

A.N.D.O.S. o n l u s

Associazione Nazionale Donne Operate al Seno



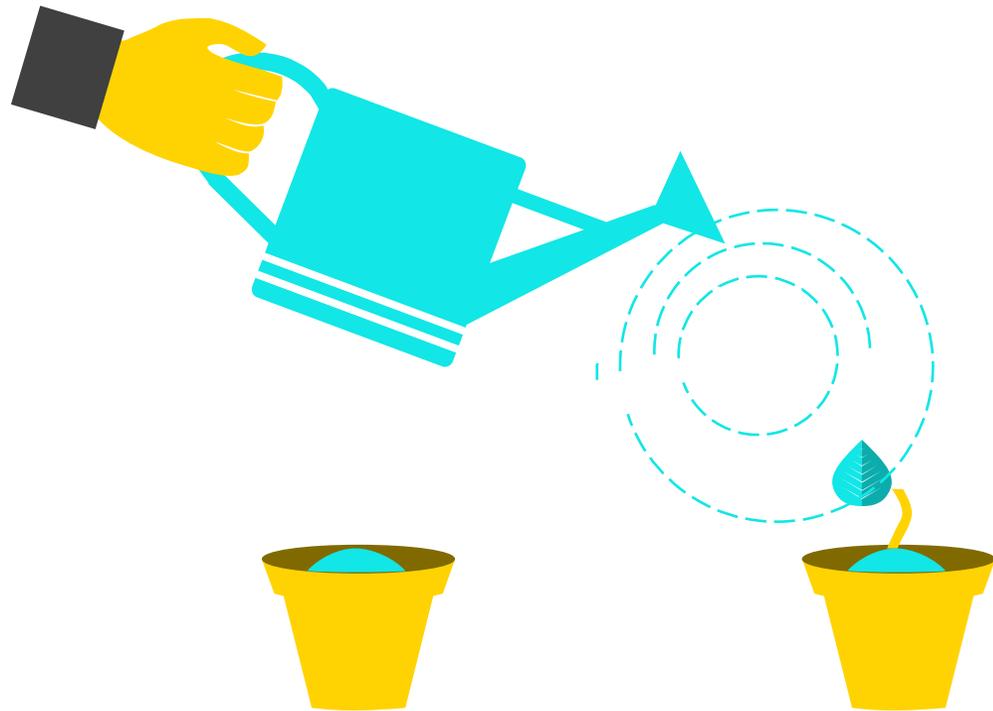
Comitato di Tolmezzo
"Matilde Cucchiaro"



