



Kids Kicking Cancer

Power Peace Purpose

KIDS KICKING CANCER ITALIA ONLUS

SEDE LEGALE

00195 ROMA | VIA OSLAVIA, 30

CODICE FISCALE: 97674850587

TELEFONO +39 347 3295168

www.
info@ | kkcitalia.it



KIDS KICKING CANCER ITALIA



KKC ITALIA



Kids Kicking Cancer

Power Peace Purpose

**IL POTERE TERAPEUTICO
DELLE ARTI MARZIALI**

**UN AIUTO CONCRETO NELLE DISABILITÀ
E NELLE GRAVI PATOLOGIE INFANTILI**





KIDS KICKING CANCER

Una storia d'amore e di coraggio

Il fondatore di KKC è **Rabbi Elimelech Goldberg**, cintura nera di Choi Kwon Do (arte marziale), **professore in Pediatria alla Wayne State University School of Medicine** di Detroit (USA), padre di Sara, che nel 1981 muore per una leucemia linfoblastica acuta all'età di due anni. Gli ci vorrà molto tempo per risollevarsi. **E un'illuminazione.** Nel 1990, Rabbi G (come simpaticamente lo chiamano ormai grandi e piccoli) dirige un campus clinico estivo per bambini che combattono il cancro e altre malattie ematologiche, e si confronta continuamente con le loro difficoltà a venire a patti col dolore, la paura, l'ansia ed il senso di frustrazione. Alla ricerca di azioni concrete per aiutarli, intuisce il potenziale enorme che i principi più alti e profondi delle Arti Marziali potrebbero avere su di loro. Sperimenta così per la prima volta un programma di Arti Marziali terapeutiche: non solo i risultati sono immediatamente benefici, ma nell'arco di poco tempo producono **effetti molto positivi** e stabili nei bambini che lo seguono. Incoraggiato, Rabbi G prosegue nel 1999 con la sua intuizione, fino a dar forma (anche giuridica) al progetto **Kids Kicking Cancer** (KKC). Da allora il progetto si è diffuso capillarmente negli **USA** e in **Canada**, in **Israele** e in **Italia, primo Paese in Europa**. Rabbi G è stato insignito di numerosi riconoscimenti, ma per lui più importante di tutto restano i bambini e l'aiuto che il suo metodo fornisce loro in momenti terribili della loro giovane vita.

La missione è sintetizzata in tre parole: **POWER, PEACE, PURPOSE**

Queste tre parole, che rappresentano il saluto che si fa in apertura e chiusura di tutte le nostre lezioni, significano letteralmente "Forza | Pace | Scopo/Obiettivo", ma in particolare:

POWER: indica la forza che ognuno di noi ha dentro di sé e che è necessario riscoprire e attivare per gestire qualsiasi situazione estrema, come in questo caso la malattia.

PEACE: rappresenta il primo risultato che si ottiene quando si raggiunge la consapevolezza della propria forza, da cui scaturisce una maggiore tranquillità interiore.

PURPOSE: è l'obiettivo, lo scopo finale e consiste nel far sì che questi bambini diventino ambasciatori di KKC nel mondo, insegnando agli altri le tecniche che hanno appreso ed aiutandoli, così, a sviluppare la propria forza interiore. I Piccoli Eroi insegnano, quindi, ai grandi come usare tecniche di Kids Kicking Cancer per vivere meglio e in salute.





Chi siamo

Siamo Istruttori esperti di arti marziali, che hanno seguito training specifici per poter lavorare con i bambini affetti da patologie oncologiche e croniche.

Siamo tutti volontari di Kids Kicking Cancer, abilitati a portare ufficialmente il suo metodo nei reparti degli ospedali pediatrici.

Siamo figure che condividono un progetto comune volto a "prenderci cura" del bambino, insieme a medici, infermieri, terapeuti e alle associazioni, nell'universo ospedaliero italiano.

Ma prima di tutto, come voi, molti di noi sono **genitori**.

La forza che ci anima ruota esclusivamente intorno al benessere del bambino e alla profusione di tutti gli sforzi e le risorse necessarie per aiutarlo a gestire nel migliore dei modi il difficilissimo momento di dolore che si trova ad affrontare. Quando ad ammalarsi è un bambino piuttosto che un adulto, riuscire a garantirgli una vita il più possibile normale, aiutarlo ad accettare la malattia, incoraggiarlo e motivarlo, diventa importante quanto individuare il trattamento migliore cui sottoporlo.

