

Fondazione

ANT

La più grande esperienza
di assistenza medica
domiciliare gratuita
ai sofferenti
di tumore



Italia Onlus

La solidarietà
per le scuole

CHE COS'E' L'ANT ?

- ☆ La Fondazione ANT *Italia* Onlus è nata nel 1978 per iniziativa del Prof. Franco Pannuti di altri 12 cittadini bolognesi benemeriti, con lo scopo di aiutare i Pazienti affetti da tumore. Nel Dicembre 2002, l'ANT si è trasformata da Associazione in Fondazione.
- ☆ Si tratta di una Onlus (organizzazione non lucrativa di utilità sociale) che si avvale, per la propria attività, di donazioni spontanee, di aiuti economici e non, raccolti tramite l'opera instancabile dei Volontari oppure provenienti da enti pubblici e privati.
- ☆ Obiettivi dell'ANT:
 1. Diffondere l'Eubiosia
 2. Educazione socio-sanitaria
 3. Assistenza domiciliare globale ai Pazienti affetti da tumore e alle loro Famiglie
 4. Prevenzione dei tumori
- ☆ In questi anni l'ANT ha costituito 20 ODO (Ospedale Domiciliare Oncologico) distribuiti in 10 regioni dove operano medici, infermieri e psicologi organizzati in équipe che forniscono assistenza 24 su 24 ore al giorno.
- ☆ Il Progetto assistenziale dell'ANT si chiama PROGETTO EUBIOSIA cioè buona vita, la vita in dignità.
- ☆ A tutt'oggi sono stati assistiti gratuitamente più di 70.000 Sofferenti a domicilio, gratuitamente.



Istituto delle Scienze Oncologiche, della Solidarietà e del Volontariato
Bologna, via Iacopo di Paolo 36, tel. 051.7190111- fax 051.377586

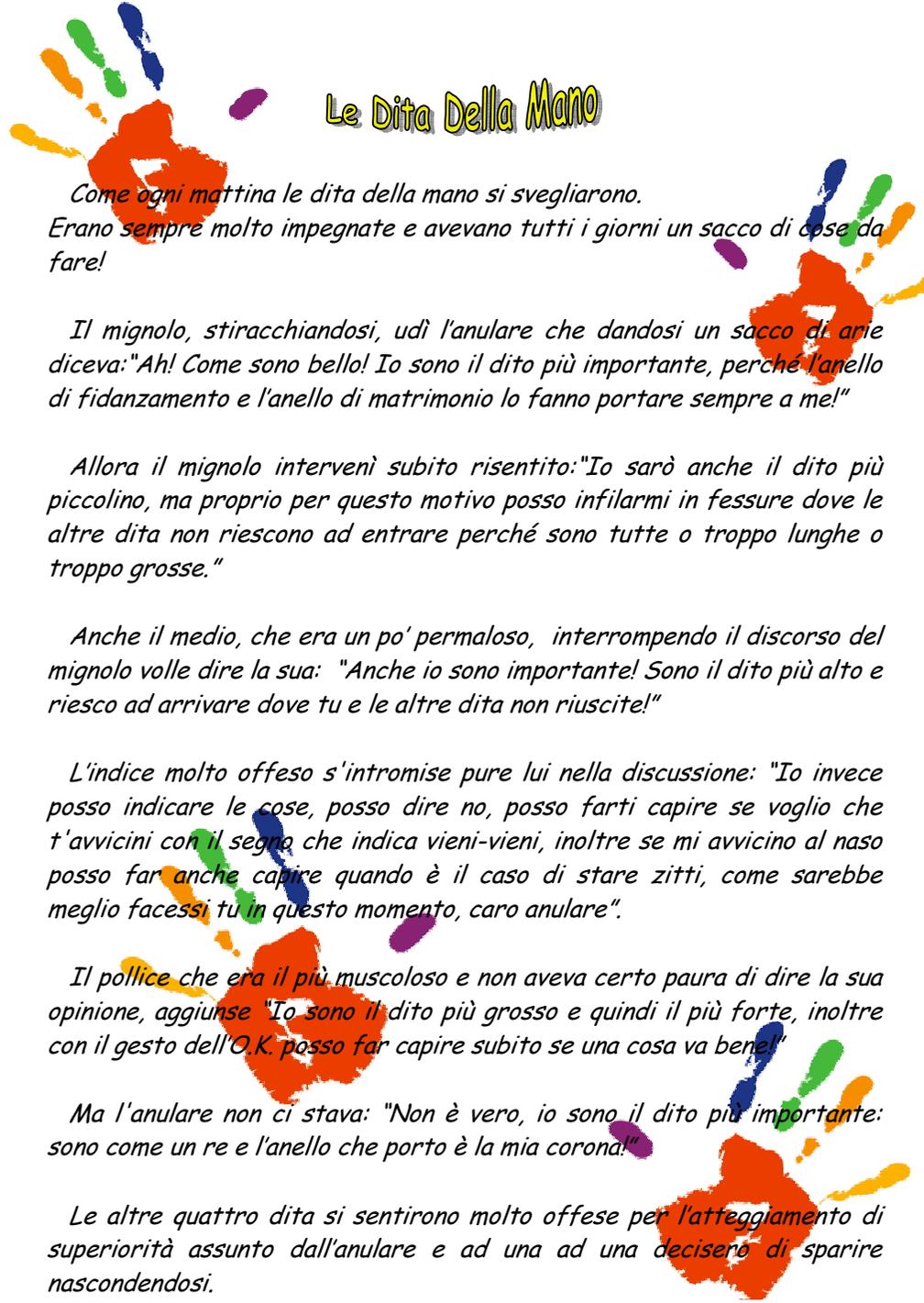
Oggi si parla tanto di Solidarietà, ma...

