

Oncovallès

FUNDACIÓ D'AJUDA ONCOLÒGICA

Butlletí núm.15 - 2013

A photograph of a dense forest with tall, thin trees. In the foreground, a stream flows over large, moss-covered rocks. The ground is covered in green moss and fallen branches. The overall atmosphere is peaceful and natural.

Vida a la Vida
Aprèn a viure i a cuidar de tu

Sumari



Salutacions

Alcalde de Montmeló
Pag. 3



Col·laboracions

Pag. 22



Ciència

Consells dels professionals
Pag. 4



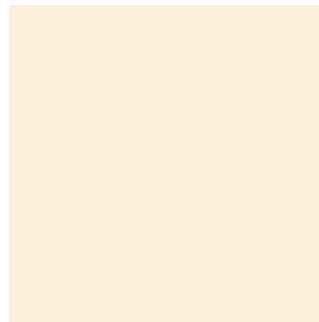
T'informem

Informació de
esdeveniments a l'entorn
de Oncovallès
Pag. 16



Salut i Prevenció

Consells i opinions
Pag. 10



Epíleg

Comitè de direcció
Oncovallès
Pag. 30

Fundació ONCOVALLÈS

Horaris: De dilluns a dijous
Matins de 9:30 a 13:30h.
Tardes de 16:00 a 20:00h.
Divendres
De 9:00 a 15:00h.
Av. del Parc, núm.9 6a planta
Granollers – 08402
Telèfon/Fax: 93 870 01 67
fundacio@oncovalles.cat
www.oncovalles.cat

ONCOVALLÈS és una revista gratuïta.
Si voleu contribuir a mantenir-la podeu
fer la vostra aportació al compte de:

La Caixa: 2100 0009 74 0201308552

O bé feu-vos socis a les nostres oficines

ANUNCIS D'ONCOVALLÈS

La Fundació Oncovallès fa saber a tots els seus lectors que l'import íntegre de tota la publicitat que es fa a través de la revista queda de fons per a la Fundació. Un gest que honora els anunciants, ja que gràcies a aquestes ajudes cada vegada podem donar més serveis als afectats. Moltes gràcies!

Equip de redacció:
Edita: Fundació Oncovallès
Coordinació: Carme Grau
Assessorament periodístic: Montserrat Ponsa
Consell de redacció (Taller de lletres): Carme Grau, Sara Muñoz, Montserrat Ponsa, Maria Capel, Ester Lara
Col·laboradors: Antoni Guil Roman, Dr. Carles Vallbona, Dr. Miquel H. Bronchud, Carme Cortés, Marta Remolà i Cristina Remolà, Dr. Ramon Mora, Sr. Joan Sala, Sr. José Alcaraz, Sr. Santi Montagud, Sr. Esteve Plantada i Comitè de direcció
Assessorament lingüístic: M. Gràcia Balada i CNL del Vallès Oriental
Disseny i Maquetació: EG-SOLGRAF
Impressió: iGràfic Granollers S.L.
Dipòsit Legal: B-17858-2006
Foto arxiu i retoc fotogràfic: Arxiu Oncovallès i Dolors Porredón
La redacció d'Oncovallès no comparteix necessàriament les opinions expressades en les col·laboracions.
Es demana que tots els escrits vagin signats i que, en els comiats hi consti el nom del difunt o de la difunta.

La Fundació

Salutacions

Fa uns dies vaig rebre la visita del president d'Oncovallès que em va explicar la tasca que l'entitat du a terme d'acord amb els objectius de la Fundació. A destacar el foment d'una cultura per la salut i afavorir l'educació sanitària de la població difonent informació sobre temes sanitaris, en particular vinculats al càncer.

A més d'aquests i d'intentar donar informació sobre prevenció, factors de risc, etc., sobre la malaltia, jo m'he volgut quedar, sense treure importància a cap dels objectius descrits, amb el de donar suport emocional als pacients i als familiars. I és aquesta vessant d'ajuda, de cercar recursos, de possibilitar alternatives que facin que el pas per la malaltia sigui menys feixuc, la que em sembla realment transcendent.

Tots hem viscut d'a prop la malaltia, bé en un familiar, amic o amiga, company/a de feina o simplement conegut, en tots els casos observes la lluita del malalt per tirar endavant, les ganes de viure, de no rendir-se, de superar-la i t'adones de la importància d'acompanyar a la persona en aquest impàs de vida, de no deixar-la caminar sola, de saber també quan vol companyia i de quan no la vol.

Reconèixer que hi ha persones que hi treballen cada dia per a millorar la qualitat de vida dels malalts, des del punt de vista físic, però sobre tot psicològic, és quelcom que ens gratifica com a societat i que posa de manifest valors que en algun moment semblaven oblidats, com són la generositat i la solidaritat.

