostenere la Lotta ai Tumori, in particolare per la realizzazione del Nuovo Centro Oncologico SPAZIO LILT.

Accendere una stella può essere un regalo per sé o per gli altri, può essere un modo per festeggiare un momento speciale della propria vita condividendolo con chi crede in un futuro senza cancro, oppure ancora può essere la scelta di ricordare una persona cara, mettendo il suo nome, la sua foto e anche una dedica che rimarrà nel tempo.

**Accendere una stella è sempre la testimonianza tangibile della propria sensibilità verso la vita e, quindi, un gesto d'amore.**

Un cielo sempre più stellato e luminoso.

Questo è un nostro importante obiettivo: **da 500 dobbiamo giungere a 1000 stelle.** Punti luminosi che brillino di speranza, quella speranza che, con SPAZIO LILT, prenderà forma e diventerà reale concretezza.



**STELLA RED:  
50,00 euro**



**STELLA GOLD:  
100,00 euro**



## ACCENDERE UNA STELLA È SEMPLICE, ECCO COME FARE:

- sul sito [www.spaziolilt.it](http://www.spaziolilt.it) alla sezione dedicata seguendo le istruzioni;
- con bonifico bancario, indicando "Stella RED o Stella GOLD" nella causale del versamento:  
Bonifico IBAN: IT06R0326822300001886529120 Banca Sella  
Bonifico IBAN: IT20Q0609022300000053670580 Biverbanca  
Bonifico IBAN: IT56M0306922300100000101339 Intesa San Paolo
- Con versamento su C/C Postale n. 13749130, indicando "Stella RED o Stella GOLD" nella causale del versamento;
- Con un up mobile, inquadrando il QR Code con il tuo smartphone



Per maggiori informazioni scrivi a:  
[m.cimmino@liltbiella.it](mailto:m.cimmino@liltbiella.it)

**DONA 50 euro**



**DONA 100 euro**



**UP BANCA SELLA**  
MOBILE

# I social network

## Un effetto virale a sostegno della solidarietà e delle buone azioni

E' ormai diventato un fenomeno mondiale quello dei social network, un'onda che ha travolto tutti i Paesi connessi alla rete, compresa l'Italia, non sempre all'avanguardia nel consumo del web. I social network hanno aperto e modificato le frontiere della comunicazione digitale: sono in grado di integrare diversi servizi e di espandere a dismisura la nostra capacità di comunicare. Si potrebbero definire come **vere e proprie piazze** virtuali capaci di trasformarci in agenti attivi di campagne a favore di quello in cui crediamo e il valore aggiunto di questi mezzi è che si possono comunicare temi importanti con semplicità.



LILT Biella è presente su 4 social network: facebook, twitter, google+ e pinterest. Ognuno di essi possiede caratteristiche speciali e uniche: ad esempio, pinterest comunica tramite il solo utilizzo di immagini, twitter è il social dell'informazione veloce e semplice, facebook e google+ sono, invece, i social da "salotto" per comunicare una notizia con immediatezza. Ciascuno di questi social rappresen-



ta un valido alleato di LILT Biella, per raggiungere un numero sempre maggiore di persone e diffondere l'importanza della prevenzione. Sul web LILT Biella parla direttamente alla propria community, non c'è filtro; non solo le persone vengono tenute informate, ma vengono invitate ad unirsi alle campagne LILT e a promuoverle loro stessi. Il popolo del web diventa in tal modo attore in prima persona dell'efficacia della prevenzione. In particolare, **la pagina Facebook LILT Biella conta quasi 2800 fan ed è ideale per tenersi aggiornati e condividere le novità e iniziative, come "Scatta la tua Passione" e #Lauretana Back2LILT.**

I contenuti pubblicati nei social network di LILT Biella sono costantemente aggiornati con articoli di interesse che trattano di salute, di sana alimentazione, delle novità e delle scoperte nel campo della prevenzione, allo stesso tempo, mettono anche in luce ciò che accade all'Associazione, ciò che viene fatto e ciò che faremo e, perché no, anche i

nostri sogni e le nostre speranze per un domani in cui il cancro non farà più paura.