...CHE COS'E' LA SOLIDARIETA' ?

Cerchiamo di descrivere la Solidarietà con il concetto della "mano"



La mano ha cinque dita che, pur muovendosi in modo autonomo, sono estremamente solidali e insieme fanno tanto di più.



Le Dita Della Mano

Come ogni mattina le dita della mano si svegliarono. Erano sempre molto impegnate e avevano tutti i giorni un sacco di cose da fare!

Il mignolo, stiracchiandosi, udì l'anulare che dandosi un sacco di arie diceva: "Ah! Come sono bello! Io sono il dito più importante, perché l'anello di fidanzamento e l'anello di matrimonio lo fanno portare sempre a me!"

Allora il mignolo intervenì subito risentito: "Io sarò anche il dito più piccolino, ma proprio per questo motivo posso infilarmi in fessure dove le altre dita non riescono ad entrare perché sono tutte o troppo lunghe o troppo grosse."

Anche il medio, che era un po' permaloso, interrompendo il discorso del mignolo volle dire la sua: "Anche io sono importante! Sono il dito più alto e riesco ad arrivare dove tu e le altre dita non riuscite!"

L'indice molto offeso s'intromise pure lui nella discussione: "Io invece posso indicare le cose, posso dire no, posso farti capire se voglio che t'avvicini con il segno che indica vieni-vieni, inoltre se mi avvicino al naso posso far anche capire quando è il caso di stare zitti, come sarebbe meglio facessi tu in questo momento, caro anulare".

Il pollice che era il più muscoloso e non aveva certo paura di dire la sua opinione, aggiunse "Io sono il dito più grosso e quindi il più forte, inoltre con il gesto dell'O.K. posso far capire subito se una cosa va bene!"

Ma l'anulare non ci stava: "Non è vero, io sono il dito più importante: sono come un re e l'anello che porto è la mia corona!"

Le altre quattro dita si sentirono molto offese per l'atteggiamento di superiorità assunto dall'anulare e ad una ad una decisero di sparire nascondendosi.

L'anulare rimase solo.

Come ogni giorno le faccende da sbrigare erano molte, quindi decise di darsi subito da fare.

Doveva lavare il viso della piccola Anna, che si era appena svegliata e si doveva preparare per andare a scuola, doveva allacciarle le scarpe da ginnastica, doveva salutare tutte le amiche facendo ciao ciao con la manina, poi in classe doveva tenere in mano la penna per permettere ad Anna di scrivere i compiti, e più tardi, nel pomeriggio, c'era la lezione di pianoforte e le prove delle majorette.

