

Cine este LILT

Noi, cei de la LILT, ne confrontăm cu problema cancerului de peste 70 de ani.

De asemenea, lucrăm alături de comunități străine pentru a promova valoarea prevenirii cancerului și pentru a implica toate comunitățile de migranți din zonă.

Prevenirea este un drept al tuturor.

Acestea sunt câteva dintre spațiile noastre de prevenire unde puteți rezerva vizite:

- **Via Francesco Viganò, 4 Milano** - 02 6571233
- **Via Neera, 48 Milano** - 02 8461227
- **Viale Caterina da Forlì, 61 Milano** - 02 417744
- **Via Fatebenefratelli, 7 Cernusco sul Naviglio** - 02 9244577
- **Via Alessandro Manzoni, 8 Novate Milanese** - 02 87244082
- **Via Fratelli Cairoli, 76 Sesto San Giovanni** - 02 9738 9893
- **Via San Gottardo, 36 Monza** - 03 93902503

Email: prenotazionepazililt@legatumori.mi.it

Il progetto Salute Senza Frontiere II è stato parzialmente finanziato dal Community Award Program 2019 di Gilead.

Community Award
PROGRAM
UN'INIZIATIVA GILEAD



Con il patrocinio di:



PATROCINIO
Comune di
Milano

Prima stampa 2022

Fac și eu prevenție





Povestea lui Gheorghe

„Numele meu este Gheorghe și am ajuns în Italia în 1995 cu ajutorul vărului meu Andrei care m-a găzduit și m-a ajutat să-mi găsesc un loc de muncă.

Acum doi ani, Andrei s-a îmbolnăvit.

Am aflat că este bolnav de cancer. Pe vremea bolii i-am fost aproape, i-am ajutat pe copii la școală și pe soția lui cu cheltuielile casnice.

A fost greu pentru întreaga familie, dar vărul meu este bine acum.

Boala lui m-a învățat cât de important este să nu ajungi să ai cancer, făcând prevenire.

O vizită poate salva viața.”

Faceți prevenție

Dacă mănânci corect, nu fumezi și faci sport, poți ține cât mai departe posibil cancerul. Dacă mergi la medic și faci vizite de diagnostic precoce, poți diagnostica boala la timp. Cu cât descoperi mai devreme o tumoră, cu atât sunt mai mari șansele de vindecare și recuperare.

Adoptă un stil de viață sănătos.

Reduceți riscul de a face cancer.



Este important să faci mișcare în fiecare zi timp de cel puțin **30 de minute**. Nu sta prea mult așezat.



Mănâncă **fructe, legume, leguminoase și cereale integrale în fiecare zi**. Limitați-vă consumul de **carne roșie, mezeluri și carne conservată**.



Pentru a preveni cancerul, cel mai bine este să **renunțați la țigări și să nu beți alcool**.



Rămâneți slăbuți **pe tot parcursul vieții**.

Ce vizite să faci?

Câteva vizite recomandate în clinicile LILT

Vizita urologica

Vizită scurtă și nedureroasă care investighează volumul și caracteristicile prostatei.

Cand?

De la vârsta de 50 sau 40 de ani dacă există antecedente familiale.



Vizită de prevenire a cancerului de piele

Vizită care are ca scop explorarea pielii și alunițelor.

Cand?

O dată pe an de la vârsta de 20 de ani.

Visita otorinolaringoiatra

Înseamnă examinarea nasului și gâtului.

Cand?

De la vârsta de 40 de ani, mai devreme dacă ești băutor și/sau fumător.



Programează-ți vizita
în Spațiile noastre de Prevenire
www.legatumori.mi.it