

Il Gruppo IDA dell'Istituto Oncologico Romagnolo organizza un **Corso Gratuito** rivolto a donne operate al seno in chemioterapia:

# ALIMENTAZIONE E TUMORE AL SENO

un percorso di educazione alimentare prima, durante e dopo i trattamenti terapeutici

TEMATICHE DEL CORSO:

## **NutriAmo la prevenzione**

ruolo dell'alimentazione nella prevenzione oncologica,  
focus sui fattori di rischio alimentare

## **Come ci AliMentiamo?**

focus sulla relazione tra cibo e mente,  
perchè e come mai scegliamo  
alcuni alimenti rispetto ad altri

## **Curar mangiando**

rimedi alimentari utili a migliorare  
i disturbi più comuni indotti dalle chemioterapie

## **Alimentiamoci ConsapevolMente**

alimentazione equilibrata e stili di vita  
volti a diminuire i rischi ponderali  
causati da terapie e/o menopausa (indotta o naturale)

## Inizio del corso previsto per settembre

### **Per Informazioni e Iscrizione (necessaria e gratuita):**

sig.ra Lilia L. (Volontaria Gruppo IDA) - 349 1007654  
sig.ra Giuseppina D. (Volontaria Gruppo IDA) - 0543 28547  
sig.ra Paola R. (Volontaria Gruppo IDA) - 334 3511399  
dott.ssa E. Meggiolaro (Psicologa Psicoterapeuta) - 0543 733921 / 338 3162328

### **Sede del Corso:**

IRST di Meldola - Via Piero Maroncelli n. 40  
Istituto Oncologico Romagnolo di Forlì - Corso Mazzini n. 65

### **Il Gruppo IDA dell'Istituto Oncologico Romagnolo**

Il Gruppo IDA (Informazione - Dialogo - Aiuto) offre, da 10 anni, supporto emotivo e psicologico alle donne operate al seno, attraverso la conduzione di una psicologa psicoterapeuta. Nel Gruppo si possono trovare ascolto, informazioni e aiuto tramite la condivisione dell'esperienza di malattia e recupero con altre pazienti.

Tra gli scopi principali del Gruppo vi è la promozione di numerose iniziative finalizzate al miglioramento della qualità di vita delle donne operate al seno come, ad esempio: *incontri di informazione con medici specialisti* (oncologo, dietista, medico legale, fisioterapista, ecc), attivazione di un *Punto di Ascolto* presso l'U.O. Senologia di Forlì.

Il Gruppo si incontra il 1° e il 3° martedì di ogni mese dalle ore 16.00 alle ore 17.30 presso la Sede IOR di Forlì in corso Mazzini 65.

