



Associação Portuguesa
de Leucemias e Linfomas
+ PELOS DOENTES

Notícias APLL #08

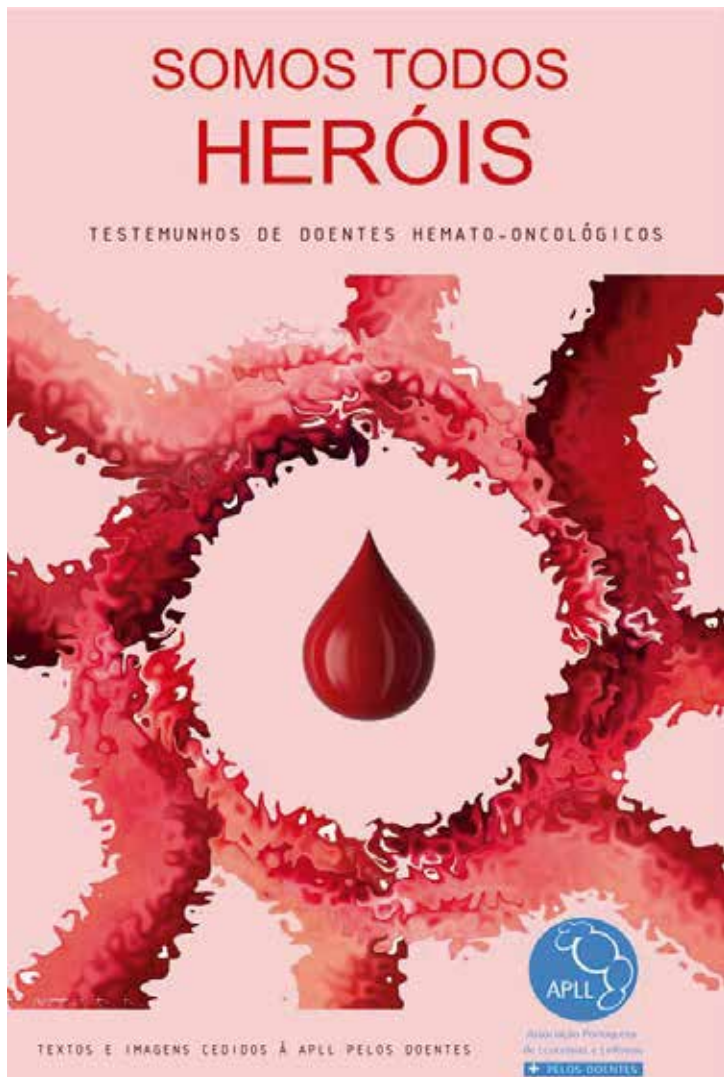
15 anos

JUNTOS SOMOS + FORTES

2001 - 2016

+ LIVRO "SOMOS TODOS HERÓIS"

O livro intitulado "Somos Todos Heróis" tem como missão a partilha de mais de 50 testemunhos das vivências de doentes diagnosticados com doença maligna do sangue (leucemias, linfomas, miloma múltiplo e outras), com o objetivo de encorajar e ancorar a esperança daqueles que enfrentam a mesma experiência.



Trata-se de uma fase complicada, em que é urgente e necessário encontrar a esperança e lutar pela vida.

Neste sentido, os testemunhos das pessoas que enfrentaram a doença e que sobreviveram heroicamente é tão importante para ajudar a consolidar a esperança, num momento em que tantas vezes ela escasseia.



Para além dos testemunhos da doença, e de forma a oferecer uma ajuda mais completa, o livro conta ainda com contribuições da psicologia oncológica, prestadas por especialistas no acompanhamento de doentes e familiares. Desta forma, reúne-se no livro duas visões da experiência de doença; a visão dos que a sofrem e enfrentam e a dos que tratam e cuidam das suas consequências psicológicas. Ajude-nos na sua publicação para que possamos manter o apoio psicológico, social e financeiro aos doentes. Vamos juntos, apoiar, encorajar e manter o sorriso na cara das pessoas que lutam os que lutam todos os dias pela vida.

Junte-se a nós nesta missão, vamos Todos ser Heróis e ajudar os que lutam pela vida!

www.apll.com.pt/causas/somos-todos-herois

Qualidade de vida dos doentes e solidariedade da sociedade civil

A “Associação Portuguesa de Leucemias e Linfomas” (APLL) tem como missão apoiar os doentes e os seus familiares, com informação adequada a cada tipo de doença maligna do sangue. É também missão da APLL informar a sociedade civil, através de campanhas de divulgação e artigos de opinião sobre estas doenças.



A APLL celebrou em Abril o 15º aniversário, tendo, ao longo destes anos, congregado doentes, sobreviventes, familiares e público, todos interessados numa maior divulgação e conhecimento das doenças malignas do sangue. Assim, o seu campo de ação tem sido a prevenção e o apoio.

