Semplicemente Donna

più forti insieme!!!

Cuore di Donna®

Semplicemente Donna

più forti insieme!!!

"Non sai mai quanto sei forte
fino a quando essere forte è la sola scelta che hai"

Cayla Mills

Con il patrocinio di:

Europa Donna

AIDM
Sez. di Bergamo

Provincia di Bergamo

© *Associazione Cuore di Donna*
Vietata qualunque tipo di riproduzione
senza il consenso dell'associazione.

Un particolare ringraziamento
a Foto Consuelo Gaini
per il servizio fotografico

Stampa e impaginazione
Ingraphic snc - Casazza (Bg)

L'associazione "Cuore di Donna" è composta da un gruppo di donne operate di tumore e non, unite da obiettivi comuni: **offrire sostegno alle donne** che affrontano un percorso particolare come quello della cura al tumore e **lottare contro i tumori femminili**, ponendo particolare attenzione per quello al seno.
L'Associazione "Cuore di Donna" si costituisce il 2 Dicembre 2012 a Casazza, un piccolo paese della Valle Cavallina. Nasce dopo quasi tre anni di lavoro svolto attraverso il gruppo "Cuore di Donna", un gruppo composto da donne operate di tumore che si "incontrano" sul social network facebook durante la loro personale scalata verso la guarigione, condividendo "l'esperienza" di un percorso così particolare e difficile convinte che la condivisione sia parte essenziale del percorso stesso, in quanto aiuta a rimuovere le paure e a farti sentire meno sola.
Un'esperienza drammatica e dolorosa può aiutare a crescere e a migliorare. Durante questa crescita, nasce dentro ognuna la consapevolezza che **"La Prevenzione"** sia l'unica vera certezza che abbiamo per sconfiggere il cancro. È infatti grazie alla diagnosi precoce che è possibile identificare il tumore nelle prime fasi aumentando così la percentuale di guarigione. Per questo motivo oggi facciamo nostro il motto: ***"Per vincere dobbiamo batterlo sul tempo".***

I NOSTRI OBBIETTIVI

Promuovere attività di informazione-prevenzione per tutte le patologie oncologiche di tipo femminile, ponendo tra le priorità la promozione-prevenzione per la patologia del tumore al seno.
Sensibilizzare Istituzioni e opinione pubblica sui problemi che le patologie tumorali di tipo femminile recano sia dal punto di vista fisico che sociale.
Stimolare le agenzie sanitarie operanti sul territorio a proporre interventi mirati per le patologie tumorali femminili, con particolare attenzione per quella del tumore al seno.
Rappresentare i diritti delle donne per la prevenzione e cura dei tumori femminili, in particolare per quello del tumore al seno, in modo che le donne abbiano accesso a cure di alta qualità e uguali per tutte in ogni regione d'Italia. Offrire auto-mutuo-aiuto organizzando gruppi d'incontro tra soggetti affetti dalla stessa patologia; accompagnamento a visite e/o esami, ritiro di referti, sempre che vi sia, sul territorio relativo alla struttura scelta, un gruppo organizzato dell'Associazione.
Siamo presenti con gruppi organizzati in Lombardia, Liguria, Veneto, Lazio, Puglia, Sardegna.
"Cuore di Donna" ha voluto fortemente inserire nei suoi progetti anche un' attività sportiva: il dragon boat. Venti atlete, un tamburino e il timoniere formano la squadra di **"Cuore di Drago" Val Cavallina**.
Per le donne operate di tumore al seno la diffusione di questa pratica sportiva nasce attraverso il progetto "A breast in a boat" dove sui dragoni vi erano equipaggi "rosa", cioè formati da donne operate di tumore al seno.
Dopo tanto scetticismo da parte dei medici, oggi ci sono progetti che vedono nel dragon boat **un'ottima riabilitazione oncologica.**
Secondo noi, oltre all'indiscusso valore terapeutico, il dragon boat è

anche forte aggregazione, condivisione di pensieri e sensazioni.
Attraverso questo sport si può trasmettere la forza necessaria per uscire al meglio dal tumore, aiutando le donne che aderiscono a questa pratica sportiva ad acquistare più fiducia in loro stesse.
Quella fiducia che spesso, soprattutto per donne con carattere chiuso ed introverso, viene persa e che diventa, dopo un'esperienza così difficile come quella del tumore, difficile da superare.