L'anulare capì che non ce l'avrebbe mai fatta a fare tutto da solo, gli serviva l'aiuto del pollice, dell'indice, del medio del piccolo mignolo!

"Vi prego aiutatemi! Vi chiedo scusa! Non posso cavarmela da solo, è impossibile! Ho capito che siamo tutte e cinque molto importanti!"

Le quattro dita, che nascoste stavano osservando tutto, decisero di uscire allo scoperto.

Oramai l'anulare aveva imparato la lezione: ognuna di loro aveva bisogno delle altre.

Quindi come ogni mattina si incontrarono e soddisfatte iniziarono la giornata lavando il visino di Anna.





Ma perché la chiamano **SOLIDARIETÀ'**

- Termine che deriva da *solidale* o *solidario* ed entrambi nascono da *solido* che significa **intero, compatto**, massiccio.
- Un **tutto unito per la presenza di forti legami** che tengono unite tutte le sue parti.
- Nella fisica meccanica *solido* indica un collegamento rigido fra parti.
- Nella sociologia: *solidale* indica "un vincolo di fratellanza, coesione sociale, reciprocità ecc." Tra le persone e quindi **forti legami tra gli individui**.
- Solidarietà è un sostantivo che deriva dalla parola francese *solidaire* e che sta ad indicare "**un atteggiamento di benevolenza e comprensione, ma soprattutto di sforzo attivo e gratuito, atto a venire incontro alle esigenze e ai disagi di qualcuno che ha bisogno di aiuto**".

Qual è un esempio di Solidarietà?

La Famiglia

La famiglia costituisce il primo nucleo di "solidarietà" in quanto i singoli membri sono come "le dita della mano".

Membri della Famiglia



Forte Legame "Naturale"

Solidarietà Familiare

La Famiglia perciò rappresenta il modello di riferimento ideale in quanto i progetti realizzati dall'insieme dei membri sono più facilmente organizzabili e più coinvolgenti per ciascun membro.

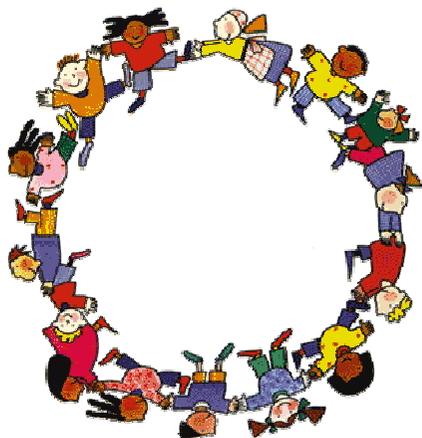


Ad esempio in caso di successo di un familiare tutta la famiglia festeggia ed è felice e così anche in caso di malattia di un componente tutti sono coinvolti e partecipi.

Appena il cerchio si allarga, appena il vincolo diviene meno stretto e passiamo da questa **solidarietà cosiddetta "naturale"** ad una **solidarietà detta "sociale"**, in cui il legame non è più il vincolo familiare, ma l'amicizia, il gruppo, la comune cittadinanza e *via via che il cerchio si dilata.....*

via via che il cerchio si dilata.....

La Tribù



L'insieme delle famiglie con obiettivi comuni ha costituito in antichità la **tribù** che **riprendeva in senso allargato il concetto di solidarietà**

Nella tribù i ruoli erano ben definiti: alcuni si occupavano della caccia, altri raccoglievano bacche e cibo, altri erano i guaritori etc, tutti insieme collaboravano facendo fronte comune contro i nemici esterni o nelle calamità naturali.

L'appartenenza ad una squadra, ad una nazione, ad una città, ad un quartiere: alla propria tribù.



La Solidarieta' può essere

Sociale

- 🌐 Il termine *sociale* deriva dal termine latino *societas* il cui significato identificava proprio lo *"stare insieme"* dei cittadini.
- 🌐 Solidarietà sociale indica quindi tutte quelle attività svolte da enti pubblici, privati e da individui singoli, per sollevare persone costrette ai margini della società a causa di problemi economici (disoccupati, sottostipendiati, pensionati, ecc.) o di altro genere (malati, invalidi, stranieri, ecc.)



