

## **ASAMMA (Bularreko eta/eso Ginekologiako Minbizia duten Emakumeen Arabako Elkarte)**



Vicente Abreu Margolariaren kalea 7, 01008 Vitoria-Gasteiz

**945 223 292**

[info@asammavitoria.org](mailto:info@asammavitoria.org) / [www.asammavitoria.org](http://www.asammavitoria.org)

Irabazi asmorik gabeko elkarte, bularreko minbizia duten emakume talde batek sortua. Helburu nagusia elkarri eta minbizi horrek jotako beste emakume batzuei laguntza ematea izan zen. Gaur egun, Asammak laguntza hori ematen jarraitzen du, eta, gainera, bularreko eta/edo ginekologiako hainbat profesionalak ematen dituzten tailerrak eta hitzaldiak ditu, minbiziari berariaz eskainiak.

Beste zerbitzu batzuen artean, arreta psikologikoa eskaintzen dute, eta talde-terapiako saioak ere bai. Azken horietan jarduera nagusia esku-hartze soziala duten topaketa terapeutikoak dira eta hainbat gai jorratzen dira jarreretan, jokabideetan, emozioetan eta ohituretan aldaketak sustatzeko, esperientzien trukearen autoezagutzaren eta elkarren laguntzaren bidez. Fisioterapia eta ile-tratamenduak ere eskaintzen ditu elkarteak. Gainera, tai-chi, zumba, sevillanak edo pintura tailerrak antolatzen dituzte, gizarteratzeko eta gaixotasun hori gainditzeko laguntzeko. Urriaren 19a gaixotasun horren aurkako borrokaren munduko eguna da.

2019az geroztik, bularreko minbiziaren aurkako lasterketa solidarioa natolatu dute Vitoria-Gasteizen, gaixotasunari ikusgarritasuna emateko eta ikerketarako dirua biltzeko.

## **Fundación Vital Fundazioaren lankidetz**

Vital Fundazioa ASAMMArekin elkarlanean ari da 2016az geroztik, egiten dituzten informazio eta kultura jarduerak babestuz, elkarreak egindako lana ezagutarazteko. Horretarako, ikasgelak lagatzen dizkio elkarteari eta haien berri zabaltzen lagundu ere bai.

Urtero sinatzen diren hitzarmenei esker, eskuzko masaje linfatikoko programa fisioterapeutikoa eta emozioak berreskuratzeko programa jarri dira abian, minbiziak jotako pertsonaren eta haien familia-inguruneko kideen bizi-kalitatea eta egokitzapena hobetzeko. 2019az geroztik, bularreko minbiziaren auka Vitoria-Gasteizen egiten den lasterketa solidarioa ere babesten dugu, eta denbora gutxian erreferente bihurtu da gure hirian, herritarren parte-hartzeari dagokionez.