NOI E LE BREAST UNIT

Siamo presenti nelle seguenti Breast Unit con un nostro punto di ascolto per essere sempre più vicine alle donne che affrontano il percorso di cura:

ASST BERGAMO EST - Seriate (Bg)
SPEDALI CIVILI - Brescia
SAN FILIPPO NERI - Roma

Ognuno di noi ha due vite. La seconda comincia quando scopriamo di averne una sola… Avevo 40 anni quando le parole del dottore mi hanno spezzato il cuore e la mia vita, la prima e come allora pensavo l'ultima. Se vuoi capire cosa sia un anno di vita, chiedilo ad uno studente che ha appena ricevuto la sua prima bocciatura. Se vuoi capire il significato di un mese, chiedilo ad una mamma che ha appena avuto un bambino prematuro e sta aspettando per stringerlo tra le braccia. Un giorno? Allora chiedilo agli innamorati che aspettano il prossimo incontro.
Ma se vuoi sapere cosa significhi un attimo, un solo attimo della tua vita, chiedilo ad una semplice donna, una di noi, che ha appena sentito pronunciare il suo verdetto.
Un attimo quando vedi tutti i tuoi sogni sfumare via lentamente dalla finestra dell'ospedale, quando realizzi che non vedrai mai crescere i tuoi figli o invecchiare insieme a tuo marito.
Quando ti senti persa e smarrita… ma poi raccogli le forze che solo noi donne sappiamo di avere e affronti questo sgarbo del destino, che non è realmente uno sgarbo, ma una spinta, un segnale che la vita non è finita, che hai ancora tanto da fare e soprattutto da dare.
E allora in quell'attimo realizzi che hai una vita piena di speranze, di sogni da realizzare, di amicizie e di donne come te, semplicemente DONNE, che insieme sono una forza della natura.
E da quell'attimo ricominci a vivere!

Tania

43 anni, libero professionista

Sposata con 2 figlie e al traguardo dei 51 anni ricevo la convocazione per lo screening previsto per le donne a quella età, in un primo momento decido di non andarci... ma dai mi dico, che ci vado a fare, sto bene, e poi non ho tempo, a quell'epoca lavoravo e tanti problemi: mutuo casa, mamma malata di Alzhaimer, e babbo anziano… (adesso sono in cielo entrambi e so di avere due angeli vicino a me)… Quindi ero sempre di corsa e nel mio poco tempo libero avevo la famiglia, la casa ecc.. ecc…però poi alla sera andando a dormire ci pensai su e mi dissi che non avevo ancora fatto nessun controllo al seno, dico la verità avevo anche un po' fifa ma decido di andare all'appuntamento per la mia prima mammografia... e da lì, tutto ha inizio, mi trovano un carcinoma piccolo ma maligno... quindi operazione, radioterapia, e terapia ormonale per 5 anni, adesso il ricordo del mio percorso è lontano ma ho imparato che nulla è scontato, che il tempo è davvero l'arma migliore per combattere il cancro, non avevo tempo per me ma lui mi ha cercata…. ora il tempo voglio averlo da dedicare oltre che ai miei cari, anche per i controlli e a tutte le donne che si trovano ad affrontare la vita sempre di corsa, a correre per gli altri…a te donna voglio dire… fermati un attimo pensa anche a TE, solo un attimo, il bastardo non si fa sentire quindi devi fare prevenzione proprio perché ti vuoi bene, e perché la vita è veramente un dono e tu se sei qui puoi amarti e dedicarti agli altri, ma potrebbe essere troppo tardi, quindi da donna a donna... ascolta una fifona... FAI PREVENZIONE!