Cos'è il Volontariato

Quando la Solidarietà viene esercitata durante il tempo libero dai singoli cittadini o da cittadini riuniti in associazioni *no-profit* assume il carattere di ***VOLONTARIATO***.

È un'attività libera e gratuita svolta per ragioni di solidarietà e di giustizia sociale.

Si rivolge a persone in difficoltà, alla tutela dell'ambiente, della natura e degli animali, alla conservazione del patrimonio artistico e culturale.



Legge 266 11/08/1991

LEGGE QUADRO SUL VOLONTARIATO

Art. 2 Attività di volontariato

Punto 1.

".....per attività di volontariato deve intendersi quella prestata in modo *personale, spontaneo e gratuito*, tramite l'organizzazione di cui il volontariato fa parte, senza fini di lucro anche indiretto ed *esclusivamente per fini di solidarietà.*"



Carta Dei Valori Del Volontariato

PRINCIPI FONDANTI

Volontario è la persona che, adempiuti i doveri di ogni cittadino, mette a disposizione il proprio tempo e le proprie capacità per gli altri, per la comunità di appartenenza o per l'umanità intera. Egli opera in modo libero e gratuito promuovendo risposte creative ed efficaci ai bisogni dei destinatari della propria azione o contribuendo alla realizzazione dei beni comuni.

I volontari esplicano la loro azione in forma individuale, in aggregazioni informali, in organizzazioni strutturate; pur attingendo, quanto a motivazioni, a radici culturali e/o religiose diverse, essi hanno in comune la passione per la causa degli esseri umani e per la costruzione di un mondo migliore.

Il volontariato è azione gratuita. La gratuità è l'elemento distintivo dell'agire volontario e lo rende originale rispetto ad altre componenti del terzo settore e ad altre forme di impegno civile. Ciò comporta assenza di guadagno economico, libertà da ogni forma di potere e rinuncia ai vantaggi diretti e indiretti.

Il volontariato è, in tutte le sue forme e manifestazioni, espressione **del valore della relazione e della condivisione** con l'altro. Al centro del suo agire ci sono le persone considerate nella loro dignità umana, nella loro integrità e nel contesto delle relazioni familiari, sociali e culturali in cui vivono.

Il volontariato è **scuola di solidarietà** in quanto concorre alla formazione dell'uomo solidale e di cittadini responsabili. Propone a tutti di farsi carico, ciascuno per le proprie competenze, tanto dei problemi locali quanto di quelli globali e, attraverso la partecipazione, di portare un contributo al cambiamento sociale.

Il volontariato è **esperienza di solidarietà e pratica di sussidiarietà** opera per la crescita della comunità locale, nazionale e internazionale, per il sostegno dei suoi membri più deboli o in stato di disagio e per il superamento delle situazioni di degrado.

Il volontariato è **responsabile partecipazione e pratica di cittadinanza solidale** in quanto si impegna per rimuovere le cause delle disuguaglianze economiche, culturali, sociali, religiose e politiche.

Il volontariato svolge un **ruolo politico: partecipa attivamente ai processi della vita sociale** favorendo la crescita del sistema democratico; soprattutto con le sue organizzazioni sollecita la conoscenza ed il rispetto dei diritti, rileva i bisogni e i fattori di emarginazione e degrado, propone idee e progetti, individua e sperimenta soluzioni e servizi, concorre a programmare e a valutare le politiche sociali in pari dignità con le istituzioni pubbliche cui spetta la responsabilità primaria della risposta ai diritti delle persone.

ATTEGGIAMENTI E RUOLI I VOLONTARI

I volontari sono tenuti a **conoscere fini, obiettivi, struttura e programmi** dell'organismo in cui operano e partecipano, secondo le loro possibilità, alla vita e alla gestione di questo nel pieno rispetto delle regole stabilite e delle responsabilità.

I volontari **svolgono i loro compiti** con competenza, responsabilità, valorizzazione del lavoro di équipe e accettazione della verifica costante del proprio operato. Essi garantiscono, nei limiti della propria disponibilità, continuità di impegno e portano a compimento le azioni intraprese.