Kids Kicking Cancer (KKC) è un'organizzazione non profit, che eroga i suoi programmi a titolo assolutamente gratuito per i genitori, per gli ospedali pediatrici e per le strutture extra ospedaliere.

Si autofinanzia grazie a sponsorizzazioni mirate, semplici donazioni private o sponsorizzazioni di enti e aziende.

Non usufruisce di finanziamenti da parte delle aziende ospedaliere e non entra mai in competizione con altre associazioni che operano per il benessere dei bambini.

www.
info@ | kkcitalia.it



La nostra missione: Power, Peace, Purpose

Aiutiamo i bambini affetti da malattie oncologiche e croniche:

- ▶ a gestire meglio il dolore e la paura, la rabbia, la frustrazione ed il senso d'ingiustizia;
- ▶ ad affrontare con determinazione, coraggio e serenità interiore le terapie e la malattia stessa;
- ▶ a dare un senso alla loro terribile prova, divenendo testimoni e ambasciatori di questa "filosofia di resilienza" presso i membri della propria famiglia, gli altri bambini in difficoltà e addirittura presso adulti e giovani sani, che possono trarre validi strumenti di crescita personale.

Le Arti Marziali, il nostro strumento

Nell'immaginario collettivo le Arti Marziali sono legate prevalentemente al culto della forza, a calci, pugni e spettacolari prove fisiche di destrezza nel combattimento corpo a corpo, fino all'uso violento del corpo stesso e di mosse specifiche per rispondere ad aggressioni o addirittura per provocarle. Nulla di più lontano dalla filosofia di KKC.

► Per noi l'Arte Marziale è:

Disciplina | Rispetto
Benevolenza | Altruismo
Autocontrollo
Coraggio
Ottimismo

► Cosa NON fanno i bambini che seguiamo:

non si picchiano
non rischiano di farsi male
non imparano tecniche violente
non sviluppano aggressività
non svolgono attività faticose



► Il valore delle Arti Marziali

Autocontrollo
Atteggiamento positivo
Benevolenza
Sospensione del giudizio
Rispetto

Spirito
Via di sincerità
Concentrazione
Miglioramento del carattere
Lealtà

www.
info@ | kkcitalia.it



Cosa facciamo con i bambini

Li facciamo muovere in armonia, ognuno secondo le proprie possibilità e sempre dopo esserci consultati con il medico di riferimento;

insegriamo loro un **metodo di respirazione** che li aiuta a trovare calma interiore e forza nell'affrontare il dolore;

offriamo loro strumenti di visualizzazione del "male" da espellere dal proprio corpo, e della **calma** che possono invece introiettare attraverso gli esercizi di rilassamento;

li aiutiamo a trasformare il loro senso d'impotenza e di passività in **energia propulsiva verso la guarigione**;

ridiamo loro dignità attraverso il rispetto delle regole che prevedono, per esempio, di indossare il karategi durante le attività KKC;

li facciamo sentire importanti, dando loro la consapevolezza di poter insegnare ad altri ciò che imparano, aiutandoli e cambiandoli in meglio;

li motiviamo a uscire dal proprio "guscio nero" per ritrovare una dimensione di gruppo e di condivisione.



Kids Kicking Cancer

Power Peace Purpose

Dove si svolge il programma

Proprio perché l'attività motoria è importante per i bambini malati, i reparti ospedalieri cercano di mettere a nostra disposizione spazi adeguati e non lontani dalle loro stanze. Tuttavia è anche possibile svolgere gli **esercizi in camera**, perfino nel proprio letto, se le condizioni non consentono al piccolo paziente di alzarsi. Tutto ciò che viene proposto ai bambini dai nostri Istruttori qualificati è dunque frutto di consultazione con i responsabili medici del loro reparto: **lavoriamo con loro solo se riceviamo l'OK dei medici**. Siamo anche in grado, in situazioni particolarmente compromesse, di seguire personalmente i bambini a casa, sempre in contatto con il loro medico di riferimento.

▶ **OGNI BAMBINO PER NOI È SPECIALE E MERITA UN'ATTENZIONE PERSONALIZZATA**



Il movimento migliora l'umore dei bambini

Molti studi clinici hanno evidenziato l'importanza di intervenire con attività motorie sui bambini affetti da tumori infantili o da malattie croniche. Dopo la diagnosi oncologica, la prescrizione di esercizio fisico può avere molti effetti positivi:

il miglioramento degli esiti chirurgici e la riduzione dei sintomi legati agli effetti secondari della radioterapia e della chemioterapia;

il miglioramento del benessere psicologico e il mantenimento delle funzioni fisiche portando anche una soluzione al problema della perdita di massa muscolare e ossea.