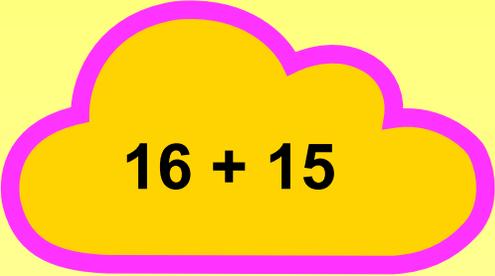


Assemblea Soci
Venezia 24 marzo 2019

Cosa abbiamo fatto nel 2018

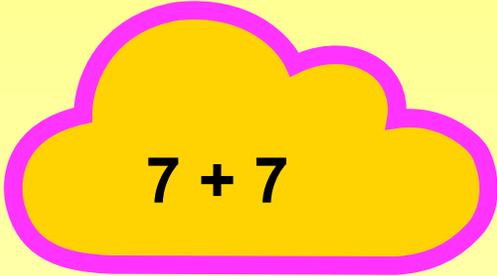


Promozione attività fisica



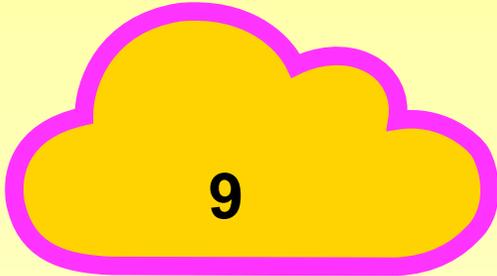
16 + 15

Ginnastica dolce



7 + 7

Autorieducazione posturale



9

Acquagym

Promozione attività fisica

Incontro:
Tecnica e benefici del Nordic walking.
5 ottobre a Tolmezzo



1336665

Settimana benessere

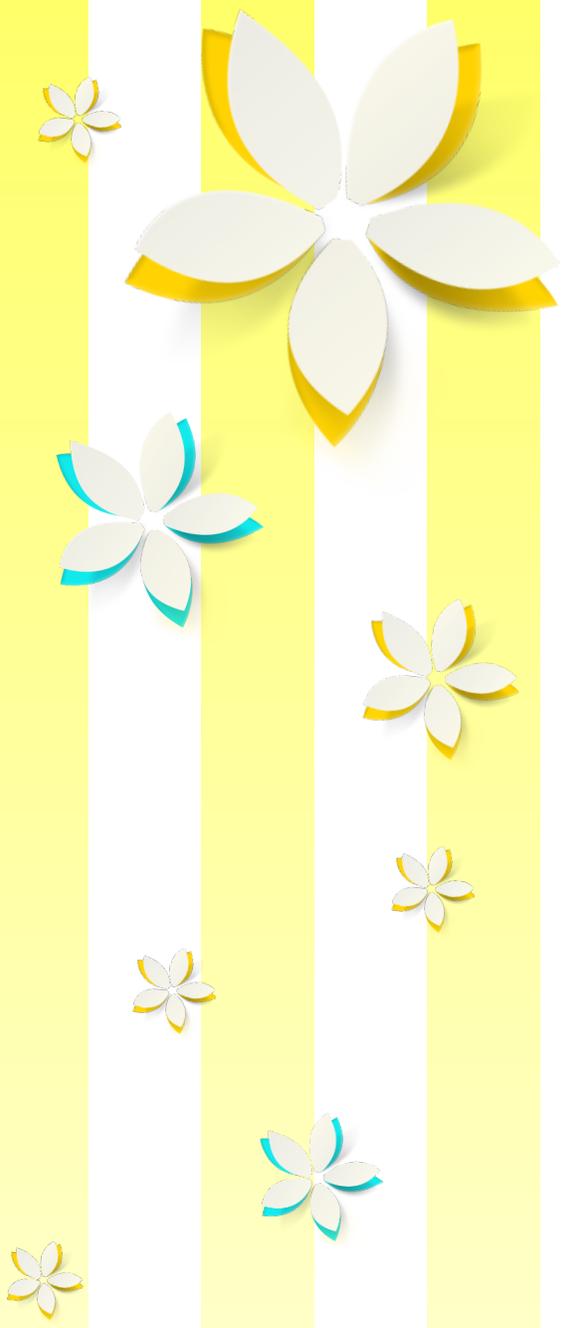


gettyimages
Lella Mendez

Bibione dal 9 al 16 giugno 2018



1336665

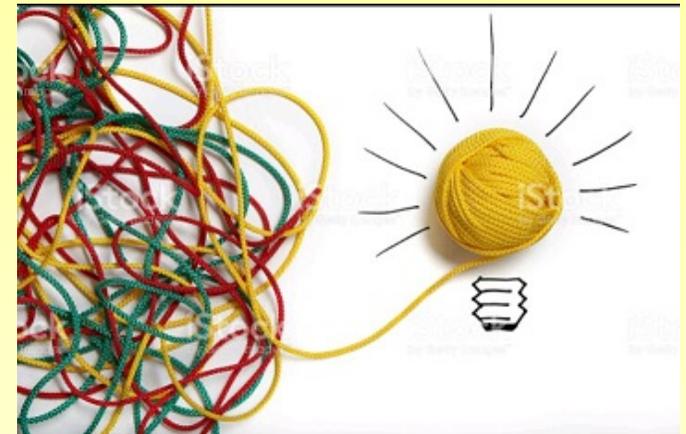


18 maggio 2018

NOVITA'
Incontro
informativo

Sportello diritti

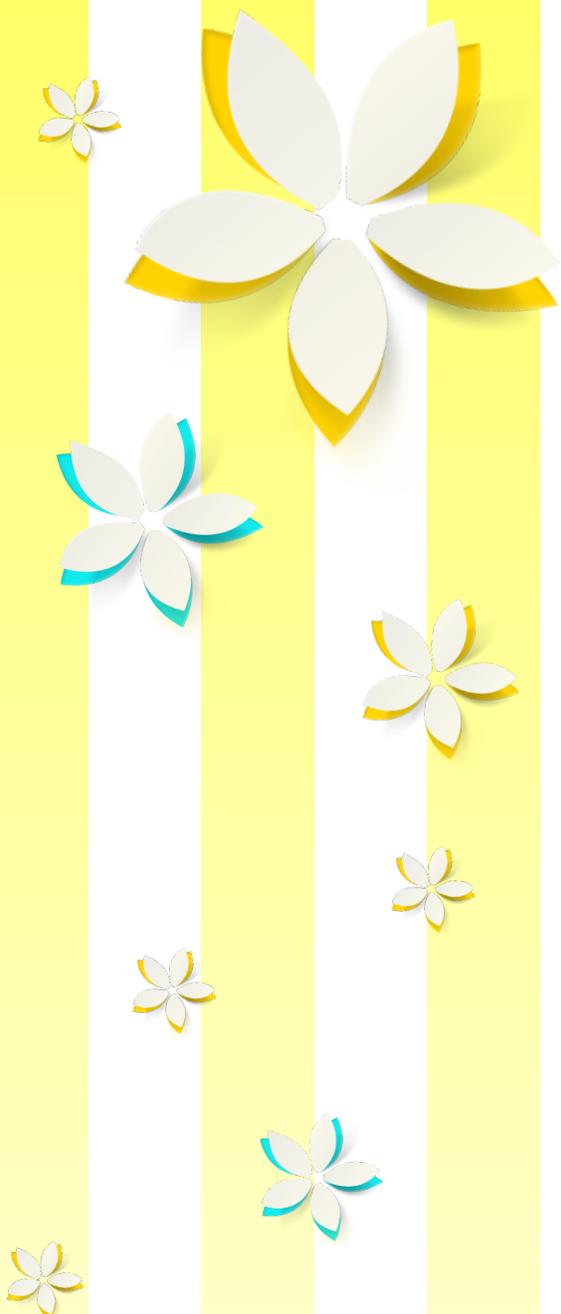
Tutela socio-sanitaria e facilitazioni di legge per la
donna operata al seno





**Servizio
protesi**

**Informazioni e consigli su protesi mammarie esterne e
corsetteria specifica**



Informazione

A.N.D.O.S. onlus
Associazione Nazionale Donne Operatrici di Seno

La *Forza* al
Femminile

La *Forza* al
Femminile

La *Forza* al
Femminile

La *Forza* al
Femminile

INFORMAZIONI UTILI
per te!



RICETTARIO

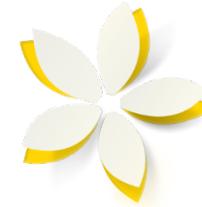