È così che le iniziative, le campagne e le azioni che fanno parte della mission della LILT prendono vita e si diffondono in modo facile e veloce, anche tra i ragazzi più giovani, ai quali è importante che arrivi, in modo chiaro, il concetto dell'importanza della prevenzione. Del resto, il linguaggio dei social media è immediato e parla la lingua dei giovani, è diretto e coinvolgente ma, soprattutto, ha una larga componente di interazione.

I social media, riescono a coinvolgere attivamente, a mobilitare un numero sempre più ampio di persone, per questo, rappresentano un beneficio per noi, poiché ci permettono di dare un valore aggiunto alle campagne di sensibilizzazione e ci consentono di interagire con tutti quelli che credono nel nostro lavoro.



**CERCA E AGGIUNGI  
LILT BIELLA AI TUOI  
CONTATTI.**

# #LauretanaBack2LILT

## L'acqua per sostenere la vita

Ideato da LILT Biella in collaborazione con Lauretana.



**Una catena virtuale della solidarietà che ha come tema l'acqua**, pensata appositamente per il popolo propositivo del web e nata per diffondere, in modo virale, **un messaggio di speranza: un domani in cui il cancro sia completamente prevenibile e curabile.**

L'acqua è un elemento indispensabile per tutti gli esseri viventi e per la Terra stessa, sinonimo di valori importanti, come la salute, i corretti stili di vita, il benessere, la bellezza del corpo, ma, soprattutto, la prevenzione.

Da questi valori condivisi, è nata l'iniziativa **#LauretanaBack2LILT**, che si pone l'obiettivo di promuoverli su facebook, attraverso l'utilizzo di **immagini evocative dell'acqua, selezionate e realizzate con il prezioso aiuto del fotografo Stefano Ceretti** e condivise all'interno dell'evento #LauretanaBack2LILT delle pagine di LILT Biella e Lauretana, create appositamente per l'occasione. Nel corso di questi ultimi anni il ruolo dei social media è divenuto fondamentale per riuscire a comunicare importanti valori con semplicità, diffondendo i messaggi in modo virale e contagioso.

LILT Biella ha scelto di sfruttare le particolarità positive del mezzo per parlare direttamente con le persone. Con l'iniziativa #LauretanaBack2LILT si vuole comunicare, attraverso le immagini e le dediche delle persone, che la prevenzione, sotto tutti i punti di vista, salva realmente la vita ed è fondamentale che tutti comprendano l'importanza di questo messaggio e ne facciamo tesoro.

Il meccanismo di diffusione del messaggio è semplice e basato sul potente

effetto del passaparola, e amplificato dal web: partecipando all'evento #LauretanaBack2LILT su Facebook, si sceglie la propria immagine preferita tra quelle proposte, si condivide e si pubblica con una dedica nella pagina dell'evento, nel proprio profilo privato e in quelli degli amici che, a loro volta, faranno lo stesso con altre persone. L'iniziativa è partita il 21 gennaio 2014 e ha già riscosso interesse da parte delle persone, che condividono le immagini e dimostrano apprezzamento con i like.

**Alla fine dell'iniziativa** (il termine è ancora da stabilire) **LILT Biella creerà un video con tutte le immagini e le dediche dei partecipanti, che verrà pubblicato sul canale youtube LILT Biella.**

**LAURETANA**  
L'acqua più leggera d'Europa



**LAURETANA**  
L'acqua più leggera d'Europa

**#LauretanaBack2LILT**

**LILT**  
L'INIZIATIVA PER LA PREVENZIONE DEL CANCRO  
prevenire è vivere  
Spazio Prevenzione Biella - LILT

# La prevenzione scende in campo

Con #Scatta la tua passione  
il protagonista sei tu



“Gioca d’anticipo, scegli la prevenzione”, è questo il claim scelto per presentare “Scatta la tua Passione”, un’iniziativa promossa da LILT Biella e Angelico Pallacanestro, in occasione dell’inizio del campionato 2013/2014, che coinvolge i tifosi della nota squadra rossoblu e chiunque voglia sostenere la lotta ai tumori attraverso uno scatto fotografico.

