

## Δωρεάν βιωματικά εργαστήρια για γυναίκες με καρκίνο του μαστού

05/Νοε/2019 07:33

Οκαρκίνος είναι μια νόσος που απαιτεί ολιστική αντιμετώπιση, κι αυτό ισχύει ακόμη περισσότερο στον καρκίνο του μαστού. Με αυτό το στόχο επαναλαμβάνεται και φέτος, δύο σημαντικές διαφορές το επιτυχημένο πρόγραμμα υποστήριξης, της Novartis Hellas, για γυναίκες που έχουν βιώσει τον καρκίνο μαστού. Φέτος, το πρόγραμμα "Είσαι γυναίκα. Είσαι δύναμη!" παρουσιάζεται ακόμα πιο εξελιγμένο καθώς από τις 18 Νοεμβρίου 2019 έως τις 10 Φεβρουαρίου 2020, προσφέρονται δωρεάν βιωματικά εργαστήρια εκφραστικών τεχνών, σε ολοκληρωμένους κύκλους, τα οποία απευθύνονται σε γυναίκες που νοσούν ή έχουν νοσήσει από καρκίνο του μαστού. Οι εγγραφές έχουν ξεκινήσει και οι ενδιαφερόμενες έχουν τη δυνατότητα να δηλώσουν ηλεκτρονικά συμμετοχή στο πρόγραμμα μέχρι και τις 22 Νοεμβρίου.

**Εγγραφές έως 22 Νοεμβρίου στο: [www.eventora.gr/dynami](http://www.eventora.gr/dynami)**

### **Ολιστική αντιμετώπιση για τον καρκίνο του μαστού**

Στο πλαίσιο της παρουσίασης του προγράμματος μίλησε η Ζένια Σαριδάκη-Ζώρα, MD PhD Παθολόγος – Ογκολόγος, Αντιπρόεδρος της Εταιρείας Ογκολόγων Παθολόγων Ελλάδας (ΕΟΠΕ). "Σε καθημερινή βάση ερχόμαστε σε επαφή με ασθενείς που βιώνουν τις συνέπειες του καρκίνου όχι μόνο στο σώμα τους αλλά και στην ψυχολογία τους. Η ψυχολογία της ασθενούς παίζει σημαντικό ρόλο στην πορεία της ασθένειας και όσο πιο δυνατή και αισιόδοξη νιώθει τόσες περισσότερες και οι πιθανότητες για την επιτυχή αντιμετώπιση της νόσου. Τα βιωματικά εργαστήρια τεχνών αποτελούν υποστηρικτικές θεραπείες που χρησιμοποιούν ως βασικά τους εργαλεία τις τέχνες βοηθώντας στην έκφραση και φροντίδα του πνεύματος και της ψυχής. Εκτός από τα φάρμακα, ο καρκίνος μπορεί να αντιμετωπιστεί πιο ολιστικά. Αυτό που χρειάζονται οι γιατροί, οι ασθενείς και οι φροντιστές είναι περισσότερη εκπαίδευση. Η πρωτοβουλία αυτή έρχεται να καλύψει το κενό. Είναι πολύ δύσκολο στην καθημερινότητα των ογκολόγων να καταφέρουν να δώσουν σε μια γυναίκα το χρόνο που χρειάζεται. Οι σύλλογοι ασθενών βοηθούν επίσης πολύ στη διαχείριση της νόσου. Σε όλα τα μεγάλα ογκολογικά κέντρα του εξωτερικού υπάρχουν τμήματα όπως αυτά των σεμιναρίων με δραστηριότητες που συμπληρώνουν τις θεραπείες και βοηθούν τις ασθενείς σε όλα τα στάδια της νόσου", κατέληξε η κυρία Σαριδάκη.