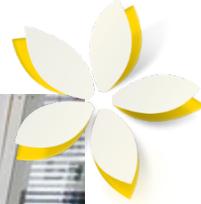
per una corretta
alimentazione

ESERCIZI PRATICI
per il benessere fisico

SESSUALITÀ E FERTILITÀ
DOPO IL TUMORE AL SENO
Un percorso in armonia



Attività a sostegno della prevenzione



Attività a sostegno della prevenzione



Informazione



in occasione di **"Ottobre Rosa"**

mesi mondiale della prevenzione del tumore al seno

I Comitati A.N.D.O.S. onlus del Friuli Venezia Giulia invitano tutti

sabato 29 settembre 2018

a Villa Manin - Passariano di Codroipo (Udine)

al Convegno:

**"Donne, ecco i nostri alleati:
screening, alimentazione e movimento"**

Programma:

Coordinatore: **Dott. Adriano Alfani** Medico-Chirurgo e membro del Consiglio Direttivo dell'A.N.D.O.S. Nazionale

9,30: Saluti del Vicepresidente e Accensione alla salute della Regione FVG, Riccardo Rizzardi, e del sindaco della Città di Codroipo, Fabio Marzulli

9,30: Introduzione al Convegno
Dott.ssa Rita Degrossi Presidente A.N.D.O.S. Nazionale

10,00-10,30: "Il programma regionale di screening mammografico: 10 buoni motivi per partecipare"

Dr. Francesco Sangalli Dirigente Medico Area prevenzione salute F.V.G.

