

“IL RANCH DELLE DONNE”

un progetto di ACTO PIEMONTE,
un luogo in cui la comunità si
riunisce per affrontare le sfide legate
alla prevenzione oncologica.

*Il Ranch delle Donne è una fattoria del 1900
che stiamo ristrutturando,
E' il vero simbolo di una rinascita, della
collaborazione e l'alleanza tra persone che
vogliono creare un luogo per poter guarire e
crescere insieme.*

*Vogliamo creare un ambiente inclusivo che
favorisca la collaborazione e offra supporto
a tutte le donne coinvolte nella lotta contro il
cancro, le mutazioni genetiche i loro
famigliari.*

Il nostro progetto entra nel discorso più ampio
dell'Oncologia Integrata - “Curare Oltre le Cure”: un
approccio multidisciplinare atto a migliorare i risultati
ottenuti dalla medicina convenzionale.

Dal TO CURE (curare) al TO CARE (prendersi cura)

Abbiamo creato una nuova realtà sociale dove le
donne affette da patologie oncologiche, le vittime di
abuso, le loro famiglie e i caregiver possono vivere la
loro malattia in un contesto che celebra la sensorialità
attraverso la Terra, l'Acqua, le Luci e i Suoni, doni
preziosi offerti dalla natura.

Situata nel Comune di Nichelino (TO), questa fattoria è
un luogo aperto a tutti, con un'attenzione particolare
rivolta anche ai bambini. Qui, vogliamo che le pazienti
e le loro famiglie si sentano a casa, immerse in un
ambiente accogliente che favorisce il benessere e il
sostegno reciproco.

Siamo consapevoli che il percorso non è finito, ma
guardiamo al futuro con entusiasmo e determinazione,
pronti a continuare a promuovere il benessere delle
donne nella nostra comunità.

Presidente
Dott.ssa Elisa Picardo
E.Picardo



Sostienici con una donazione,
hai tanti modi per farlo.

IBAN: IT36D0521630651000000001657

DONA il tuo 5x1000
CF: 94078900019



satispay



LE NOSTRE AREE:

- Zona multi-attività
- Area bimbi
- L'orto e la serra
- Il frutteto e l'uliveto
- Area Pet Therapy
- Area Ristoro
- Spazio eventi

I NOSTRI EVENTI:

- 08/03 Merenda Sinoira
- 08/05 “Women’s Power Party”
- 20/09 “GO FOR... Purple Power!”
- 25/11 Note di Libertà
- 31/11 “Il Ranch da Brividi”
- 08/12 “Il Ranch di Natale”



Il Ranch delle Donne

Via Torricelli 136 ingresso pedonale /
Via Mascagni 86 ingresso carraio
Nichelino (To)

WhatsApp 333 333 8321
email actopiemonte@gmail.com

Facebook: Il Ranch delle Donne
Instagram: [il.ranch.delle.donne](https://www.instagram.com/il.ranch.delle.donne)
www.ilranchdelledonne.org



Arteterapia:

L'emozione per ritrovarci. L'arteterapia è un approccio multidisciplinare e proprio per questo nei laboratori adibiti alle sedute si possono sperimentare tante tipologie di arte. La pittura, il disegno, la musica, il teatro e non solo, sono comunicazione verso l'esterno ma anche tra le diverse parti della persona stessa. L'obiettivo delle singole sedute, e più in generale dell'intera terapia, è comunicare i propri pensieri e le proprie emozioni in modo istintivo, attraverso un disegno, un suono o un movimento.

Pet Therapy:

4 zampe per curare. è una pratica terapeutica che si basa sull'interazione tra gli animali e le persone, al fine di migliorarne il benessere fisico, emotivo, cognitivo e sociale e promuoverne il recupero, la guarigione e il miglioramento della qualità della vita.

