

chi  
siamo

**PRIAMO** è un'Associazione di Promozione Sociale che nasce dalla volontà di un gruppo di persone di diversa provenienza professionale, culturale e sociale, con l'interesse comune di diffondere la cultura e l'informazione in ambito psiconcologico. La **MISSION** di PRIAMO è la realizzazione di percorsi e attività finalizzate a restituire al paziente oncologico e ai suoi familiari una buona qualità di vita attraverso un supporto psicologico, sociale e riabilitativo durante le diverse fasi del percorso di cura.

#### COME DIVENTARE VOLONTARIO

Fare il volontario Priamo è semplice, sono necessari impegno e senso di solidarietà. Occorre possedere i seguenti requisiti:

- Essere maggiorenne
- Avere a disposizione del tempo libero da dedicare all'associazione
- Durante le manifestazioni essere disponibile una giornata intera o una serata

Se hai i requisiti per diventare volontario, sosterrai un incontro informativo durante il quale saranno illustrate le attività dell'Associazione.

# Percorsi Consulenze Laboratori

PER CURARE LA QUALITÀ DI VITA  
DI FRONTE ALLA DIAGNOSI ONCOLOGICA

 **PRIAMO**  
A.P.S. associazione



**DONA IL TUO 5X1000 A PRIAMO CF: 98158080170**

Una donazione, può essere fatta utilizzando l'IBAN  
**IT55L 08692 11205 027000271698**

#### ASSOCIAZIONE PRIAMO

Sede: Via della Lama 61- 25133 Brescia  
T. +39 **030 7281786** Mobile +39 **347 4785439**  
segreteria@associazionepriamo.it / associazionepriamo@pec.it

[www.associazionepriamo.it](http://www.associazionepriamo.it)



**PRIAMO** offre percorsi integrati di cura, atti a garantire una presa in carico globale del paziente e dei familiari e percorsi di educazione e promozione alla salute rivolti alle scuole.

I servizi offerti sono: colloqui di supporto psiconcologico e psicoterapeutico individuale e/o di gruppo, consulenza nutrizionale, sportello informativo sui diritti assistenziali, consulenza dermatologica, laboratori esperienziali di gruppo (musicoterapia, yoga, danzaterapia, Tai Chi, laboratorio psicorporeo, biomusica, tecniche di rilassamento, arteterapia, ed altre tecniche), percorsi di educazione e promozione della salute, progetti psicosociali/riabilitativi, corsi di formazione e serate informative rivolte alla popolazione. La sede delle attività è situata a **Mompiano** in **via della Lama 61**.

il  
progetto



# Percorsi Consulenze Laboratori

## Supporto Psiconcologico al paziente e ai suoi familiari

Il supporto psiconcologico ha l'importante compito di affiancarsi ed integrarsi ai trattamenti medici, garantendo al malato il riconoscimento delle sue esigenze fisiche, psichiche, sociali ed esistenziali.

## Incontro informativo di gruppo su menopausa indotta e sessualità

L'incontro informativo spiega i disturbi ginecologici e sessuali che spesso conseguono alle terapie oncologiche (secchezza vaginale, dolore durante i rapporti, problematiche urinarie, etc.) e possibili soluzioni che aiutano la donna a recuperare benessere, un'immagine migliore della propria femminilità e un migliore rapporto con il partner.

## Incontro informativo di gruppo e consulenza nutrizionale

Una corretta alimentazione può aiutare il malato oncologico durante il trattamento radio/chemioterapico.

Una dieta adeguata e specifica, insieme alla corretta preparazione dei cibi, permette infatti di mantenere peso, tollerare meglio le terapie e ridurre gli effetti collaterali.

## Consulenza dermatologica

È importante prevenire e curare le modificazioni estetiche prodotte da alcune terapie oncologiche alla cute e al cavo orale, riducendo nei pazienti il senso di isolamento e incomprensione. L'alterazione dell'immagine corporea è infatti una delle principali fonti di distress, potendo compromettere l'identità e le relazioni del paziente.