10,30-10,50: "Alimentazione e stili di vita dopo la malattia oncologica: quali evidenze?"
Dal Lissa Patricia Sanguerella Dietista - Staff Scientifico presso l'ICD Istituto Europeo di Oncologia di Milano

10,50-11,30: "L'attività motoria quale misura preventiva per la patologia oncologica?"
Dal Lissa Silvia Raja Psicoterapeuta - ICD Istituto Europeo di Oncologia di Milano

11,30-11,50: "Alimentazione durante le cure oncologiche?"
Dal Lissa Lucia De Risi Dirigente medica ICD Oncologia Medica e Prevenzione Oncologica, ICD Aviano

11,50-12,00: Discorso

12,00-12,30: Pranzettiamenti e saluti



Comitato di Codroipo
e-mail: codroipo@andos.it

Comitato di Gorizia
e-mail: gorizia@andos.it

Comitato di Monfalcone
e-mail: monfalcone@andos.it

Comitato di Udine
e-mail: udine@andos.it

Comitato di Tolmezzo
e-mail: tolmezzo@andos.it

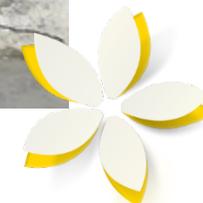
Comitato di Trieste
e-mail: trieste@andos.it

Comitato di Udine
e-mail: udine@andos.it

Con il patrocinio della Città di Codroipo



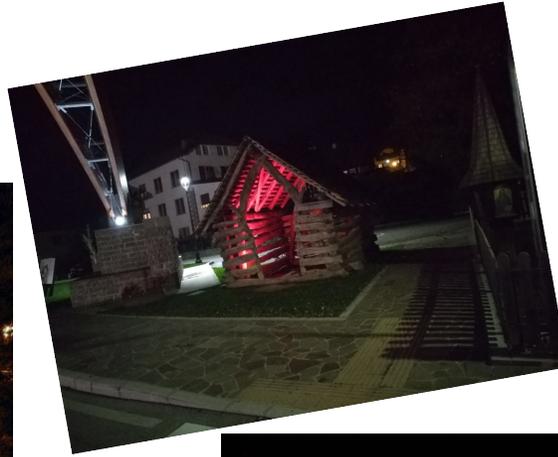
e il patrocinio della



Ottobre rosa



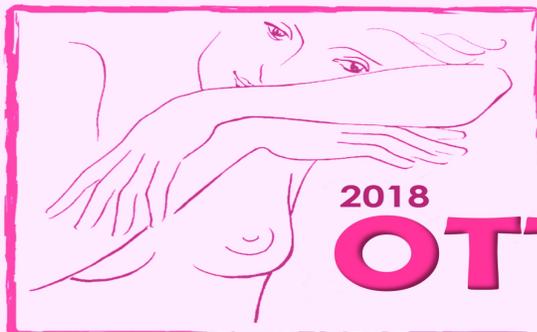
Ottobre rosa



Ottobre rosa



Ottobre rosa



ILLUMINIAMO LA PREVENZIONE

Il rosa è il colore che identifica la prevenzione. Illuminare di rosa, nel mese di ottobre, siti significativi di città e paesi è da anni una consuetudine che diverse associazioni mettono in atto per ricordare a tutte le donne l'importanza della prevenzione.

Il Comitato A.N.D.O.S. onlus di Tolmezzo, in collaborazione con i Comuni di Ampezzo, Comeglians, Forni Avoltri, Gemona del Friuli, Ovaro, Paluzza, Prato Carnico, Preone, Ravascletto, Rigolato, Tarvisio e Tolmezzo colorerà di rosa angoli del nostro territorio.

OTTOBRE ROSA

UN MESE PER LA PREVENZIONE DEL TUMORE AL SENO

Sul retro sono riportate tutte le informazioni

GRAZIE AL PATROCINIO E SOSTEGNO DEI COMUNI DI:



A.N.D.O.S. onlus
Associazione Nazionale Donne Operate al Seno
Comitato di Tolmezzo
"Matilde Cucchiaro"

INFO:
(+39) 0433 488700



OTTOBRE: MESE DELLA PREVENZIONE DEL TUMORE AL SENO

Durante il mese di ottobre i Comitati A.N.D.O.S. di Tolmezzo e Codroipo, in collaborazione con l'Azienda Sanitaria n.3, offriranno a tutte le donne di età superiore ai 40 anni l'opportunità di effettuare visite senologiche e/o prima mammografia gratuite, su prenotazione. Saranno anche fornite informazioni sui corretti percorsi per una diagnostica anticipata del tumore mammario e di quanto il servizio sanitario nazionale offre in tal senso alle donne (programmi di screening).