Le regole del gioco sono semplici e prevedono creatività e fantasia da parte di chi partecipa, infatti, **basta scattare una fotografia**, con qualsiasi tipo di supporto e in qualsiasi contesto, **capace di esprimere al meglio la passione e lo spirito rossoblu e inviarla sul sito [www.liltbiella.it](http://www.liltbiella.it)**, compilando un apposito form.

Le immagini inviate dalle persone vengono pubblicate e condivise sulla pagina facebook di LILT Biella e sul sito [www.liltbiella.it](http://www.liltbiella.it). Ma non solo.

Grazie al supporto del maxischermo del Palazzetto di Biella, Angelico Pallacanestro proietta, in occasione delle partite giocate in casa, le foto che mano a mano sono ritenute “migliori”: un modo speciale di ringraziare i tifosi per aver scelto di dar voce ad un messaggio importate.

Al termine del Campionato, una giuria esperta valuterà lo scatto più significativo e speciale tra le trenta foto migliore pubblicate su Facebook.

## LA PAROLA AI GIOCATORI



“Scatta la tua passione è un’iniziativa capace di far divertire le persone e, nello stesso tempo, di sensibilizzare alla prevenzione. L’utilizzo di Facebook coinvolge anche i più giovani; questo è molto importante. È bello vedere i nostri tifosi all’azione e spero che continuino a partecipare a questa bellissima iniziativa.”

**Niccolò De Vico**

“Da sempre, la mia famiglia fa visite di prevenzione, personalmente, ne ho effettuata una da poco e continuerò a farlo. Essendo uno sportivo faccio molti controlli e ritengo che sia indispensabile prenderci cura di noi stessi”.

**Matteo Chillo**

“Personalmente utilizzo molto Facebook e Twitter, i social network nei quali viene veicolata questa iniziativa. La potenza di questi mezzi sta nella capacità di sensibilizzare e diffondere i messaggi a macchia d’olio. Se utiliz-

zato per scopi nobili come la prevenzione, i social network diventano validi alleati”

**Eric Lombardi**

“Fare prevenzione è importante. È sicuramente meglio prevenire che curare una malattia. Questo concetto non è da sottovalutare. Se esiste la possibilità di controllare la salute del nostro corpo, tutti noi dovremmo sfruttarla. Una malattia, se presa in tempo, può essere sconfitta”.

**Marco Laganà**



# Volontari:

## una grande famiglia che lotta per un obiettivo comune

Fare volontariato presso una realtà come LILT Biella è una scelta importante, che prevede impegno e dedizione. Parte dalla voglia di combattere con tutte le forze e con grande positività una malattia che colpisce, ormai, un numero troppo elevato di persone: il cancro.

I volontari LILT Biella sono la linfa vitale e l'energia dell'Associazione e hanno il compito speciale di far sentire la nostra presenza sul territorio biellese, aiutando a svolgere lavori importanti, a seconda dell'area d'intervento in cui operano, in primis, scegliendo se fare volontariato in Hospice o sul territorio e a seconda delle proprie inclinazioni, dei propri interessi e delle proprie attitudini.

Il volontariato presso la nostra Associazione è soprattutto questo: un team di persone che collaborano al servizio degli altri.

### **VOLONTARIATO IN HOSPICE**

**“Fare la volontaria in Hospice è difficile e meraviglioso allo stesso tempo** perché ogni persona ci dà qualcosa di profondo. In 11 anni di volontariato non ho mai sentito stanchezza perché è sempre diverso e perché con gli anni e con l'esperienza si riesce a stare vicini a queste persone con una competenza maggiore. All'inizio non è facile, ti viene da fuggire, non sai cosa dire, poi si impara, si impara a come gestire queste cose e anche le proprie emozioni che a volte sono tanto forti.