I volontari **si impegnano a formarsi** con costanza e serietà, consapevoli delle responsabilità che si assumono soprattutto nei confronti dei destinatari diretti dei loro interventi. Essi ricevono dall'organizzazione in cui operano il sostegno e la formazione necessari per la loro crescita e per l'attuazione dei compiti di cui sono responsabili.

I volontari **riconoscono, rispettano e difendono la dignità delle persone** che incontrano e si impegnano a mantenere una totale riservatezza rispetto alle informazioni ed alle situazioni di cui vengono a conoscenza.

I volontari ricevono dall'organismo di appartenenza o dall'Ente in cui prestano servizio **copertura assicurativa** per i danni che subiscono e per quelli economici e morali che potrebbero causare a terzi nello svolgimento della loro attività di volontariato. Per il principio della gratuità i volontari possono richiedere e ottenere esclusivamente il **rimborso delle spese realmente sostenute** per l'attività di volontariato svolta.



Definizione di **Solidarietà** della Fondazione ANT

*"La Solidarietà è la risposta al richiamo della
Sofferenza con Amore"*

(Prof. F. Pannuti)

La **Solidarietà** secondo l'ANT è intesa come
"Insiemeità"

- **Condivisione** *delle azioni e idea di appartenenza*
- **Comunione** *stare insieme, solidarietà*
- **Motivazioni** *le cause che mettono in moto il processo*

Il linguaggio della Solidarietà è l'esempio.

Di fronte alla propria sofferenza e a quella altrui è
necessario assumere atteggiamenti di



Il Volontario della *Solidarietà*

Possiede le seguenti caratteristiche:

- ④ *Onestà*
- ④ *Adesione ai principi morali dell'Eubiosia*
- ④ *Disponibilità di tempo programmabile*
- ④ *Si muove in base all'individuazione della sofferenza fisica, morale, psicologica, sociale ed economica.*
- ④ *Lavora come una formica, "sempre e silenziosamente, senza chiedere mai ringraziamenti o ricompense"*
- ④ *Ha naturalmente dei limiti di tempo e di competenze a livello professionale.*



Il Volontario ANT



"C'è una notte nera e una pietra ancora più nera: sulla pietra c'è una formica nera e Dio la vede"

(Dal Libro del Corano)

"Chiedete e vi sarà dato; cercate e troverete; bussate e vi sarà aperto; perché chiunque chiede riceve, e chi cerca trova e a chi bussa sarà aperto"

(Dal Vangelo secondo Matteo 7,7-12)

"Questo vale sicuramente anche per i Volontari dell'ANT, che come voi sapete si chiamano "Formiche" (dall'inglese "ant" che si traduce in "formica").

Ogni volontario costituisce un anello della catena aperta di solidarietà per il bene comune.



Enti di Volontariato e di Solidarietà



ONLUS

Organizzazione Non Lucrativa di Utilità Sociale:

Indica una categoria tributaria con una serie precisa di requisiti e che ha la possibilità di godere, grazie a questi, di agevolazioni fiscali. Non possono svolgere attività commerciali e pubblicitarie.

Terzo settore

È quel complesso di istituzioni (cooperative sociali, associazioni di promozione sociale, associazioni di volontariato, ecc.) che all'interno del sistema economico si colloca tra lo stato e il mercato;

Sono soggetti organizzativi di natura privata ma volti alla produzione di beni e di servizi a valenza pubblica o collettiva.



Le organizzazioni di volontariato sono tenute a **fare propria una cultura della comunicazione** intesa come strumento di relazione, di promozione culturale e di cambiamento, attraverso cui sensibilizzano l'opinione pubblica e favoriscono la costruzione di rapporti e sinergie a tutti i livelli.

Coltivano e diffondono la comunicazione con ogni strumento privilegiando - dove è possibile - la rete informatica per migliorare l'accesso alle informazioni, ai diritti dei cittadini, alle risorse disponibili.

Le organizzazioni di volontariato interagiscono con il mondo dei *mass media* e dei suoi operatori perché informino in modo corretto ed esaustivo sui temi sociali e culturali di cui si occupano.