COME CONCORDARE TELEFONICAMENTE L'APPUNTAMENTO

**dal 21 al 28 settembre (escluso sabato e domenica)
dalle ore 14:30 alle ore 16:30**

TOLMEZZO	GEMONA	TARVISIO	SAN DANIELE	CODROIPO
Telefono: 0433 488700			Telefono: 349 590 3180	

QUANDO EFFETTUARE LE INDAGINI

**Visite senologiche e mammografie verranno effettuate durante il mese di ottobre
nelle sedi dell' Azienda Sanitaria n. 3 sopraindicate**

UN'INIZIATIVA DI:



A.N.D.O.S. onlus
Associazione Nazionale Donne Operate al Seno
Comitato di Tolmezzo
"Matilde Cucchiaro"



A.N.D.O.S. onlus
Associazione Nazionale Donne Operate al Seno
Comitato di Codroipo

IN COLLABORAZIONE CON:

REGIONE AUTONOMA FRIULI VENEZIA GIULIA
azienda per l'assistenza sanitaria
Alto Friuli, Collinare, Medio Friuli

mx

72

visite

22



Ottobre rosa

Mezz'ora

basta per

uno screening mammografico

efficace e gratuito



Ottobre rosa



Noi



00:00:54



abbiamo trovato il tempo!



00:00:07



Attività di aggregazione socio/culturale



Laboratorio





Attività di aggregazione socio/culturale



A.N.D.O.S. onlus
Associazione Nazionale Donne Operate al Seno
Comitato di Tolmezzo "Matilde Cucchiara"

"Primavera di Vita"
17 marzo 2018



Aggiornamento/formazione

36° CONGRESSO NAZIONALE

A.N.D.O.S. onlus
Associazione Nazionale Donne Operate al Seno
Organizzato dal Comitato di Fondi

FARE RETE
IL VOLONTARIATO E I VOLONTARI
COSA CAMBIA IN SENOLOGIA



FONDI (LT)
24 · 25 · 26 MAGGIO 2018
Auditorium Banca Popolare di Fondi
Via Appia Km 118,600



Tumore al seno. ribadito il valore della prevenzione

PIERINA GALLINA

Tutto con il fioco rima sul petto al convegno "Donne, occhi neri allati screening, all'attenzione e movimento" organizzato da sette donne presidenti dei comitati Andos di Codroipo, Gornita, Montebelluna, Fregene, Spilimbergo, Tolmezzo, Udine con la presidente nazionale Piera De Grassi e il dottor Adriano Adamo. In primo piano la salute delle donne prima, durante e dopo la malattia in un convegno affidato, dal taglio preciso autorevole nel mese mondiale della prevenzione del tumore al seno.

«Siamo un grande corpo con tante anime e ogni comitato è diverso, ma uguale. L'Andos è trasmissibile, il tumore no. Non dobbiamo lasciare che il male abbia il sopravvento», ha detto Fiora De Grassi. Nadia Doro (Codroipo), che ha donato ai relatori manifesti realizzati da donne del suo comitato.

Prevenzione ritorna alla ribalta dopo la malattia ha parlato il vicesegretario nazionale della salute del Pvg, Riccardo Riccardi, sottolineando il programma di screening mammografico che coinvolge all'avanguardia le donne italiane. Lo scorso anno la Fial ha scelto di dedicare allo screening il mese delle donne invitate il mese Francesco Gongo,...

defendendo il cancro alla mammella un problema di salute grave e diffuso, ha caldeggiato la prevenzione perché riduce la mortalità in termini importanti. Molte donne, purtroppo, non vogliono partecipare per vari motivi, eppure il Frial si avvale di 13 radiologi formati all'Istituto di Firenze ed effettuano almeno 5 mila mammografie l'anno; 125 mila gli appuntamenti annui, in 37 sedi, 6 giorni su 7 per 11 mesi e 500 mila lettere spedite, anche di sollecito.

«Dopo la diagnosi la vita cambia, ma la sopravvivenza è in crescita grazie anche a st...

le di vita e alimentazione», ha detto la dottoressa Patrizia Gargarella. «Per il malato è importante adottare stili di vita personalizzati, fare controlli periodici e seguire le raccomandazioni dei medici per peso e alimentazione evitando la dieta. Importante è fare attività fisica, aumentare il consumo di cereali integrali, frutta, verdura, legumi, variando il più possibile, limitare il sale, salsame, carni alla brace, alcol e bevande zuccherate, imparare a leggere le etichette e bere molta acqua.»