Ηκυρία Άννα Μουρίκη, Υπεύθυνη Επικοινωνίας στο τμήμα Ογκολογίας της Novartis Hellas ανέφερε σχετικά: "Μετά από την μεγάλη αποδοχή που είχε το "Είσαι γυναίκα. Είσαι δύναμη!" - με 54 βιωματικά εργαστήρια και παραπάνω από 430 συμμετέχουσες - ήταν δέσμευση μας να ανταποκριθούμε και να εξελίξουμε ακόμα περισσότερο αυτό το καινοτόμο πρόγραμμα. Φέτος δίνεται η δυνατότητα, οι γυναίκες να αξιοποιήσουν στο έπακρο τα οφέλη από την εκφραστική τέχνη που θα επιλέξουν, ενώ δεν ξεχνάμε τους φροντιστές και συγγενείς τους".

## Τοπρόγραμμα

Τοπρόγραμμα "Είσαι γυναίκα. Είσαι δύναμη!" δημιουργεί έναν ολοκληρωμένο κύκλο εργαστηρίων διάρκειας δέκα εβδομάδων και περιλαμβάνουν ποικίλες δραστηριότητες με βασικό άξονα τους την τέχνη και την έκφραση. Συγκεκριμένα, οι συμμετέχουσες μπορούν να επιλέξουν ανάμεσα στα εργαστήρια:

- Μουσικοθεραπείας
- Δραματοθεραπείας
- Χοροθεραπείας
- Εικαστικήςθεραπείας

Οιενδιαφερόμενες θα έχουν τη δυνατότητα να παρακολουθούν συστηματικά, μια φορά την εβδομάδα και για διάστημα δέκα εβδομάδων το εργαστήριο της επιλογής τους. Είναι πολύ σημαντικό η κάθε συμμετέχουσα να δεσμευτεί για την παρουσία της καθόλη τη διάρκεια του κύκλου του εργαστηρίου που θα επιλέξει. Επιπλέον υπάρχει η δυνατότητα δήλωσης συμμετοχής σε σεμινάριο:

- Μαγειρικής& Υγιεινής διατροφής
- Make- Up

Παράλληλα, για πρώτη φορά υπάρχει βιωματικό εργαστήριο με κύριο μέσο τη μουσική στο οποίο μπορούν να δηλώσουν συμμετοχή οι συγγενείς και φροντιστές. Με αυτόν τον τρόπο δίνεται η δυνατότητα στους φροντιστές των ασθενών να αποφορτιστούν και να εκφράσουν ελεύθερα τα συναισθήματα που βιώνουν ως συνοδοιπόροι του δύσκολου αυτού ταξιδιού.

Ηκυρία Κλεοπάτρα Γαβριηλίδου, Πρόεδρος του Πανελληνίου Συλλόγου Γυναικών με Καρκίνο Μαστού "Άλμα Ζωής", τόνισε ότι "Το πρόγραμμα για τις γυναίκες με καρκίνο μαστού "Είσαι γυναίκα. Είσαι δύναμη!" επανέρχεται δυναμικά φέτος και είναι χαρά μας να υποστηρίζουμε μια τέτοια πρωτοβουλία που στόχο έχει την ενδυνάμωση των γυναικών που αγωνίζονται ενάντια στον καρκίνο του μαστού. Με την παρακολούθηση των βιωματικών εργαστηρίων ενισχύεται σημαντικά η αυτοπεποίθηση των γυναικών ενώ, παράλληλα, ενθαρρύνονται να εκφράζουν τους φόβους και τις ανησυχίες τους και να μην νιώθουν μόνες αυτή τη δύσκολη περίοδο της ζωής τους".

Ηπαρουσίαση του πρωτοπόρου προγράμματος είναι μία πρωτοβουλία της Novartis Hellas που πραγματοποιείται με ολοκληρωμένους κύκλους εργαστηρίων, υπό την αιγίδα της ΕΟΠΕ και με την υποστήριξη του Πανελληνίου Συλλόγου Γυναικών με Καρκίνο Μαστού "Άλμα Ζωής".

Διαβάστε το άρθρο στο [Capital.gr](https://www.capital.gr)