Mary

62 anni, pensionata

Ricordo con tristezza l'anno 2016: durante i soliti controlli di prevenzione, mi è stato diagnosticato il tumore al seno. Non riuscivo a credere che stesse capitando proprio a me. Non avendo precedenti in famiglia, conducendo un stile di vita sano, la scoperta è stata un vero shock. A seguito dalla diagnosi ho dovuto sottopormi a due interventi e a successive cure. Ringrazio tutte le persone che mi sono state vicine soprattutto i medici, miei famigliari e miei amici. Ora faccio parte dell'associazione "Cuore di Donna" e della squadra "Cuore di Drago" e vivo più intensamente ogni attimo della mia vita, perché la vita è meravigliosa.

Mila

52 anni, casalinga

La familiarità con la mia mamma mi ha portato ad iniziare molto presto il mio percorso di prevenzione con cadenza annuale.
Avevo 52 anni quando ho scoperto il mio cancro, facendo la doccia, nella piega inferiore del seno sinistro, attaccato al costato.
Stava lì nascosto. Non si muoveva. Credeva forse che non lo avrei trovato!? E così, visita senologica, intervento in quadrantectomia, linfonodo pulito, radioterapia, soppressione ovarica e terapia anti ormonale ancora in atto. Ricordo che alla lettura dell'istologico mi sono sentita come "senza paracadute", ma pronta ad affrontare qualsiasi terapia mi avessero proposto: era un carcinoma duttale infiltrante. Non ho pianto. Mi sono chiesta: "perché a me?".
Ho pensato ai miei figli e alla mia mamma.
Accanto a me sono rimaste persone speciali, le mie sorelle e tante amiche come sorelle, che mi hanno stretta nei loro abbracci.
Un percorso in salita ma speciale e mi ritengo una donna privilegiata.
Ho incontrato e conosciuto donne come me, con il loro vissuto e le loro paure, avendo la conferma che l'ascolto e la condivisione possono alleggerire le fatiche del momento, mantenendo il sorriso e la voglia di farcela. Un passo alla volta.

Silvia
57 anni, casalinga

Sono faticosamente ma felicemente guarita. Quando le persone hanno subito malattie gravi, magicamente rivalutano la propria vita e ne sanno APPREZZARE lo splendore.
Con questa mia testimonianza non voglio parlarti delle lacrime che ho versato, ma del mio sorriso. Quando mi sveglio ogni mattina.
Non voglio parlarti delle persone che per paura mi hanno lasciata sola, ma delle donne che ho incontrato e con cui condivido questo progetto meraviglioso. Non voglio parlarti della rabbia che ho provato, ma della consapevolezza che le cose capitano e si devono affrontare.
Non voglio parlarti di quando stavo a casa a leccarmi le ferite: BASTA quel tempo è passato. Ora esco, corro nei prati, respiro il profumo dei fiori e mi lascio coccolare dal vento!

Fernanda

59 anni, impiegata

La mia storia inizia 6 anni fa come quella di tante donne che ho conosciuto in questi anni grazie a Cuore di Donna... Autopalpazione sotto la doccia... incredulità e terrore... diagnosi... disperazione... operazione... chemioterapia e pacchetto cure completo... e poi… RINASCITA! Eh si noi donne siamo così ... apparentemente fragili e delicate ma capaci di trovare dentro di noi forza e super poteri che nemmeno noi sapevamo d'avere!!

Sono stati anni vissuti molto intensamente, ricchi di tante emozioni e di tante tante attività fatte con le mie compagne di viaggio dell'associazione, tutte indelebilmente scolpite nel cuore...

Anni in cui mi sono gustata questa mia vittoria sul mio ospite indesiderato!!! Purtroppo però la guerra non era finita... e da qualche mese ho dovuto di nuovo guardarlo in faccia e ricominciare a combatterlo… All'inizio non è stato facile....

L'arrabbiatura e la memoria di tutte le amiche che ho perso in questi anni mi hanno fatto un po' vacillare... Non so se è merito del mio carattere o di tutte le persone meravigliose che ho la fortuna di avere accanto, ma ho ritrovato quasi subito la voglia di lottare con ottimismo... per ora siamo 2 a zero... sono consapevole che la partita non è finita qui... ma ho molta fiducia nella medicina e nella ricerca e quindi vado sempre avanti e soprattutto sorrido alla vita!!