Aggiornamento/formazione



INCONTRI RAVVICINATI DEL TERZO SETTORE 2^A TAPPA



REGIONE AUTONOMA
FRIULI VENEZIA GIULIA



CENTRO SERVIZI
VOLONTARIATO FVG



Forum Terzo Settore



REGIONE AUTONOMA
FRIULI VENEZIA GIULIA
Comitato Regionale
del Volontariato



CTA COORDINAMENTO
TERRITORIALE
DI AMBITO

20 gennaio
28 marzo
UDINE

2 giugno
TOLMEZZO.

27-28 novembre
TOLMEZZO





Attività **GESTIONALI**

**Servizio
segreteria/accoglienza**



Attività GESTIONALI

Riunioni Direttivo:

24 gennaio

09 marzo

25 giugno

24 agosto

31 ottobre



Attività **GESTIONALI**

17 marzo
Assemblea ordinaria Soci
Rinnovo direttivo



Attività **GESTIONALI**

Erogazione contributi socie operate
Richiesta contributi ad Enti pubblici
Rinnovo pratiche assicurative



Attività **GESTIONALI**

Contabilità
Aggiornamento sito

Collaborazioni



A.I.R.C.

**Alcolisti
Villa**

A.N.D.O.S.

**CTA della
Carnia**

Parrocchia

SOCI 2018

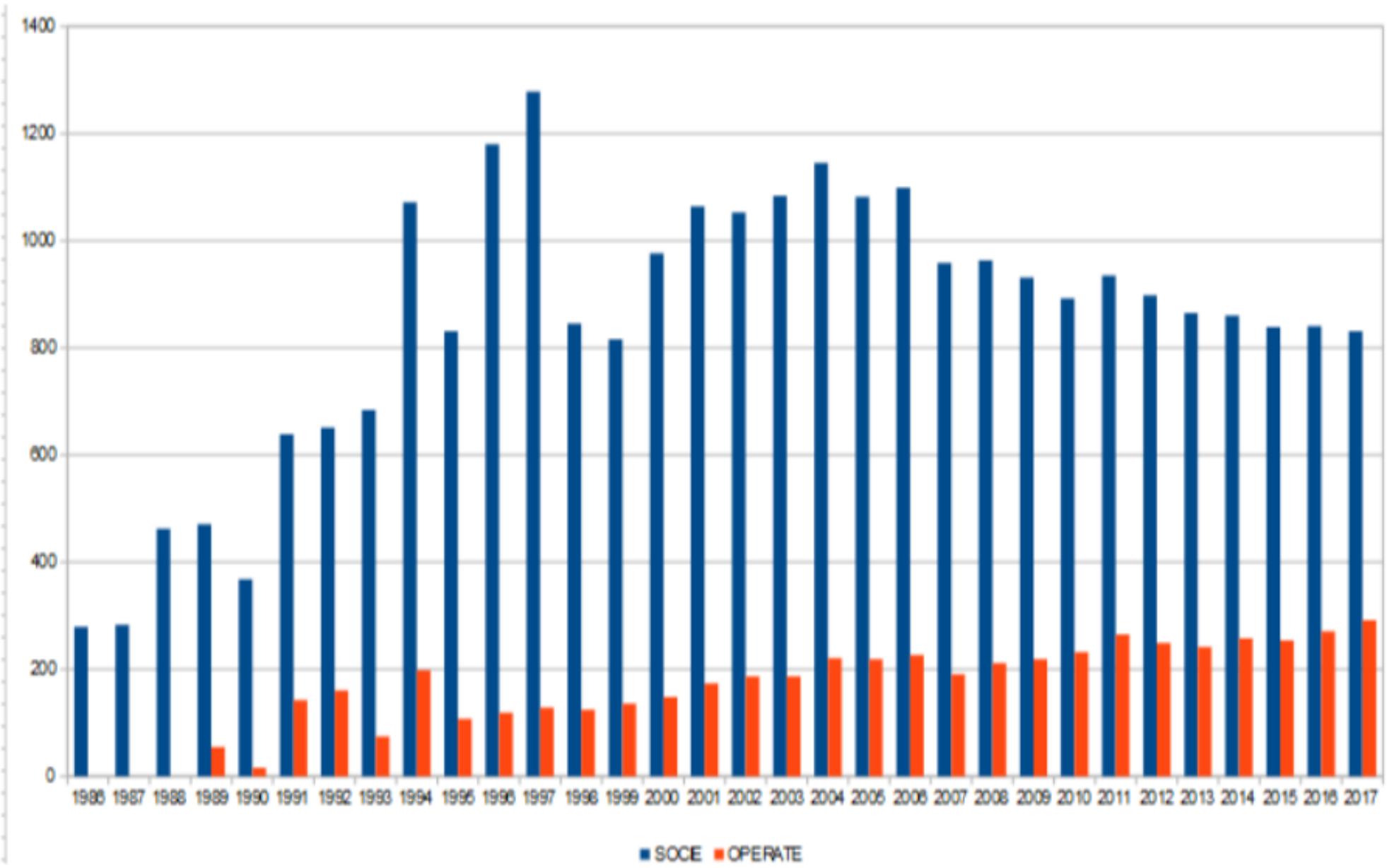
SOCIE/I :