E io, studente, cosa posso fare come Volontario?

Tutti e quindi anche gli studenti possono fare qualcosa per aiutare gli altri.

L' impegno e le attività devono essere proporzionate all' età e alla capacità di ciascuno.

Innanzitutto occorre individuare il campo d'interesse in cui svolgere la propria attività:

*la tutela della natura,
la tutela degli animali
la tutela dei bambini,
la tutela dei poveri,
la tutela di persone ammalate,
la tutela dei sofferenti*



poi con l' aiuto dei genitori e/o degli insegnanti si organizza un piano di adesione al progetto.

Il progetto può prevedere una raccolta fondi per finanziare l' iniziativa, una partecipazione diretta a promuoverla con parenti e amici o addirittura la partecipazione attiva alle manifestazioni dell'associazione di volontariato.

Come studente cosa posso fare per l' ANT?

Se frequento le scuole elementari e medie posso:

- 1. Raccogliere denari nei **Salvadanai ANT** presenti nei negozi, nella mia famiglia, nella mia classe nella mia scuola o tra i miei amici per sostenere i progetti ANT



- 2. Diffondere a tutti quelli che conosco le informazioni per la **tutela della salute e di un corretto stile di vita** e quindi essere utile per il bene della comunità di cui faccio parte
- 3. Sugerire a genitori e insegnanti di **sostenere la Fondazione ANT**

Gli studenti delle scuole superiori

oltre a tutto ciò possono svolgere **attività di volontariato** presso le sedi ANT all'interno degli uffici, della biblioteca, dei magazzini, dei **cANTucci della Solidarietà** (in Italia ce ne sono 32). Possono svolgere l'attività di volontariato anche presso i **Mercatini ANT** e i **Banchetti ANT** dove si propongono gli oggetti che si tramuteranno in risorse per la **Solidarietà**.



**FONDAZIONE ONLUS -
UFFICI ACCOGLIENZA PER L'ASSISTENZA DOMICILIARE**

CITTA'	INDIRIZZO	TELEFONO
Bologna	Via Jacopo di Paolo, 36	051 7190111
Bologna C/o Ospedale Malpighi	Via Albertoni,15	051 6362320
Acquaviva delle Fonti (BA)	Via N. Scalera, 45	080 758055
Bari	Via De Amicis, 43/45	080 5428730
Brescia	Via Della Chiesa, 75	030 3099423
Brindisi C/o Ex Ospedale "A. Summa"	P.zza A. di Summa	0831 522225
Civitanova Marche (MC)	Vicolo Sforza, 8	0733 829606
Fasano	Via Galatola, 39	080 4421010
Ferrara	Corso Isonzo, 1/F	0532 201819
Firenze	Via delle Panche, 40/B	055 5000210
Foggia	Via Brindisi, 25	0881 707711
Francavilla Fontana	Via San Francesco d'Assisi, 87	0831 815978
Grottaglie (TA)	Via Giusti, 12	099 5610104
Imola (BO)	Via Selice 78	0542 27164
Lecce	Via Orsini del Balzo, 10	0832 303048
Livorno	Via Cavalletti, 6	0586 211830
Manfredonia (FG)	Via Matteotti, 46	347 4498567
Mesagne (BR)	Via A. Profilo fu Tommaso, 9	0831 777000
Modena	Via Verdi, 60	059 238181
Molfetta, Giovinazzo, Ruvo (BA)	Corso Regina Margherita di Savoia, 18	080 3354777
Napoli	Corso Umberto I, 381	081 202638
Nogara (VR) C/o Villa Raimondi	Via Falcone e Borsellino	340 4067424
Pesaro	Corso XI Settembre, 221	0721 370371
Pistoia	Via Del Canbianco, 19	0573 359244
Pontedera (PI)	Via Belfiore, 2	0587 53993
Porto Sant'Elpidio (AP) C/o Casa del Volontariato	Via Del Palo, 10	0734 900264
Potenza	Piazzale Don Uva, 4	0971 442950
Prato	Via Boni, 5	0574 574716
Roma - Ostia	Via A. Piola Caselli, 143	0656 368534
San Pancrazio Salentino (BR)	Via San Pasquale, 123	0831 664680
Taranto	Via Pitagora, 90/B	099 4526722
Tolentino (MC) C/o Comune	Piazza Libert�, 3	0733 966850
Trani, Bisceglie, Barletta, Corato (BT)	Via Fusco, 59	0883 584128
Urbino	Via Gramsci, 29	0722 2546
Vignola (MO)	Via M. Pellegrini, 3	059 766088
Villa D'Agri (PZ)	Via Roma, 16	0975 354422