## Progetto Drive - il volante amico

Il servizio si rivolge a persone che vivono sole, impossibilitate a spostarsi con facilità o con familiari occupati al lavoro e per persone che frequentano il progetto Ortensia e offre un servizio di accompagnamento e sostegno in occasione di:

- Visite mediche, esami di laboratorio, ricoveri
- Cicli di terapie (radio/chemioterapia)
- Disbrigo di pratiche amministrative

## Consulenza e fornitura parrucche

Il servizio, in collaborazione con l'Associazione Cancro Primo Aiuto di Monza, ha lo scopo di fornire gratuitamente una parrucca alle donne che hanno la necessità di sottoporsi a cicli di chemioterapia e che desiderano migliorare la loro immagine corporea, per ridurre o contenere il trauma causato dall'alopecia indotta dai farmaci.

## Sportello informativo sui diritti assistenziali del malato

Il servizio offre assistenza circa le tutele e le provvidenze che lo Stato prevede (es. domanda per esenzione ticket, stato di invalidità, indennità di accompagnamento, permessi lavorativi del malato e dei familiari, collocamento obbligatorio).

## Le terapie complementari si integrano ai trattamenti medici e contribuiscono a migliorare la qualità di vita di pazienti e familiari.

### Tecniche di Rilassamento e visualizzazioni guidate

Riducono lo stato di disagio, favoriscono il controllo dell'ansia e la stabilizzazione del tono dell'umore.

### Yoga

È una pratica indiana finalizzata ad armonizzare il corpo, liberare la mente e acquisire maggiore consapevolezza di sé attraverso posture specifiche, rilassamento, meditazione e pratiche respiratorie.

### Laboratorio psicocorporeo

Attraverso tecniche di respirazione ed esercizi corporei è possibile conoscere e ascoltare il proprio corpo imparando a gestire lo stress in maniera funzionale e migliorare la qualità di vita.

### Arteterapia

Modalità espressiva non verbale per promuovere il recupero e lo sviluppo della creatività della persona attraverso la produzione artistica e l'uso libero di materiale pittorico.

### Danzaterapia

La Danzaterapia è un metodo che, attraverso lo stimolo musicale e il movimento espressivo e creativo, può aiutare la persona a ripristinare il proprio benessere psicologico.

### Tai Chi

Appartiene alle discipline delle arti marziali e basa il suo principio sui movimenti lenti e di consapevolezza del proprio corpo favorendo uno stato di benessere.

### Musicoterapia

È un valido strumento che riduce i livelli di ansia e di stress, migliora il controllo del dolore, stabilizza il ritmo sonno-veglia, favorisce la compliance ai trattamenti.

### Biomusica

Agisce sull'equilibrio psicofisico attraverso particolari combinazioni sonore sulle zone corporee.

### Progetto Ortensia

Percorso ad approccio multidisciplinare rivolto a chi soffre di malattie respiratorie croniche, che limitano fisicamente e psicologicamente sia il malato che i familiari.

### Progetto Fil-Rouge

Percorso psicosociale riabilitativo rivolto alla donna con cancro al seno, dalla fase diagnostica ai trattamenti, che accede alla Breast Unit dell'Istituto Clinico S. Anna di Brescia.

### Progetto Leonardo

Percorso psiconcologico riabilitativo, rivolto al maschio con cancro alla prostata, che accede all'Unità Operativa di Urologia dell'Istituto Clinico S. Anna di Brescia.

### Educazione e promozione della salute

Prevenzione e promozione del benessere sono due pilastri portanti dell'Associazione, esplicitati mediante percorsi informativi nelle scuole ed eventi aperti alla popolazione, ad approccio multidisciplinare e condotti da professionisti del settore sociosanitario.

### Formazione e Ricerca

Corsi di formazione, di aggiornamento, convegni, seminari di studio ed approfondimento per operatori sanitari, oltre che ricerca scientifica in collaborazione con diversi atenei, società scientifiche e IRCCS.