782

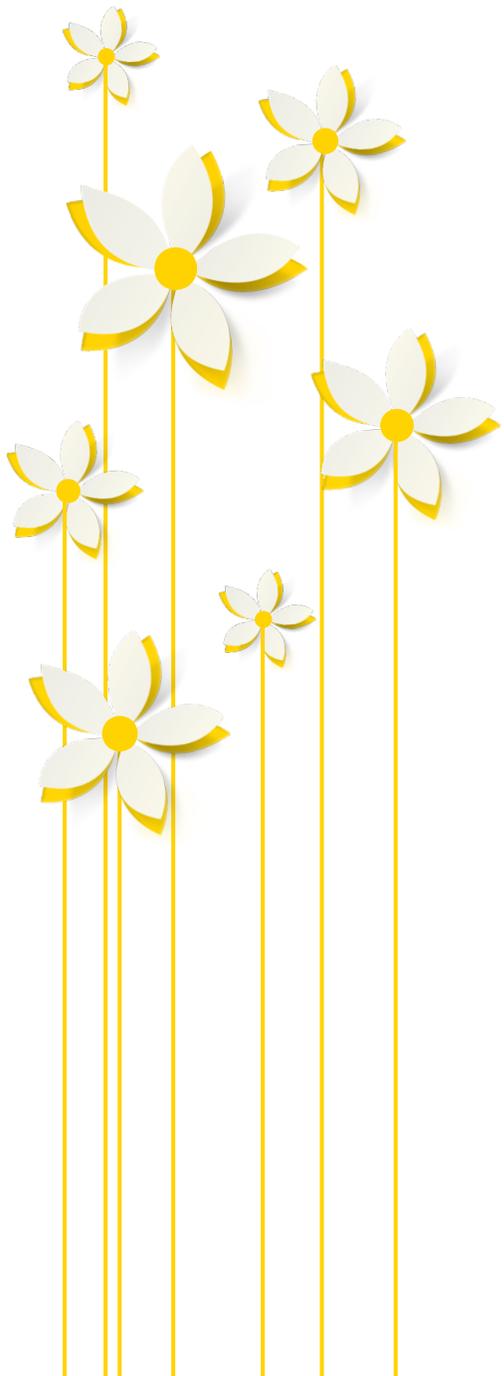
SOCIE OPERATE:

277



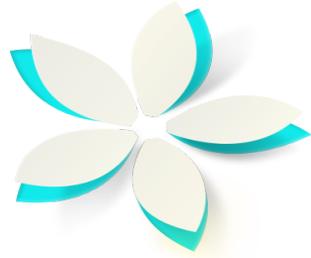


Attivita' per l'anno





Gennaio



Presentazione Comitato Andos in **serata informativa sanitaria a Sappada** "Anche il cancro fa meno paura" organizzata dal Comune e dall' A.A.S.3.