CANTUCCI

I negozi della Solidarietà presso i quali è possibile effettuare uno shopping solidale. Essi rappresentano, nel panorama delle iniziative di promozione, un punto permanente di raccolta di contributi mediante l'offerta di oggetti donati da privati, negozi o aziende.

CANTUCCI					
1	Albenga	Via Roma, 46	CAP 17031	SV	Tel. 0182 556060
2	Arezzo	Via Signorelli, 32/A	CAP 52100	AR	Tel. 0575 295172
3	Bari	Via de Amicis, 43/45	CAP 70125	BA	Tel. 080 5428730
4	Bisceglie	Via Camere del Capitolo, 16	CAP 70052	BA	Tel. 080 3951472
5	Bologna	Via Belmeloro, 3/B	CAP 40126	BO	Tel. 335 7837514
6	Bologna	Via Broccaindosso, 1/G-H	CAP 40125	BO	Tel. 051238232
7	Bologna	Via Baldini, 7/A	CAP 40133	BO	Tel. 348 3102825
8	Bologna	Via Giulio II, 4/A	CAP 40128	BO	Tel. 348 4046550
9	Bologna	Via S.Donato, 66/13	CAP 40127	BO	Tel. 348 7407733
10	Bologna	Via S.Isaia, 17/b	CAP 40123	BO	Tel. 348 7427185
11	Bologna	Via Veronese, 1/3	CAP 40133	BO	Tel. 348 3116268
12	Bologna	Via Val D'Aposa, 4/B	CAP 40121	BO	Tel. 348 3102673
13	Bologna	Via Bergami, 9	CAP 40133	BO	Tel. 340 5028700
14	Brescia	Via Trento, 15/N	CAP 25128	BS	Tel. 030 305937
15	Casalechio di Reno	Via Marconi, 43	CAP 40033	BO	Tel. 348 3102676
16	Castelfranco Emilia	Va Tarozzi, 21	CAP 41013	MO	Tel. 348 3102847
17	Carpi	Via Rovighi, 37	CAP 41012	MO	Tel. 348 3102847
18	Crespellano	Via Sarti, 3	CAP 40056	BO	Tel. 333 3861750
19	Ferrara	Piazzetta S.Nicolò, 1	CAP 44100	FE	Tel. 348 3102760
20	Firenze	Via Atto Vannucci 8/10 Rosso	CAP 50134	FI	Tel. 055 4633602
21	Lecce	Via Orsini del Balzo Giovanni Antonio, 8	CAP 73100	LE	Tel. 0832 303048
22	Livorno	Via dei Cavalletti, 6	CAP 57126	LI	Tel. 0586 211830
23	Loiano	Via Roma 24	CAP 40050	BO	Tel. 349 1809838
24	Martina Franca	Via Toniolo, 8/oo	CAP 74015	TA	Tel. 080 4302756