A forma de estar da APLL tem trazido até si um número cada vez mais significativo de doentes/sobreviventes e sócios, que com a sua quotização anual, têm permitido um apoio mais eficaz aos mais carenciados e facilitado a ajuda psicológica/emocional tão necessária para os doentes e familiares que se encontram a atravessar um período de vida difícil e desesperante. Os Voluntários da

APLL, que englobam pessoas e ex-doentes, são os dinamizadores do dia a dia da associação. Durante todos estes anos, o funcionamento da APLL tem sido assegurado por Voluntários que generosamente contribuem com o seu tempo e aptidões para o bom funcionamento da associação. Todos juntos procuram criar o clima de confiança e reafirmar a esperança no espírito de quem sofre.



Na trajetória da Associação, salientam-se iniciativas diversas (ações de formação, encontros, eventos), entre os quais se destacam “Pedalar contra o Linfoma” e “Setembro - mês das doenças do sangue”, cuja realização só foi possível graças ao contributo / apoio financeiro de Empresas e Entidades. Outras iniciativas a destacar são os programas de exercício físico para doentes oncológicos, "De volta à forma " em estreita colaboração com a Porto Lazer e os Centros Hospitalares do Porto e ainda o programa "Pulsar" em parceria com a Câmara Municipal de Braga e o Hospital de Braga. No presente ano, a APLL conta com a ajuda de novos parceiros na área de Empreendedorismo Social para lançar não só campanhas inovadoras de angariação de fundos, como também para promover novas atividades que conduzam a uma melhoria da informação e da qualidade de vida dos doentes.

A Associação pretende continuar a agir de forma empenhada e atuante em prol dos doentes e familiares. Daí que se proponha desenvolver diversas atividades (caminhadas, vendas e leilões solidários, entre outras) com o objetivo último de conseguir apoiar/ dar resposta às necessidades dos doentes carenciados. As celebrações do aniversário da APLL tiveram início em Abril e continuarão

em Setembro (mês das celebrações) e Outubro. Durante o mês de setembro será igualmente publicado o livro “Somos Todos Heróis”, obra que reúne um conjunto de testemunhos de pessoas que foram fragilizadas pela doença. Em Dezembro estão previstas vendas e festas de Natal e a emblemática troca de mensagens “Este Natal pensei em ti”.

O intenso calendário de atividades comprova a tenacidade da Associação no sentido de conseguir estreitar relações entre todos os intervenientes, de incentivar a comunicação entre os doentes e a APLL e ainda de difundir a ação em mais centros hospitalares.

Com a experiência ganha ao longo destes 15 anos, vamos todos juntos fazer + pela vida daqueles que necessitam de +força e +apoio dando-lhes novas esperanças para as suas vidas. Estamos certos de que não há presente sem passado, nem “agora”, sem perspetivas de futuro. E para que o futuro se revista das cores da esperança, precisamos de si, da sua solidariedade.

“A solidariedade é a pedra fundamental de uma nova era na saúde pública”. Jonathan Mann

+ CARTA AO DOENTE HEMATOLÓGICO

A APLL/Associação Portuguesa de Leucemias e Linfomas, fundada em 2001, sediada no edifício da liga Portuguesa Contra o Cancro, no Porto, tem vindo a desenvolver um conjunto de atividades de apoio aos doentes e familiares.



O doente Hematológico está no centro das atenções da APLL, por isso queremos acompanhá-lo durante o seu processo de tratamento. Queremos passar-lhe acima de tudo uma mensagem de esperança. Muitos dos voluntários são sobreviventes de doenças hematológicas, e a sua experiência pode ajudá-lo a si a ver a doença de uma forma mais otimista. Queremos que acredite, assim como nós acreditamos!

As pessoas com doenças hematológicas preocupam-se em cuidar da família, alguns em manter os seus empregos ou continuar com as atividades diárias. É, também, habitual haver preocupação relativa aos exames, aos tratamentos, aos efeitos secundários. O médico poderá responder-lhe às questões sobre os exames, o tratamento, o trabalho e outras atividades.

O assistente social, do seu Centro Hospitalar poderá sugerir recursos sociais para ajudar na recuperação, designadamente ajuda financeira, facilidades de transporte e cuidados ambulatoriais. Em colaboração com o Serviço Social, a APLL poderá participar algum apoio económico.

Pode ainda falar com um psicólogo sobre os seus sentimentos ou discutir as suas preocupações. Este ajudá-lo-á a adaptar-se à sua doença, minimizando o sofrimento e promovendo o seu bem-estar psicológico.