▶ **GLI ESERCIZI DI MOVIMENTO INSEGNATI DAI NOSTRI ISTRUTTORI FAVORISCONO LA RIATTIVAZIONE MUSCOLARE E ARTICOLARE E LA STIMOLAZIONE DELL'EQUILIBRIO, DELLA COORDINAZIONE E DELLA BILATERALITÀ.**

www.
info@ kkcitalia.it

Non solo attività motoria

Siamo in grado di insegnare ai bambini a trarre beneficio dalle basi più profonde della tradizione delle Arti Marziali, ovvero dalla respirazione e dal rilassamento, imparando a gestire meglio il dolore, a trovare maggiore coraggio, determinazione e serenità interiore per affrontare la malattia e le terapie a cui devono sottoporsi. I bambini acquisiscono in pratica un potente strumento di autocontrollo e di consapevolezza della propria forza interiore che, attraverso il respiro, il rilassamento e la visualizzazione di situazioni e luoghi piacevoli, contribuisce a ridurre in modo significativo la percezione del dolore, al punto da non rendere necessaria talvolta la somministrazione di farmaci antidolorifici.





È stato eseguito uno studio su 64 bambini oncologici coinvolti in un programma di Kids Kicking Cancer per un totale di 223 sessioni individuali, comprendente sia l'approccio "soft", con esercizi di meditazione e respirazione, che una parte più fisica, costituita da tecniche e approccio interiore delle arti marziali.

I risultati hanno mostrato una riduzione media della percezione del dolore del 40%. Lo studio è stato pubblicato sulla rivista "The Journal of Pediatric Health, Medicine and Therapeutics" (Dove Medical Press; autori: Martin Bluth, direttore medico di KKC USA, e altri scienziati del Children's Research Center del Children's Hospital, Michigan).

Il ruolo fondamentale dei genitori

Gli esercizi che i nostri Istruttori insegnano ai bambini, anche se danno un sollievo immediato, diventano più efficaci quando vengono ripetuti con continuità. È quindi fondamentale che gli istruttori possano "lavorare" forti della fiducia e della consapevolezza dei genitori sui benefici effetti che questi esercizi portano ai bambini. E anche ai genitori stessi. Ecco perché siamo sempre felici se anche voi partecipate alle nostre lezioni imparando gli esercizi insieme ai bambini. Questo vi consentirà di ripeterli con il vostro bambino anche in assenza dell'Istruttore, con tutto il giovamento che ne consegue per entrambi. Sappiamo quanto sia difficile la situazione che state affrontando, quante energie richieda, quanta paura e dolore vi provochi. Per questo collaboriamo a stretto contatto con le Associazioni dei genitori che si prodigano per garantire ai bambini malati e a voi genitori il massimo sostegno e i migliori servizi.

IL METODO KKC È UNO STRAORDINARIO STRUMENTO PER RITROVARE ENERGIE DI CUI IGNORIAMO L'ESISTENZA, È ASSOLUTAMENTE GRATUITO, FORNISCE GRATUITAMENTE ANCHE LE DIVISE E LE CINTURE AI BAMBINI COINVOLTI E PUÒ OFFRIRE PROGRAMMI SPECIFICI ANCHE AI GENITORI.

www.
info@ | kkcitalia.it

Dai diari dei nostri volontari

“ Ci sono giornate in cui comprendi appieno cosa sia la forza della meditazione terapeutica. Per esempio quando entri in una stanza di oncoematologia dove trovi una ragazza trapiantata in crisi regressiva - sotto le coperte in preda al freddo 'vero' - e dopo mezz'ora esci con una promessa di collaborazione al prossimo progetto. Naturalmente la lasci fuori dalle coperte, con tanto 'caldo' addosso.”

“ M decide di fare un po' di attività visto che anche la nonna la farà con noi. Ha un catetere nella schiena quindi non può alzarsi dal letto. La nonna gli dice di imparare bene gli esercizi per poterli insegnare al nonno al ritorno a casa e lui prende appunti per non dimenticare.”

“ W ha molta volontà di imparare, quindi la lezione con lui scorre veloce e senza intoppi.”

“ La piccola G si è divertita molto a dare tanti calci e pugni al pad, sorridendo tantissimo.”





“**M** adora le meditazioni. Anche oggi, appena mi ha visto, ha messo a posto tutti i suoi giochi, si è disteso sul letto, occhi chiusi, pronto per iniziare.”