Barbara

47 anni, impiegata

Non aspettavo nessuno, nessun ospite indesiderato, non sentivo e non vedevo nulla che mi facesse sospettare il peggio. Ero solo andata a fare una mammografia di controllo… così semplicemente, per "Prevenzione". Era luglio 2011… Ricevo la telefonata dallo studio medico che mi dice che è meglio che torni in studio per un eco di controllo. In quel momento è come se un'altra me si fosse staccata dal mio corpo. Non ho pianto, non ho avuto rabbia, non ho reagito e, stranamente, non avevo paura, come se in tutta questa situazione io fossi stata solo "un'osservatrice esterna", "una spettatrice". Nemmeno quando il chirurgo ha confermato la diagnosi e quella frase: "Lei ha il cancro e dobbiamo fare una mastectomia radicale, ci sarà la ricostruzione, le chemioterapie, le radioterapie, perderà i capelli … bla bla bla …" tutte le altre parole non le ho più ascoltate. Il mio solo pensiero è stato: "Bene quando cominciamo? Ho ancora tante cose da fare… non possiamo perdere tempo". E' stato in quel momento che quella "me" che si era staccata dal mio corpo è ritornata dentro e sono di nuovo diventata "una", "unita" e pronta a lottare sapendo di avere al fianco un compagno e una famiglia splendidi e amici pronti a sostenermi. Non so chi ringraziare per aver pensato a fissare l'esame mammografico quel giorno di luglio: forse solo me stessa, la decisione di fare un esame per avere cura di me in maniera diversa che non sia semplicemente andare dal parrucchiere. Una scelta vincente … Non so chi ringraziare, oggi, per aver incontrato lungo il cammino delle donne splendide, delle vere guerriere e anche amiche che non hanno paura di condividere dolori e gioie con chi ha avuto a che fare con "l'indesiderato ospite". Queste donne e il loro sorriso sono davvero … come l'arcobaleno dopo la tempesta, sono la speranza ma anche la certezza che "unite si può".

Rosella

55 anni, impiegata

Un sabato sera di fine ottobre del 2013, mentre mi facevo la doccia, ho avvertito un dolore lancinante al seno destro e il capezzolo è completamente rientrato, come risucchiato dall'interno.
Era un segnale che il mio corpo mi stava mandando, ma che io ho deciso di ignorare perché all'epoca erano altre le cose che reputavo importanti. A gennaio ho dovuto però arrendermi all'evidenza: sotto la mia areola c'era un nodulo. È cominciata così la mia corsa contro il tempo, il mio tumore era di quelli che "non evolvono, ma scoppiano". Chemioterapia d'attacco, mastectomia, chemioterapia di difesa, infezioni, rischio di rigetto…è stato un incubo, da cui mi sono però risvegliata e con una nuova consapevolezza.
Ho imparato ad ascoltarmi, a volermi bene, ho rivisto le mie priorità, vivo il presente e apprezzo la vita.
"Il sole sopra le nuvole c'è sempre", il cancro mi ha insegnato a vederlo!!!

Simona

44 anni, insegnate

Dopo il crollo "la rinascita" ed è proprio quello che mi è successo... La prima volta che mi sono ammalata avevo 41 anni, correva l'anno 2008, era una sera come tante altre. Terminata la doccia, riflessa nello specchio notai un rigonfiamento sotto il seno, ma non gli diedi molta importanza. Nei mesi successivi mi convinsi a fare un ecografia, da lì un continuo susseguirsi di visite e pareri che culminarono con la terribile notizia: avevo un ospite indesiderato chiamato "tumore alla mammella". Da quel giorno, purtroppo o per fortuna, iniziò il mio calvario. I mesi successivi all'intervento sono un concentrato di radioterapie e terapie ormonali, ma dentro di me so che posso farcela, inoltre il periodo dei 5 anni per essere dichiarata guarita finalmente si sta avvicinando; ma ancora qualcosa non torna... di nuovo esami ed infine il terribile verdetto, il tumore si è riformato. E' l'inizio di una nuova odissea, mastectomia seguita da chemioterapia e terapia ormonale e molecolare ed infine la ricostruzione.
Di quella terribile esperienza l'unica cosa che recrimino è il fatto di non aver reso partecipe il più piccolo dei miei figli fin dalla prima volta, cosa che ho fatto quando la malattia è ritornata. Entrambi i miei figli si sono dimostrati maturi e all'altezza della situazione dandomi grande sostegno. Dopo tutto questo la mia vita è ricominciata da capo ed oggi ho una visione diversa di essa anche grazie all'aiuto dell' associazione "Cuore di Donna", che ha permesso ad un gruppo di donne di coalizzarsi per la cura e la prevenzione del tumore.
Oggi posso dire che "la speranza vede l'invisibile, tocca l'intangibile e raggiunge l'impossibile", non bisogna mai smettere di crederci.

