

Per maggiori informazioni e supporto:

Contattaci: PCFA è qui per aiutarti. Chiamaci al **1800 22 00 99** o inviaci un'e-mail a enquiries@pcfa.org.au

Per saperne di più: PCFA ha una serie di risorse basate su dati comprovati per gli uomini affetti dal tumore della prostata e per le loro famiglie. Visita: pcfa.org.au

Unisciti a un gruppo di sostegno: I gruppi di sostegno presenti in tutto il Paese riuniscono uomini e donne colpiti dal tumore della prostata. Per individuare il gruppo di sostegno più vicino, visita: pcfa.org.au/support/find-a-support-group

Unisciti alla comunità online: PCFA ospita il più grande gruppo online australiano dedicato a mettere in contatto le persone colpite dal tumore della prostata. Puoi unirti alla comunità online tramite questo link: onlinecommunity.pcfa.org.au

Per ulteriori informazioni sul tumore della prostata, visita:

Cancer Australia: www.canceraustralia.gov.au/affected-cancer/cancer-types/prostate-cancer

Cancer Council Australia: cancer.org.au/about-cancer/types-of-cancer/prostate-cancer

Healthy Male Andrology Australia: healthymale.org.au/mens-health/prostate-cancer

For further support contact:

MensLine Australia: mensline.org.au

Beyond Blue: beyondblue.org.au

Lifeline Australia: lifeline.org.au

Prostate Cancer Foundation of Australia (PCFA)

Siamo l'organizzazione comunitaria leader in Australia nel campo della ricerca, sensibilizzazione e assistenza per il tumore della prostata. In qualità di principale ente benefico australiano per la ricerca sul tumore della prostata, la nostra missione è proteggere la salute delle generazioni presenti e future di uomini in Australia e di migliorare la qualità della vita degli uomini e delle famiglie australiani colpiti dal tumore prostatico.

Il nostro obiettivo è un futuro in cui nessun uomo muoia di tumore della prostata e in cui gli uomini australiani e le loro famiglie ottengano il supporto di cui hanno bisogno.

Per ulteriori informazioni o per fare una donazione, contattaci al:

1800 22 00 99 (numero verde) o visita: pcfa.org.au



Gruppi di sostegno per il tumore della prostata

Gruppi di sostegno per il tumore della prostata

In Australia ogni anno circa 17.000 uomini ricevono la diagnosi di tumore della prostata. Sebbene i tassi di sopravvivenza al tumore della prostata siano alti, con probabilità di sopravvivere almeno cinque anni per oltre il 95% degli uomini, la diagnosi di tumore della prostata è uno degli eventi più stressanti da affrontare nel corso della vita ed è spesso seguita da gravosi effetti collaterali correlati al trattamento e da livelli elevati di angoscia.

I gruppi di sostegno per il tumore della prostata possono aiutarti ad affrontare l'esperienza di questa malattia. Riuniscono uomini che sono stati colpiti da tumore della prostata, i/le loro partner e le loro famiglie e offrono supporto a coloro che hanno una diagnosi attuale di tumore della prostata e a coloro che sono già stati sottoposti a trattamento. I gruppi di sostegno si incontrano regolarmente per sostenersi a vicenda, discutere di esperienze condivise e saperne di più sulla malattia e su come gestirla.

I vantaggi dell'adesione a un gruppo di sostegno

La ricerca suggerisce che il sostegno reciproco da parte di persone con esperienze simili alla propria è molto utile per ridurre l'angoscia causata dal tumore. I gruppi di sostegno reciproco offrono l'opportunità di dare e ricevere aiuto in un clima di mutuo rispetto e di comprensione condivisa dell'esperienza del tumore della prostata.

Far parte di un gruppo di sostegno migliora il benessere emotivo e la qualità della vita, aiuta i membri a sentirsi responsabilizzati e fornisce uno spazio sicuro per chiacchierare, ridere e piangere.

I motivi per aderire a un gruppo di sostegno per il tumore della prostata includono:

- ridurre i sentimenti di isolamento e solitudine
- relazionarsi con altri uomini e partner
- incontrare e parlare con persone che capiscono cosa stai passando
- ottenere sollievo da sentimenti difficili come ansia, paura, rabbia e depressione
- ricevere incoraggiamento, ottimismo e ispirazione
- ricevere supporto e fornirlo agli altri
- porre domande e discutere delle proprie preoccupazioni
- contribuire a sensibilizzare la comunità nei confronti del tumore della prostata
- ottenere le informazioni più recenti e accurate sul tumore della prostata
- ascoltare/assistere a presentazioni da parte di professionisti nel settore medico - in presenza/virtuali.

Cosa fanno i gruppi di sostegno?

I gruppi di sostegno aiutano a sensibilizzare la comunità nei confronti del tumore della prostata. Le attività variano da un gruppo di sostegno all'altro, ma spesso includono:

- una serie di relatori quali infermieri, medici, nutrizionisti, assistenti sociali, fisioterapisti e farmacisti
- eventi sociali
- attività di sensibilizzazione e raccolta fondi
- accesso a risorse e informazioni sul tumore della prostata
- incontri e discussioni su base regolare.

Come faccio a trovare un gruppo di sostegno?

PCFA ha più di 170 gruppi di sostegno affiliati in ogni stato e territorio in tutta Australia. Tra questi ci sono gruppi per uomini con il tumore della prostata avanzato, persone provenienti da comunità culturalmente e linguisticamente diverse (CALD), persone LGBTIQ+, partner e famiglie di uomini con tumore della prostata e uomini più giovani (sotto i 50 anni).

Per trovare il gruppo di sostegno più vicino che faccia al caso tuo, visita:

pcfa.org.au/support/find-a-support-group

Come posso essere d'aiuto?

PCFA offre diverse opportunità a chi vuole assisterci nel nostro lavoro attraverso attività di raccolta fondi e di educazione della comunità.