Presentazione volontariato Andos al **corso formazione per volontari Servizio Civile operativi in A.A.S.3** per l'anno in corso **svoltosi a Gemona**

Partecipato **corso CSV FVG "Il trattamento dei dati (privacy) e la gestione informativa dell'associazione"** a **Tolmezzo**



Febbraio

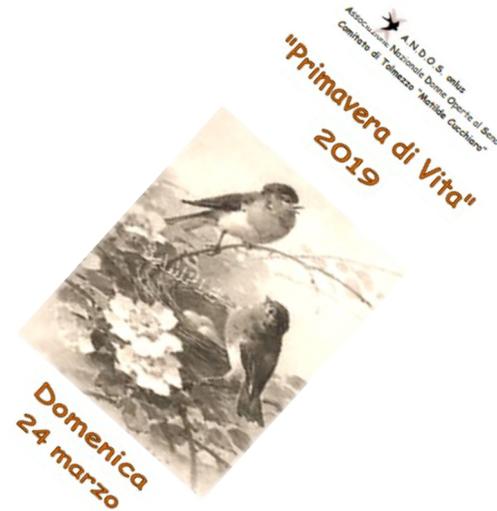


Partecipato al "Focus sul carcinoma mammario" *dalla parte delle donne* svoltosi a Udine

Partecipato incontri C.T.A. Della Carnia a Tolmezzo per pianificazione attività 2019



... e poi:



- intervento del Comitato nel corso della serata "Stili di vita sani" organizzato da A.A.S. e Comune di Tarvisio il 29 marzo

- adesione alla "Giornata Mondiale della Salute" -7 aprile
Invito pervenuto dal Comune di Tolmezzo.

... e poi:



-partecipazione **Seminario CSV FVG** su "Normativa, statuto atto costitutivo secondo il nuovo Codice del Terzo Settore"

-partecipazione al **pranzo sociale** organizzato dal **Comune di Tolmezzo** in collaborazione con **Pro Loco** il **28 aprile**

- **collaborazione A.I.R.C.** per vendita **azalee e arance** nelle **varie piazze**



- **partecipazione corso per Volontari A.N.D.O.S.** a **Roma** in **autunno**



... e poi:



-partecipazione alle celebrazioni parrocchiali per **San Martino**
a Tolmezzo



-festa di Natale



Settimana benessere



dal 09 al 15 giugno

Corso Acquagym:

dal 1 aprile al 27 maggio p.v. presso la piscina Comunale di Tolmezzo (15 lezioni).



37° Congresso Nazionale A.N.D.O.S

La comunicazione sotto
diversi punti di vista,
medico-paziente, mass
media, internet, associazioni,
ecc.....



...in fase di progettazione

Gita socio culturale



Visita Mostra di Illegio



Laboratorio occupazionale





Sportello informativo



I miei diritti di donna operata tutela socio sanitaria



segreteria A.N.D.O.S. per appuntamento.



Normativa sulla Privacy

L'entrata in vigore della normativa europea n. 679/2016 (General Data Protection Regulation) che riscrive le regole per il trattamento dei dati personali, obbliga le Associazioni di Volontariato ad adeguarsi alle nuove norme.

A tal fine verrà adottato un nuovo modulo per raccogliere il consenso al trattamento dei dati.



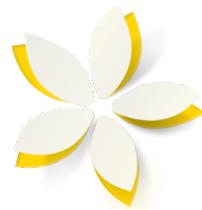


Attività **GESTIONALI**

Servizio segreteria/accoglienza
Erogazione contributi socie operate
Richiesta contributi ad Enti pubblici
Rinnovo pratiche assicurative
Contabilità
Riunioni volontarie
Aggiornamento sito



... e poi:



- contatti con A.A.S. n. 3 per "Ottobre Rosa 2019";

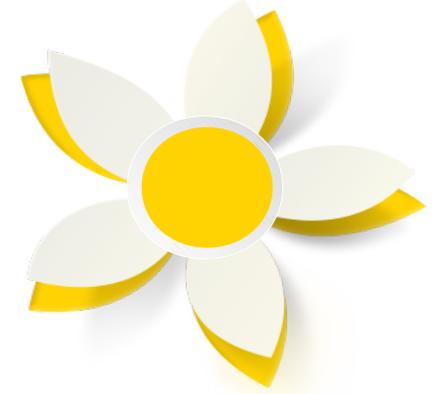


- raccolta e utilizzo dei contributi esperienziali

"Le nostre storie"



Tesseramento 2019



Un grazie a tutte/i coloro che sostengono le attività dell'Associazione con il versamento della quota associativa annuale.

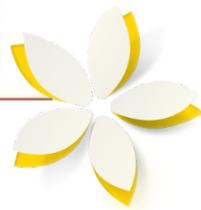




A.N.D.O.S.
Comitato di Tolmezzo "Matilde Cucchiaro"



93003640302





**Grazie
per
l'attenzione**