Katia
52 anni, operaia

Controversi pensieri se penso al cancro che nel 2009 mi ha colpita. "Lui", subdolo, ipocrita, silente mi ha attaccato alle spalle come solo un "maligno" può fare. DOLORE interiore, PAURA e un po' di RABBIA, scartate quasi subito dal mio essere forte e positiva, sempre. Così mi ha insegnato quel grande uomo che era mio padre.
Anche per quest'insegnamento che ho ricevuto lo slogan adottato dalle donne in lotta contro il cancro COLPITA MA NON SCONFITTA, è stato ed è diventato anche il mio e il pensare positivo e propositivo mi ha aiutata a non identificarmi mai con il mio tumore, con il dolore, la paura e la rabbia, ma andare avanti e vedere oltre, perché nella vita niente è facile e nulla è impossibile. Quando me lo diagnosticarono, mio figlio Luca aveva 12 anni, il "malefico" non poteva prendere il sopravvento sulle nostre vite, sul nostro essere famiglia, un'adolescente per crescere ha bisogno della mamma mi dicevo, per questo non potevo far altro che "vedere" oltre la malattia e la devastazione del corpo e combattere. Oggi, attraverso questo percorso così particolare, pur senza aver dimenticato il dolore che ha invaso la mia mente nelle prime notti insonni della diagnosi, quel dolore che, inutile nasconderlo, ti resta un po' addosso ma che ti aiuta anche a crescere, a migliorare e a migliorarti, provo gioia e benessere interiore, perché in me è aumentata sempre di più la forza di credere nei miei sogni e di realizzare i miei progetti. Non è stato facile, non è facile. Tante le volte che sono caduta perché il fisico non reggeva alla devastazione delle cure, però, anche se a fatica, mi sono sempre rialzata e mentre mi rialzavo a testa alta sfidavo gli eventi inevitabili che il cancro e una mastectomia ti portano. Io ho trovato l'antidoto al dolore, alla sofferenza che dentro una storia come la mia e come quella di tante, tantissime donne, storie fatte d'interventi, chemioterapie, ricostruzioni, infezioni, allettamenti forzati, fisioterapie. Quest'antidoto si chiama Cuore di Donna, l'associazione che tanto ho voluto, nonostante tutto! Solo così, donando agli altri, i miei sogni, i miei progetti continueranno a "vivere". A te, che oggi affronti questa salita, ti auguro di rincorrere i tuoi sogni, perché dopo ogni caduta ci si rialza sempre più forti, perché dopo le fatiche e i pianti arrivano le gioie e i sorrisi, perché dopo il buio nasce sempre una nuova alba. Vorrei continuare a scriverla questa storia di DONNE per le DONNE, perché INSIEME PIU' FORTI non è solo un motto, è un pendersi per mano, è un aiuto concreto, è una sacrosanta verità.

Myriam

54 anni, libero professionista

Tanti anni fa viveva in un ridente paese della Val Cavallina una donna chiamata Carmen... - così iniziano spesso le favole -. La mia storia si potrebbe definire una favola e le favole hanno sempre un lieto fine anche quando le vicende narrate, ad un certo punto, fanno pensare al peggio. Serve tanta fiducia, ottimismo e l'aiuto delle persone care per immaginare che una storia iniziata bene, trasformata poi in un incubo, possa comunque concludersi con un lieto fine.
… Con l'autopalpazione al seno che eseguivo regolarmente, a 35 anni - tutta la vita davanti … - ho sentito una pallina, diversa dal solito che non si muoveva. Qualche visita, alcuni esami e alla diagnosi – Carcinoma – improvvisamente ho pensato di non avere più un futuro. Non è facile descrivere quei momenti, non tanto perché lontani nel tempo, ma soprattutto perché erano sensazioni drammatiche, confuse che non davano tregua e non lasciavano spazio a pensieri che aiutassero a capire, a darsi una ragione.
Ma la voglia di vivere che c'è in tutti noi ha prevalso e mi ha aiutato ad affrontare l'intervento, poi la chemioterapia, la radioterapia.
Condividere le proprie paure, ascoltare la narrazione delle esperienze di altre donne, e in questo Cuore di Donna può essere di grande aiuto, aumenta la fiducia nel lieto fine. E vissero tutti felici e contenti...
Da allora sono una donna nuova e credo migliore.