“ Migliorano a vista, sono contento. Anche i genitori vedono i miglioramenti.”

“ Era sorprendente vedere come, nonostante non potesse muovere la mano destra perché collegata all'infusore, riuscisse a fare tutto con la mano sinistra.”

“ **M** mi ha comunicato che aveva la febbre. Gli ho risposto che il Karate può aiutare a stare meglio anche se si ha la febbre. Mi ha messo alla prova e siamo partiti. Alla fine della lezione e del rilassamento il suo 'Fico, mi sento meglio!' mi ha fatto davvero piacere...”

“ **A**, 10 anni, portatore di sindrome di Down. Parto con il colpitore per risvegliare l'interesse. Risponde. È stupefacente vedere come l'esercizio fisico sia di fondamentale importanza per questi piccoli eroi per risvegliare la loro sana voglia di vivere e incoraggiarli al movimento. In poco tempo i colpi diventano più coordinati e potenti. Altro alleato importante il buonumore. Lo saluto e ricevo uno sguardo grato e commosso da parte della madre.”

“ Alla fine della lezione sono uscita dalla stanza in punta di piedi, per non svegliare **L** che si era addormentato. Quando stavo andando a cambiarmi ho rivisto la nonna e i genitori di **L** che mi hanno chiesto come fossi riuscita a creare un tale stato di rilassamento in questo ragazzo che normalmente soffre di insonnia. Ho spiegato loro la respirazione diaframmatica e il benessere che deriva dal pensare a situazioni positive...”

“ Incontro la mamma di **A**, 9 anni. Contentissima di vedermi mi ringrazia per il karate-gi che mercoledì le è stato portato da altri istruttori. Mi fa vedere le foto di **A** su letto col **GI**, contenta e sorridente più del solito.”

“ Leggo nei suoi occhi rassegnazione e insieme un barlume di voglia di combattere. Praticare Karate può dargli la forza e la fiducia necessaria ad affrontare la sua malattia.”

“ Vedo che sua madre è particolarmente provata, stanca, quindi le propongo di lasciarci un po' da soli, se vuole approfittarne. Si allontana giusto per poco, ma torna decisamente più rilassata. A volte anche la nostra sola presenza può essere utile, non solo ai nostri piccoli eroi.”

“ Nonostante al mattino avesse fatto un'anestesia e una rachicentesi, non si è tirato indietro davanti a nessun tipo di esercizio e ha svolto l'intera lezione diligentemente, ovviamente intervallata da lunghe pause per la respirazione e il recupero.”

“ **M** quando ci ha visto ci ha accolto con un sorriso, dicendoci che aveva temuto che non andassimo da lui. Abbiamo fatto una bellissima lezione e ci siamo dati appuntamento alla prossima settimana.”



www.
info@ | kkcitalia.it

POWER PEACE PURPOSE

Kids Kicking Cancer Italia (KKC)
www.kkcitalia.it

Aiuta anche tu i bambini a combattere la loro battaglia contro la malattia

Kids Kicking Cancer Italia (KKC) è un'organizzazione non profit che aiuta i bambini affetti da cancro e gravi patologie croniche e le loro famiglie, ad affrontare e gestire meglio la malattia, attraverso l'insegnamento delle tecniche e della filosofia proprie delle arti marziali.

KKC svolge la sua attività di volontariato nei reparti ospedalieri di oncematologia pediatrica
info@kkcitalia.it tel. 347 3295168



“ **G** vuol fare lezione in piedi (non capitava da diversi mesi) e nonostante sia molto magro, ha una gran forza. Cominciamo con un po' di riscaldamento di braccia e gambe e poi continuiamo con esercizi di coordinazione. Le difficoltà iniziali (normali in un bambino in quelle condizioni e in quei luoghi) vengono immediatamente superate. Quindi passiamo al karate, con pugni e calci e infine lo faccio sfogare contro il colpitore.”

“ Mi dedico a **M**, un bimbo di neanche tre anni che, essendo evidentemente troppo piccolo, ci eravamo limitati a salutare. Invece si è messo a ripetere gli esercizi che il suo dirimpettaio eseguiva. Inutile dire che non mi sono lasciato sfuggire l'attimo. Con l'aiuto di mamma e zia ho tirato fuori qualche risata e un attimo di distrazione!”