25	Mirandola	Via Volturmo, 41	CAP 41037	MO	Tel. 0535 20525
26	Modena	Via Verdi, 107	CAP 41100	MO	Tel. 059 238181
27	Molfetta	C.so Regina Margherita, 18	CAP 70056	BA	Tel. 080 3354777
28	Monfalcone	Via IX Giugno 58	CAP 34074	TS	Tel. 0481 712723
29	Ostiglia	Via Cavour, 9	CAP 46035	MN	Tel. 328 3926828
30	Pistoia	Via del Canbianco, 19	CAP 51100	PT	Tel. 0573 359244
31	Pontecchio Marconi	Via Porrettana, 163	CAP 40037	BO	Tel. 051 845680
32	Prato	Via Boni Emilio, 5	CAP 59100	PO	Tel. 0574 574716
33	Roma - Ostia Lido Nord	Via Piola Caselli, 143	CAP 00122	ROMA	Tel. 06 56368534
34	Roncoferraro	Via Largo Nuvolari, 5	CAP 46037	MN	Tel. 347 1125250
35	S.Lazzaro	via Firenze, 1/b .	CAP 40068	BO	Tel. 348 7403794
36	S.Pancrazio Salentino	Via S.Pasquale, 123	CAP 72026	BR	Tel. 0831 664680
36	Taranto	Via Pitagora, 90	CAP 74100	TA	Tel. 099 4526722
37	Trani	Via Fusco, 59	CAP 70059	BT	Tel: 0883 584128
38	Vidiciatico	VIA Ca' Gherardi, 3/B	CAP 40042	BO	Tel. 347 6609991
39	Vignola	Via Della Resistenza, 247	CAP 41058	MO	Tel. 348 0152203
TEMPORARY SHOPS					
	Bologna	Centro Commerciale Officine Minganti - Via della Liberazione, 15	CAP 40128	BO	Tel. 348 3106521
	Bologna	Centro Commerciale S. Ruffillo - Via A. Ponchielli, 23	CAP 40141	BO	Tel. 347 4423135
	Nogara	P.zza Umberto, 1	CAP 37054	VR	Tel. 3487323643
	Lendinara	Centro Commerciale Base - Via Lorenzo Canozio, 69	CAP 45026	RO	Tel. 347 2796510

Per maggiori informazioni telefonare al numero
051 7190134 oppure al **346 2297623**

Il Decalogo della Prevenzione

- 1. NON FUMARE**
- 2. MANGIA MOLTA FRUTTA E VERDURE**
- 3. LIMITA L'USO DI GRASSI, SOPRATTUTTO ANIMALI**
- 4. LIMITA IL CONSUMO DI BEVANDE ALCOLICHE**
- 5. EVITA LE SOSTANZE STUPEFACENTI**
- 6. FAI ATTIVITA' FISICA**
- 7. CONTROLLA IL TUO PESO**
- 8. NON ESPORTI TROPPO ALLA LUCE SOLARE E
LIMITA L'USO DI LAMPADE ABBRONZANTI**
- 9. CONDUCI UNA VITA SESSUALE RESPONSABILE**
- 10. ESEGUI REGOLARMENTE I CONTROLLI MEDICI
PER UNA CORRETTA DIAGNOSI PRECOCE**

I VALORI DELL'ANT

- 1. Considera in ogni occasione la vita un valore sacro ed inviolabile.**
- 2. Considera l'eubiosia (la buona-vita, la vita-in-dignità) un obiettivo primario da conquistare quotidianamente.**
- 3. Accogli la morte naturale come naturale conclusione dell'eubiosia.**
- 4. Considera ogni evento della malattia reversibile.**
- 5. Combatti la sofferenza (fisica, morale e sociale) tua e degli altri con lo stesso impegno.**
- 6. Considera tutti i tuoi simili fratelli.**
- 7. Il sofferente richiede la tua comprensione e la tua solidarietà, non la tua pietà.**
- 8. Evita sempre gli eccessi.**
- 9. Porta il tuo aiuto anche ai parenti del sofferente e non dimenticarti di loro anche "dopo".**
- 10. Il nostro molto sarebbe niente senza il poco di tanti.**



A cura di:

dott.ssa Marina Casadio, Dipartimento Formazione ANT
dott.ssa Celestina Savoia, Dipartimento Formazione ANT
sig.ra Alessandra Bonazzi, Dipartimento Formazione ANT

FONDAZIONE ANT Italia ONLUS

Istituto delle Scienze Oncologiche, della Solidarietà e del Volontariato

Via Iacopo di Paolo 36, 40128 Bologna

Tel 051 7190111, fax 051377586

www.ant.it

conto corrente postale n° 11424405

Aiutaci destinando il 5x1000 della prossima dichiarazione dei redditi e apponi il Codice Fiscale che segue

C.F. 01229650377

NON COSTA NIENTE!



puoi
destinare
il tuo

5x1000

C.F. 01229650377

Con la collaborazione di:

ALFA WASSERMANN