Carmen

60 anni, estetista

Novembre: una telefonata dall'ospedale dove, qualche giorno prima, avevo fatto la mammografia. Quel tipo di conversazioni che, senza nulla di esplicito, ti fanno intuire, o almeno sospettare, per me, un fulmine a ciel sereno. Poi una nuova ecografia, una visita e la conferma dei sospetti. Solo allora scesi dalle nuvole: era proprio vero, il tumore aveva scelto me. Non era più solo un dubbio e dovevo in qualche modo accettarlo. Ma per molti, molti giorni, tutto è stato sottosopra. Non riuscivo a crederci. I tumori in realtà erano due, in entrambi i seni, di cui uno piuttosto aggressivo. Fino al giorno dell'intervento, non avrei potuto sapere se il tumore si era diffuso, perché l'analisi dei linfonodi avviene durante l'operazione stessa.

Quindi anche quel dubbio mi aveva fatto compagnia in quel mese terribile prima dell'intervento. Ho pensato di tutto, a mio figlio, alla mia famiglia, a cosa avrei lasciato: mio figlio era già grande e questo mi dava coraggio. Ma l'ansia, la paura e i pianti non sono mancati, come i sorrisi, perché comunque, la forza, la devi trovare. Ed io volevo trovarla. Ricordo quella mattina del 10 gennaio, prima di entrare in sala operatoria, i miei pensieri erano per il mio amico Oscar, un guerriero che combatteva da due anni contro un tumore ai polmoni e ultimamente si era aggravato.

Quando mi sono risvegliata, diverse ore dopo, ho scoperto che tutto era andato bene e i linfonodi non erano stati intaccati. Ero rinata…. Ma proprio quella mattina Oscar ci aveva lasciato. E nulla mi toglie dalla testa che Oscar sia venuto vicino a me quella mattina...