A noi i malati non chiedono una risposta tecnica, ma ci chiedono di starli ad ascoltare, di guardare insieme le



loro vite. **Noi abbiamo la possibilità di vedere che qui le persone sono vive, si sentono vive e vivono ogni istante, fino alla fine. Fare il volontario in Hospice è un'esperienza che ti cambia dentro e ti fa diventare una persona diversa:** noi stessi viviamo pensando alla nostra precarietà e cambiamo la nostra scala di valori: c'è meno interesse per la materialità e tanto di più per il sentimento, per le persone... insomma, la sostanza!”

**Angela C.**

### **VOLONTARIATO SUL TERRITORIO**

“Ciò che mi ha spinto a diventare volontaria LILT è stata la **causa nobile per cui lotta l'Associazione**, volevo poter dare il mio contributo alla lotta contro i tumori.

Il **gruppo dei volontari** che operano sul territorio è **molto unito**; in tutte le occasioni d'incontro ci si sente compatti e come in una grande famiglia”.

**Simonetta A.**

### **TESTIMONIANZA DI SOLIDARIETÀ**

La Signora P. ha conosciuto LILT Biella tramite un'amica impegnata nel volontariato; conoscendo l'operatività dell'Associazione ha deciso di contribuire in un modo davvero originale: in occasione del suo 50esimo compleanno, ha chiesto ad amici e parenti di **devolvere l'importo dei regali alla LILT**. “Ho pensato di chiedere un “regalo” davvero speciale ai miei ospiti. LILT è un punto di riferimento fondamentale per il territorio e per questo **desidero che possa continuare a crescere**”.



# Bomboniere solidali

## LILT Biella:

per dare un valore doppio al proprio giorno speciale

**Belle, originali e adatte per qualsiasi occasione speciale** come matrimonio, battesimo, Comunione, Cresima, laurea, anniversario e ogni altra ricorrenza. Le bomboniere solidali di LILT Biella sono eleganti e realizzate a mano da esperte volontarie e consentono di soddisfare qualsiasi esigenza; infatti, sono disponibili in varie combinazioni di materiali, colori ed effetti, ed è possibile personalizzarle e renderle perfette in base ai propri gusti, ai colori scelti per abito, fiori ed addobbi ma, soprattutto, **trasformano i momenti importanti in un gesto d'amore e solidarietà**, dando un valore aggiunto alle bomboniere classiche: il valore della solidarietà.

Le bomboniere di LILT Biella trasmettono il messaggio di una scelta fatta col cuore e il piacere di condividerla con le persone più care.

### IL GIORNO PIÙ BELLO DELLA NOSTRA VITA: LE NOZZE

Il giorno delle nozze rappresenta il coronamento dell'amore della coppia di sposi, un giorno unico e speciale, da ricordare per sempre.

Al termine delle cerimonie, i commenti positivi e le dimostrazioni di gradimento per le bomboniere solidali LILT da parte degli sposi e degli invitati sono immancabili.

**Roberta e Cristian** hanno voluto scrivere questo messaggio nella pergamena della loro bomboniera:

“In occasione del nostro matrimonio abbiamo fatto una scelta con il cuore, pensando che un piccolo aiuto alla LILT di Biella possa essere considerato da chi ci vuole bene più costruttivo e gratificante di qualsiasi dono”.



Anche **Lucia e Davide** hanno scelto le bomboniere solidali LILT Biella per il loro matrimonio e hanno lasciato questa bella testimonianza:

“Abbiamo scelto le bomboniere LILT Biella perché da anni ci rivolgiamo alla vostra Associazione per la prevenzione dermatologica. Un servizio che funziona benissimo. Venendo alle visite, ho visto nella vostra vetrinetta alcune bomboniere che erano davvero bellissime. Ne ho parlato con Davide e abbiamo deciso che quelle erano le bomboniere “giuste” per il nostro matrimonio. Grazie di tutto.”

**Per scoprire le bomboniere solidali di LILT Biella** è possibile visitare il sito

[www.liltbiella.it](http://www.liltbiella.it) oppure rivolgersi a:

Marina Antoniotti

Via Belletti Bona 20, Biella – 13900 (BI)

Tel: 015-8352111 – Fax 015-8352112  
[m.antoniotti@liltbiella.it](mailto:m.antoniotti@liltbiella.it)

Rendi ancora più uniche le occasioni speciali con le bomboniere solidali di **LILT Biella**.