Os amigos e familiares podem dar um grande

A poster for a fundraising event. At the top, two hands are shown holding each other to form a heart shape. The text includes: "15 ANOS APLL", "6 maio 2016", "Música ao vivo Alfreida Correia", "Jantar Solidário", "Solidariedade não se agradece, comemora-se! Junte-se a nós num jantar e ajude quem mais precisa.", "Associação Portuguesa de Leucemias e Linfomas", "Exibição Dança ACADEMIA CINDANÇA", "Jantar Buffet Entradas Pratos Quentes Bebidas Sobremesas Café", "20 EUR POR 5 euros revertem a favor da APLL", and a phone number "252 312 575". At the bottom, there is small text about the APLL and the event location: "APLL - ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE LEUCEMIAS E LINFOMAS, Rua Padre António de Brito nº28a, 4100-013 Galiza da V.N. Famalicão, Portugal" and "REGÍSTRADO - INSTALANTE TPA/DCP, Rua Padre António de Brito nº28a, 4100-013 Galiza da V.N. Famalicão, Portugal".

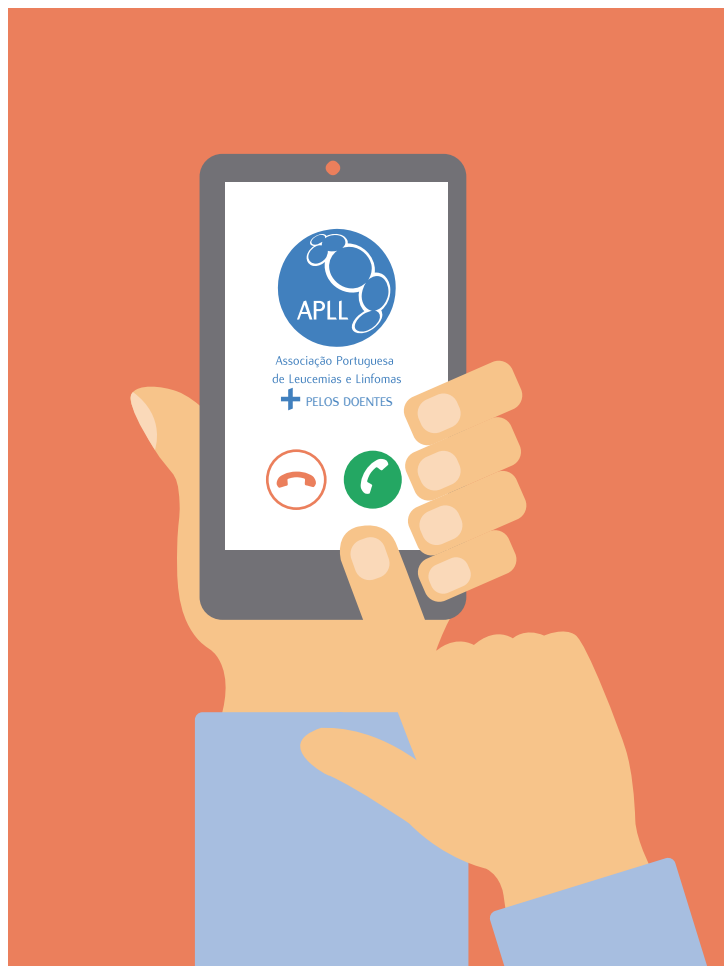
apoio. Muitas pessoas consideram que é útil discutir as suas preocupações com outras que também têm cancro. Assim, podem partilhar o que aprenderam acerca de como lidar com a doença e efeitos do tratamento.

A APLL, está no terreno para ajudar, orientar os doentes segundo as suas necessidades. Os voluntários estão totalmente disponíveis para lhe proporcionar toda a ajuda de forma a minimizar o impacto que a doença possa ter na sua vida, quer na vertente pessoal, profissional, social...

Como principal ator deste episódio da sua vida, acreditamos que vai dar o seu melhor, rumo à sua recuperação. Nós, como atores secundários seguramente tudo faremos para o conduzir nesse sentido.

Lembre-se: o cancro é só uma palavra, não é uma sentença!

Estamos disponíveis, contacte-nos!



No sentido de melhorar a qualidade dos serviços oferecidos pela Associação Portuguesa de Leucemias e Linfomas (APLL), a partir do mês de Abril, irá proceder-se ao contacto telefónico por um membro identificado da APLL a cada um dos nossos doentes, para a colocação de algumas questões e recolha de sugestões de forma a melhorarmos o nosso atendimento individualizado. Irá ser realizado um breve questionário de forma a avaliarmos as necessidades individuais de cada um dos nossos doentes, de forma a vos podermos orientar e apoiar de forma mais precisa e individual.

Participe nesta iniciativa e ajude-nos a ajudar!

Apoios a esta edição:



Designed by Sara Marques
Projeto Voluntdesign



Associação Portuguesa
de Leucemias e Linfomas
+ PELOS DOENTES

Associação Portuguesa de Leucemias e Linfomas
Email: geral@apll.org
Tlm - 914 349 313 / Tlf - 225 488 000
Est. Interior da Circunvalação nº 6657
4200-177 Porto Portugal

15 anos

JUNTOS SOMOS + FORTES

2001 - 2016