Sara

47 anni, insegnate

Era mezzogiorno di un venerdì di fine maggio del 2014. Mi trovavo nella sala d'attesa dell'ambulatorio del mio medico per la cura di mio marito, affetto da qualche anno da Sindrome di Levy (è una patologia che contempla Alzheimer e Parkinson assieme) in forte peggioramento. È morto a seguito di un ictus nel dicembre dell'anno successivo. Tra le riviste presenti nello studio medico, Donna Moderna. Sfogliandola, un articolo parlava e sottolineava l'importanza della palpazione al seno per la diagnosi precoce. Mi son detta: "Vero, è una cosa che, con la scusa che dopo la doccia uso l'accappatoio, non faccio mai…". Così, più per trascorrere il tempo che altro, mi sono passata una mano sul seno sinistro. L'ho passata e ripassata più volte. Non potevo avere dubbi: c'era una cosa piatta, rotonda, sembrava una grossa pastiglia di aspirina effervescente. Nel frattempo venne il mio turno col mio medico. Gli segnalai subito la mia scoperta. Mentre mi visitava, mi faceva domande a raffica… si delineò così una forte familiarità (tutti gli 8 fratelli del mio papà, lui compreso, erano morti di cancro, idem due cugine). Il medico mi disse di mollare tutto e di andare subito in Ospedale, con la richiesta di un controllo urgente (bollino verde). Provai a dire che avevo un sacco di cose da fare con Giulio, ma bastò un suo sguardo perentorio per farmi cambiare idea. Erano già passate le 13 quando mi presentai al ricevimento all'Ospedale a Seriate. Stavano chiudendo, anzi tutti gli sportelli avevano già chiuso. Meno uno. Spiegai alla signorina ancora presente la situazione. Mi disse che ormai non c'era più nessun medico disponibile… tutto chiuso. "Però aspetti, proviamo – mi disse – forse lui c'è ancora… è sempre così disponibile… ". 10 minuti dopo mi trovai nello studio del dottor Gerbasi che si stava reinfilando il camice per me. Mi visitò e mi fece fare immediatamente una mammografia. Mi disse che non c'erano dubbi: si trattava di un cancro. Dopo gli accertamenti del caso mi avrebbe operato quanto prima. Mi fece un discorso che si sentiva che veniva dal cuore sull'importanza della prevenzione, prevenzione che io avevo da anni trascurato. E il risultato era lì da vedere… Nel mese che mi separava dall'operazione ebbi cura di sistemare le cose, soprattutto per Giulio, in modo che, nel caso non ce l'avessi fatta, ci fossero altri che continuassero a prendersi cura di lui. L'impegno era stato forte negli anni e lo stress accumulato stava rendendosi tangibile… L'operazione andò bene. Il mese di agosto, periodo di vacanza, lo passai avanti e indietro dalla Gavazzeni per le radio. L'impegno che mi presi era che avrei avuto maggior cura di me stessa. Ma non mi era sufficiente. Volevo dire e sottolineare ad altre donne l'importanza della prevenzione. A me era andata bene, ma ad altre donne no. Così al primo controllo ne parlai col dottor Gerbasi – che non finirò mai di ringraziare – che mi indirizzò all'Associazione Cuore di Donna. Cosa mi ha lasciato esperienza del cancro? La consapevolezza della prevenzione: prevenzione, prevenzione, prevenzione.

Graziella

72 anni, libera professionista

Un pomeriggio d'estate con una semplice autopalpazione mi accorsi di avere un nodulo al seno sinistro. Non aspettai: visita senologica, esami di approfondimento esito: avevo un tumore! Mi è crollato il mondo addosso!
Mi sono sottoposta ad intervento chirurgico e trenta cicli di radio terapia. Sono passati 14 anni e ancora oggi penso a quanta forza ho avuto in quella calda estate... Oggi faccio parte dell'associazione Cuore di Donna assieme ad altre donne che hanno lottato e stanno lottando sopra ogni cosa... perchè *"il cuore di una donna, batte più forte di tutto!"*

Nadia

52 anni, operaia

Quando scopri di avere il cancro, il mondo ti crolla addosso, hai paura di morire, di lasciare le persone a te care e di farle soffrire.
La mia storia è come quella di tante altre donne, purtroppo sempre più numerose, il mio percorso è stato duro, intervento, terapie.
Mi ritengo però fortunata, sono VIVA, cerco di essere serena e di vedere positivo, confesso che ora a distanza di cinque anni la paura della recidiva c'è sempre, specialmente quando si avvicina il periodo dei controlli, ma la speranza che tutto vada per il meglio prevale sulla tensione e cerco di affrontare tutti i vari impegni con ottimismo, guardando avanti. Dicono che non tutti i mali vengono per nuocere! Ne avrei fatto volentieri a meno, ma è andata così e quindi per trovare il positivo in questa brutta storia direi che grazie al cancro ho fatto cose che mai avrei pensato di fare, ho cercato di diventare una persona migliore ed ho incontrato persone meravigliose.

Sonia
51 anni, commessa

Eccomi qua!... a raccontare la mia storia...
Eccomi là!... a partecipare ad una sfilata...
Eccomi lì!... a farmi fotografare...
Eccomi qui!...