**LILT**  
 LINEA PROGRAM PER LA SOSTA SOSTENIBILE E SANA  
 prevenire è vivere  
 Associazione Provinciale di Biella - 13900

**Per i giorni speciali, scegli la solidarietà LILT.**

# Scegli come sostenere LILT Biella

## LASCITO TESTAMENTARIO:

richiedi la Guida Lasciti via mail - [I.schiapparelli@liltbiella.it](mailto:I.schiapparelli@liltbiella.it)

## DONAZIONE ON-LINE:

collegati al sito [www.spaziolilt.it](http://www.spaziolilt.it)

**5X1000** nella dichiarazione dei redditi a favore di:

LILT Biella - C.F. 90033250029

Hospice L'Orsa Maggiore - C.F. 90047340022

## BOMBONIERE:

richiedi il catalogo o scaricalo on-line dal sito [www.liltbiella.it](http://www.liltbiella.it)

## GADGETS SOLIDALI:

visita il sito [www.spaziolilt.it](http://www.spaziolilt.it)

## SCEGLI LA MODALITÀ DI VERSAMENTO CHE PREFERISCI:

- Offerte in denaro presso i nostri uffici;
- Tramite CC postale n.13749130;
- Tramite CC Bancario:

**BANCA SELLA** - IT 06 R 03268 22300 001886529120

**BIVERBANCA** - IT 20 Q 06 09 022300 000053670580

**INTESA SAN PAOLO** - IT 56 M 03069 22300 100000101339

- Attraverso il tuo smartphone con l'applicazione UP MOBILE di Banca Sella

Scarica l'applicazione **UP Mobile** da [www.upmobile.it](http://www.upmobile.it)  
e **дона 25, 50 o 100 euro** a favore di SPAZIO LILT

**DONA 25 euro**



**DONA 50 euro**



**DONA 100 euro**



**UP** BANCA SELLA  
MOBILE

Le erogazioni a favore di LILT Biella Onlus, escludendo quelle effettuate in contanti, sono deducibili o detraibili ai fini fiscali. Per questo è necessario conservare la contabile di versamento bancario o della carta di credito, o il bollettino postale quietanzato.



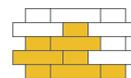
## STELLA RED: 50,00 euro

Stella virtuale personalizzabile con il tuo nome o quello di una persona cara e che farà parte del "cielo" di SPAZIO LILT.



## STELLA GOLD: 100,00 euro

Stella virtuale personalizzabile con nome, dedica e un'immagine e che farà parte del "cielo" di SPAZIO LILT.



## MATTONE: 25,00 euro

"Mattone" simbolico personalizzabile con una dedica e collocabile sul muro dei donatori che sarà posto all'interno di SPAZIO LILT.



## METRO QUADRO:

**2.000,00 euro**

Metro Quadro di SPAZIO LILT per sostenere direttamente la realizzazione dei locali.



DONAZIONE LIBERA

Le donazioni possono essere destinate al mantenimento dei servizi/ambulatori, alla gestione dell'Hospice L'Orsa Maggiore e per la costruzione di Spazio LILT.

**Con un lascito a  
LILT Biella proteggi il  
presente e garantisci  
il futuro di chi ami.**

Anche il tuo lascito  
può fare la differenza.



I lasciti e le eredità a favore di LILT Biella sostengono SPAZIO LILT, il nuovo centro di Prevenzione e Riabilitazione Oncologica. Un centro unico in Italia che permetterà di salvare tante vite.

Con il patrocinio e la collaborazione del



CONSIGLIO  
NAZIONALE  
DEL  
NOTARIATO



Sezione Provinciale di Biella - Onlus  
Via Belletti Bona, 20 - Biella -  
[www.liltbiella.it](http://www.liltbiella.it)

**Contattaci.**  
Saremo sempre lieti di inviarti il materiale esplicativo:

**Laura Schiapparelli**

Tel. 0158352111

[l.schiapparelli@liltbiella.it](mailto:l.schiapparelli@liltbiella.it)