

I Gruppi Info-Motivazionali si terranno presso:
LUOGHI DI PREVENZIONE
c/o Padiglione "VILLA ROSSI"
Campus San Lazzaro di
Reggio Emilia
Ingresso via Doberdò - 42122
Reggio Emilia



PER INFORMAZIONI E ISCRIZIONI:

In-forma Salute

1° Piano CORE
0522 296497
informasalute@ausl.re.it
elena.cervi@ausl.re.it
dal Lunedì al Venerdì dalle
ore 09:00 alle 15:00

Accettazione DH

Oncologia
4° Piano CORE
0522 296546
dal Lunedì al Venerdì
dalle ore 08:00 alle 13:00

LILT Reggio Emilia

Via V. Alfieri, 1/2
0522/283844
info@legatumorireggio.it

IMPARARE A PRENDERSI CURA DI SE'

Percorsi di salute rivolti a
persone con storia di
tumore o considerate
ad alto rischio familiare



I GRUPPI INFO-MOTIVAZIONALI

I gruppi info-motivazionali sono percorsi di gruppo per il supporto al cambiamento di comportamenti a rischio e per la promozione del benessere psicofisico.

Sono gratuiti e rivolti a persone con storia di tumore nella provincia di Reggio Emilia e ai loro familiari.

La persona con patologia tumorale o ad alto rischio di svilupparla, può considerarsi infatti in una situazione in cui è possibile ed auspicabile modificare il proprio stile di vita. Nello specifico si propone un percorso integrato legato al comportamento alimentare e alla promozione del movimento.



INCONTRO INFORMATIVO

**È PREVISTO UN PRIMO
INCONTRO ORIENTATIVO CHE SI
SVOLGERÀ:**

**Lunedì 12 Giugno 2023
dalle ore 17.00 alle ore 18.30**

**presso la sala d'attesa del
DAY HOSPITAL ONCOLOGICO -
4° Piano - CORE**

**Per accedere al primo incontro
informativo, è necessaria la
prenotazione.**

**Obiettivi di consapevolezza sul
proprio comportamento
alimentare:**

**Obiettivo del percorso è sfatare
miti e pregiudizi sul cibo,
riconoscendone la dimensione
simbolica, affettiva e relazionale
attraverso l'esplorazione di nuovi
gusti e sapori.**

**Obiettivi di Promozione di attività
fisica:**

**Obiettivo del percorso è
incentivare un'attività motoria
che sia protettiva per l'individuo,
al fine di riacquisire una qualità
di vita quanto più simile a quella
precedente l'insorgenza della
malattia.**

**Obiettivi di Promozione del
benessere psico-fisico:**

**Obiettivo del percorso è
l'integrazione dei propri vissuti
emotivi, attraverso il rinforzo del
passaggio alla consapevolezza e
l'apprendimento dalle proprie
esperienze**