L'anno scorso nel mese di luglio con l'autopalpazione sotto la doccia, ho sentito una pallina strana, iniziato con i primi accertamenti, ecografia e mammografia (che eseguivo regolarmente tutti gli anni), visite, esami, consulti ecc. Ad ottobre la diagnosi: carcinoma! Son seguiti intervento, radioterapia, effetti collaterali, terapie.
Giusto per non farmi mancare nulla, a maggio di quest'anno, durante una visita ginecologica di controllo, sono stati evidenziati alcuni noduli, quindi di nuovo intervento, nuova terapia, altri effetti collaterali ecc. ecc. In quest'ultimo anno ho provato tante emozioni, inizialmente paura (ma non riuscivo nemmeno a piangere), sconforto, confusione e un po' di rabbia, poi man mano hanno preso il posto determinazione, forza e voglia di farcela, grazie anche al sostegno e all'aiuto di chi mi è stato vicino con il cuore.
Durante questo percorso ho conosciuto donne che hanno vissuto la mia stessa esperienza, mi hanno insegnato il vero significato delle parole FORZA e CORAGGIO!
Spero di poter dire fra 10 anni (a terapia finita!), fra 20 anni, fra 30 anni, fra 40 anni, fra 50 anni (e qui mi fermo): eccomi ancora qua!!!

Ines

43 anni, impiegata

Avevo 38 anni, quando, la vigilia di Ferragosto, ho sentito un nodulo al seno destro. Inizialmente mi dissero che si trattava di un nodulo benigno, ma fortunatamente ho voluto approfondire e sentire un altro parere... A metà settembre facevo il mio primo (e spero ultimo) ago aspirato e pochi giorni dopo la notizia che si trattava di un cancro al seno...
È indescrivibile quello che si prova in quei momenti... E nei giorni successivi anche peggio.
Era come aver la sensazione d'esser travolta e schiacciata da una valanga da un momento all'altro... Ho dovuto fare sei mesi di chemioterapia, poi la mastectomia, dopo circa 6 mesi, l'inserimento dell'espansore ed ora sono in attesa dell'ultimo intervento per la ricostruzione.
Questi ultimi due anni mi son sembrati eterni, inizialmente pieni di rabbia e di paura, ma anche ricchi di nuove esperienze, emozioni ed amicizie. Tutto ciò è stato possibile grazie a tutti quelli che mi sono stati vicino ed è proprio nei momenti difficili che ti rendi conto di quante persone ti vogliono bene... Senza di loro sarebbe stato tutto molto più duro e difficile. GRAZIE A TUTTI.

Noemi

40 anni, impiegata

Da sempre amo fotografare le sensibilità femminili in tutte le loro sfaccettature. Quando Myriam mi ha parlato di questo progetto, proponendomi di eseguire i ritratti di 17 donne per questa mostra, ho subito accettato con entusiasmo e, non nego, con emozione.
Quando 5 anni fà sono passata attraverso l'esperienza di un carcinoma, mi sono resa conto che la condivisione non solo è importante, ma diventa terapeutica.
Con grande ammirazione osservo da anni il lavoro dell'associazione Cuore di Donna, l'unione fa la forza con la quale si ottengono risultati, e loro ne sono la dimostrazione.
L'incontro con queste "modelle per un giorno" mi ha arricchita non solo sul piano umano, ma mi ha permesso di conoscere 17 donne speciali.

Consuelo

Consuelo Gaini nasce nel 1961 a Locarno,
adolescente frequenta il Liceo Artistico
dove scopre l'arte della fotografia.
Fa da tirocinante presso lo studio fotografico del paese,
frequenta corsi di fotografia e camera oscura.
A 19 anni entra in società con la titolare
a 21 ritira lo studio e da allora
prosegue nell'attività e nella ricerca fotografica.

Assoc

iazione "CUORE DI DONNA"

Si ringraziano per la realizzazione dell'opuscolo e della mostra fotografica

ENERGYPLANET
functional training & metabolic fitness center

Via Nazionale 18
Vigano S. Martino (BG)
Tel. 035.821610 - 347.4120851
info@energyplanet.eu

SANTANDER STORE
ABBIGLIAMENTO UOMO DONNA
CASAZZA
VIA NAZIONALE (NUOVA ROTONDA)
TEL. 035.812883
www.santanderstore.net

FIORERIA
CLOROFILLA
Trescore Balneario (BG)

Associazione "Cuore di Donna"
Via Nazionale 81 - 24060 CASAZZA (BG) - Myriam 333/46.600.48
Punto di Ascolto ASST Bergamo Est - Tel. 340.2769464
info@cuoredidonna.it
Associazione "Cuore di Donna"
www.cuoredidonna.it