

## **Diventare membri della ilco-Ticino**

Siete pregati di rivolgervi alla segreteria, dove riceverete il necessario aiuto. Tutte le informazioni sono trattate con riservatezza e sottostanno all'obbligo del segreto professionale.

## **Abbiamo bisogno del vostro aiuto**

Soltanto grazie alla quota sociale annua e al sostegno della Lega ticinese contro il cancro siamo in grado di sostenere le nostre spese. Con un'offerta, una a tantum o periodica, ci aiutate ad adempiere i nostri compiti come gruppo di auto aiuto.

## **Tassa sociale annua**

Soci: Sfr. 40.-- / Sostenitori: Sfr. 60.—

## **Ulteriori informazioni: segreteria ilco-Ticino**

Patrizia Belotti, Via Cantonale 20, 6618 Arcegnò      Tel .091 791 46 78

Sito internet: [www.ilco.ch](http://www.ilco.ch)      e-mail: [ilcoticino@bluewin.ch](mailto:ilcoticino@bluewin.ch)

## **Centri di stomaterapia**

Ospedale S. Giovanni, Bellinzona      Tel. 091 811 92 08

Ospedale Civico, Lugano      Tel. 091 811 67 92

Ospedale B. Vergine, Mendrisio      Tel. 091 811 31 11

Clinica Moncucco, Lugano      Tel. 091 960 81 11

Ospedale La Carità, Locarno      Tel. 091 811 44 91

Lega contro il Cancro      Tel. 091 820 64 40



Sezioni regionale del gruppo  
d'interesse svizzero dei portatori di stomia

# VIVO CON UNA STOMIA, E ALLORA?

## 1989-2014

25 anni ilco-Ticino – 25 anni ilco-Ticino

## **Perché esiste la ilco e com'è nata?**

Nonostante l'assistenza medica da noi sia buona, uno stoma rappresenta pur sempre una limitazione, con la quale convivere non è sempre facile. Nessuno sa e percepisce meglio degli interessati stessi cos'è necessario per il loro benessere e come si possono risolvere i problemi quotidiani. Pertanto sono in particolar modo i neo operati ad approfittare delle esperienze pluriennali di persone stomizzate. Da questa riflessione è nata l'organizzazione di auto aiuto **ilco-Svizzera** e di riflesso le sezioni regionali tra cui la **ilco-Ticino**.

## **Approfittare delle esperienze altrui**

Un'offerta importante della **ilco** è il servizio visite. Viene eseguito da membri **ilco** volontari. Il visitatore o la visitatrice non dispensa consigli medici, ma approfondisce quelle domande che vanno oltre l'assistenza medica. Di regola una tale visita viene offerta già prima dell'intervento chirurgico. Poter parlare già in anticipo con una persona che ha vissuto la stessa esperienza e che è riuscita a integrarla nella propria vita quotidiana, facilita a molti interessati il soggiorno in ospedale e la convivenza con lo stoma. Aiuta a ridurre le paure e risveglia la fiducia nel futuro.

## **Diventare socio della ilco**

Avete la possibilità di aderire ad uno dei 13 gruppi **ilco** regionali. I gruppi regionali sono associazioni autonome di pubblica utilità. Si sentono talvolta pregiudizi del tipo che in questi gruppi ci si limiti alle lamentele, ma non è affatto così! Naturalmente c'è chi ha bisogno di sfogare la sua rabbia e il dolore per ciò che ha subito. Ma oltre a ciò si scambiano soprattutto esperienze per facilitare la vita con uno stoma. Persone che convivono già da anni con uno stoma e hanno letteralmente fatto il giro del mondo, si rivelano essere dei veri esperti nel dare consigli pratici. Spesso si ride anche delle disavventure di cui si è rimasti vittime, perché si sa – l'umorismo facilita tante cose.

## **Gestire meglio la quotidianità**

Lo stoma e la malattia non sono l'unico argomento delle conversazioni. La socievolezza è altrettanto importante, ad esempio con escursioni, rappresentazioni informative, feste ed incontri. Proprio nei primi mesi dopo l'intervento molti interessati hanno la tendenza a ritirarsi nelle proprie pareti di casa. In casi simili la **ilco** è un bacino di accoglienza eccezionale, poiché tutti i membri hanno o hanno avuto problemi simili e riescono ad aiutarsi a vicenda. Da ciò scaturisce la forza di muoversi con naturalezza anche in un ambiente diverso e non lasciarsi sfuggire la vita per paura di disavventure, odori o rumori.

Tutti i collaboratori di **ilco-Ticino**, dei gruppi regionali e della **ilco-Svizzera** sono volontari.