Yoga:

Yoga per rilassarci. Racchiude innumerevoli benefici sia per il corpo che per la mente. La parola Yoga significa UNIONE: unisce il corpo, la mente e lo spirito. Si tratta, infatti, di molto di più di un semplice allenamento fisico, poiché coinvolge tutte le aree del benessere interconnesse dentro di noi, che sono riequilibrate attraverso la pratica di esercizi fisici, esercizi di respirazione e meditazione.

Shiatsu:

Ritrovare il benessere con lo Shiatsu. L'applicazione dello Shiatsu, come complementare alle cure mediche, rappresenta un ulteriore tentativo di garantire una continuità assistenziale che possa migliorare la qualità di vita dei pazienti. La tecnica migliora lo stato di rilassamento e di benessere del paziente oncologico, alleviandone i disturbi psico-fisici correlati alle condizioni cliniche e migliorandone la qualità della vita.

Camminata Funzionale:

4 passi in compagnia. La camminata, da sempre, rimane la migliore risorsa di benessere psico-fisico, consigliata a tutti. Ci permette di ottenere moltissimi benefici utilizzando un movimento innato, tutto questo senza praticare esercizi traumatici, perché la camminata non va a sollecitare le articolazioni e la colonna vertebrale.

Pavimento Pelvico in salute:

Imparare a conoscersi per stare meglio. L'allenamento del pavimento pelvico, se praticato con costanza, ha numerosi benefici per la salute e la qualità della vita della donna. L'allenamento è importante soprattutto a scopo preventivo, cioè prima che insorgano disturbi specifici.

Riflessologia Plantare:

Partiamo dai piedi! La riflessologia plantare offre diversi benefici e può essere usata in tante diverse situazioni. Sottoporsi regolarmente a questo trattamento da parte di un esperto è utile per rilassarsi, depurarsi, migliorare la circolazione linfatica e sanguigna, combattere i dolori, riequilibrare l'energia vitale del corpo.

Agopuntura:

Consulenze di terapia antalgica. L'agopuntura per i pazienti oncologici ha lo scopo di ridurre gli effetti collaterali delle terapie tradizionali e migliorare, quindi, la qualità della vita. È una terapia integrata che serve a trattare i disturbi legati alla malattia, e che rappresenta uno strumento in più, in particolare per le pazienti in cura per neoplasie femminili.

Reiki:

Per recuperare l'energia durante le terapie. La pratica del Reiki è una modalità di guarigione basata sull'apposizione delle mani sul campo energetico del paziente, in ambito sanitario bilancia la mente, il corpo e lo spirito in chi lo riceve e di chi lo offre.

Yoga della Risata:

Una palestra della gioia. è una disciplina che fa uso della risata autoindotta, in cui la risata si sviluppa facilmente in gruppo, quando si combinano insieme contatto visivo, giocosità tipica dell'infanzia ed esercizi appositamente studiati per stimolare il gioco. La risata simulata si trasforma presto in risata autentica. Lo yoga della risata favorisce un maggiore apporto di ossigeno al corpo ed al cervello perché ingloba la respirazione yogica, profonda e diaframmatica.

La Forza e il Sorriso:

Look good feel better. L'estetista è in grado di effettuare trattamenti di benessere e di bellezza su persone in terapia oncologica, a ogni stadio della malattia, offrendo trattamenti personalizzati, utili consigli e prodotti di dermocosmesi per le specifiche esigenze della pelle prima, durante e dopo la terapia medica. Queste procedure, sono quindi giudicate utili come interventi complementari durante e dopo la terapia oncologica, proprio con l'obiettivo di attuare un cambiamento positivo della qualità della vita delle pazienti.

Cucitoterapia - Lanaterapia:

Uncinettiamo in compagnia e Corso di cucito creativo. Cucire è particolarmente funzionale per il nostro buon umore. Consente inoltre di liberare la mente dai pensieri più negativi, lavorando allo stesso tempo sul proprio equilibrio psicofisico. Cucire aiuta ad essere pazienti, stabili ed equilibrati e, aspetto ancora più importante, influenza positivamente la fiducia in se stessi.