*"Siamo riusciti a lavorare bene con **G**, che si stava riprendendo dopo una pancreatite. Abbiamo iniziato con esercizi di rilassamento respiratorio e si è mostrato collaborativo e disponibile; dopo ha ripetuto alcune tecniche di karate (in piedi). Siamo stati contenti perché sembrava molto debole, la mamma era felice, anche perché stava ritornando ad alimentarsi con cibo solido preparato da lei."*

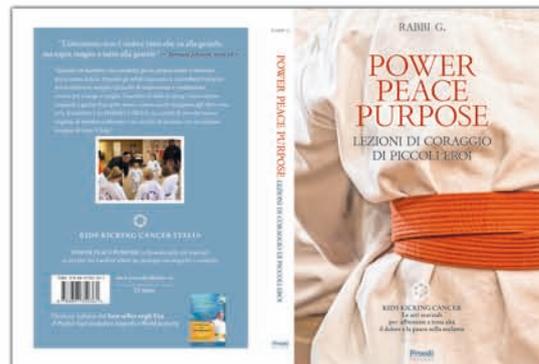
*"Toccava ora a me. Fare tutto da solo dall'inizio è stata una bella sfida, anche solo il proporsi e invogliare il ragazzo a voler fare qualcosa è una grossa fatica, quantomeno per la delicatezza della scelta delle parole. **N**, il secondo ragazzo, mi accoglie con un sorriso anche se è evidentemente stremato. Vorrebbe fare solo esercizi di respirazione per rilassarsi, ma piano piano riesco a convincerlo a fare qualcosina, poco ma buono! Nel frattempo, nella stessa stanza, **A** si avvicina all'altro bambino, non so bene come, ma a un certo punto - quando **N** stava usando il colpitore per applicare qualche tecnica - l'intera stanza era lì, gli altri bambini, i genitori, a fare il tifo e ad incitarlo a fare bene l'esercizio! Incredibile quanto questo spirito di gruppo abbia infuso energia al bambino che palesemente si vedeva più carico, più sorridente! La lezione si è conclusa con esercizi di respirazione e visualizzazione, anche questi per me molto impegnativi vista l'insolita richiesta di **N** di voler andare (con la visualizzazione) a far visita al Papa! Per fortuna tutto si è svolto nel migliore dei modi: bambini e sottoscritto soddisfatti!"*

*"**D** è sempre più interessata a eseguire gli esercizi e mostra molta disinvoltura. Passiamo anche ad eseguire un esercizio di percezione uditiva in cui **D**, con gli occhi chiusi, deve capire la provenienza dei rumori che provochiamo. Successivamente passiamo a eseguire esercizi di respirazione e infine di visualizzazione per rilassarsi. Al termine facciamo il nostro saluto PPP e **D**, con il suo simpatico viso sorridente, mi chiede di avvicinarmi a lei e a bassa voce sussura 'Ho fatto un sogno!' Che sogno? le chiedo. 'Ho sognato di diventare come Voi!' Niente potrebbe rendere più piacevole la giornata..."*



www.
info@ | kkcitalia.it

IL RICAVATO DELLE VENDITE DEL LIBRO DI **RABBI G.**
"POWER PEACE PURPOSE" LEZIONI DI CORAGGIO DI PICCOLI EROI
VERRÀ DEVOLUTO A **KIDS KICKING CANCER ITALIA**



Sostieni



Kids Kicking Cancer

Power Peace Purpose

IL LIBRO, IN VERSIONE CARTACEA O IN
FORMATO E-BOOK, È IN VENDITA SU
WWW.PROEDITTORE.IT
OPPURE SU
WWW.IBS.IT (SPEDIZIONE GRATUITA)

SEGUI LA PAGINA **FACEBOOK**
DEL LIBRO - POWER, PEACE, PURPOSE -
IN CUI SI TROVANO TUTTE LE INFORMAZIONI
E GLI EVENTI AD ESSO CORRELATI.

DONAZIONI

BONIFICO BANCARIO

BANCA INTESA SAN PAOLO SPA
FILIALE ACCENTRATA TERZO SETTORE
PIAZZA PAOLO FERRARI, 10 | 20121 MILANO

IBAN: IT65V0306909606100000063345
BIC: BCITITMM

PAYPAL

BENEFICIARIO INFO@KKCITALIA.IT

POSTE

CONTO CORRENTE POSTALE NUMERO: 1040796821
IBAN: IT75U 07601 03200 00104 0796821

5X1000

SCEGLI DI DESTINARE IL 5XILLE DELL'IRPEF A
KIDS KICKING CANCER | CODICE FISCALE: 97674850587