Montmeló començarà a col·laborar en breu amb Oncovallès. És per nosaltres una oportunitat de sumar-nos i d'agrair la bona feina que la Fundació desenvolupa a la nostra comarca d'acompanyament dels malalts i les seves famílies. Moltes gràcies.



Antoni Guil Roman
Alcalde Ajuntament de Montmeló

Ciència

Vida a la vida

Amb el lema "Vida a la vida", Oncovallès treballarà, aquest 2013, en un intent de millorar i pal·liar tot allò que fa referència al càncer, abordant camins que ajudin a combatre aquesta xacra que turmenta la societat aquest segle XXI. Gràcies a la revista *El Vallès*, de forma periòdica, professionals especialistes en el tema aportaran idees i coneixements. Com no pot ser d'altra manera, el Dr. Carles Vallbona encetarà aquesta tanda que esperem que ajudi malalts i familiars, però també la classe mèdica, a mantenir un debat continuat respecte a aquest botxí sense cor.

VIDA A LA VIDA, Dr. Carles Vallbona Calbó

En els països desenvolupats, s'ha produït un descens notable de la mortalitat a causa de les malalties cardiovasculars. Això s'ha degut no sols als medicaments o les intervencions que s'han descobert i adoptat en els darrers 40 anys, sinó també a l'adopció de mesures de medicina preventiva (dieta sana, exercici físic, control del colesterol, etc.). El procés educatiu de la població no ha estat fàcil ni ràpid, però sí que ha estat indubtablement eficaç. Ha estat possible perquè el sector mèdic ha donat alta prioritat a difondre missatges preventius als usuaris de totes les edats. Aquests missatges han tingut molt ressò perquè la premsa i els mitjans de comunicació han donat prioritat a complementar els esforços dels professionals de la salut facilitant l'educació sobre l'infart de cor, la hipertensió i la malaltia cerebrovascular, i sobre llurs precursors, com són el sedentarisme, el sobrepès, la diabetis i altres. L'establiment d'organitzacions públiques no governamentals ha fet possible la proliferació de campanyes destinades a promoure que la població adopti hàbits de conducta sana abans que es presenti la malaltia i, si ja s'ha presentat, que es pugui controlar i, si s'escau, que es pugui facilitar la rehabilitació del malalt.

Ara tenim un altre problema de salut que encara és responsable de molts casos de malaltia: el càncer, que pot afectar tant els homes i les dones com els infants. Fins fa aproximadament cinquanta anys, es considerava que el càncer de qualsevol part del cos era una sentència de mort. Avui, el panorama ha canviat de

forma extraordinària i les perspectives de remissió, curació, rehabilitació i supervivència estan progressant a un pas molt ràpid. En gran part, els responsables han estat els descobriments científics, però també ho han estat les campanyes d'educació dels professionals de salut i la difusió generalitzada sobre les mesures de medicina preventiva que tenim a l'abast si eliminem alguns factors de risc (tabac, exàmens periòdics de salut, etc.). Tal com s'ha produït en el cas de la malaltia cardiovascular, organitzacions voluntàries sense afany de lucre (v. gr. l'American Heart Association, la Lliga contra la Hipertensió i altres) han contribuït a difondre missatges positius sobre la prevenció i el tractament de problemes cardiovasculars alhora que han sensibilitzat la indústria alimentària a produir i distribuir aliments adients per evitar el consum elevat de substàncies com la sal, els greixos, etc.). Al Vallès Oriental podem agrair el programa engegat per la indústria Covalco, que promou la venda de productes alimentaris sans en els supermercats.

Un informe recent dirigit per Rebecca Siegel, de l'American Cancer Society (Cancer Statistics, 2013), presenta una visió molt optimista sobre el control del càncer en la població nord-americana des de, aproximament, l'any 1990. La disminució de la incidència de nous càncers en homes i dones, i també de llur mortalitat, ha quedat palesa en càncers de pròstata, mama, còlon i recte i úter. Des de l'any 1991 es calcula que s'han evitat més de 833.000 morts entre els homes i més de 344.000 entre les dones. Actualment, els càncers més prevalents en homes són els de: pulmó, pròstata, còlon i recte, pàncrees i fetge. En el cas de les dones són: pulmó, mama, colon i recte, pàncrees i ovari.

Malgrat aquestes xifres curulles d'esperança, el cost econòmic és extraordinari. Tenint en compte l'augment d'edat de la població nord-americana i l'increment del cost dels tractaments, es calcula que l'any 2020 les despeses mèdiques degudes al càncer seran d'uns 158.000 milions de dòlars. Els tipus de càncer que comporten més despeses són: mama, colon i recte, limfoma, pulmó i pròstata.

Si bé no podem controlar gaire l'impacte econòmic del càncer, cal destacar la influència favorable que han tingut als Estats Units (i en molts altres països) les activitats endegades per organitzacions voluntàries sense afany de lucre, com ara l'American Cancer Society, que any rere any recapta milions de dòlars per a benefici de persones que no tenen mitjans econòmics per cobrir les despeses, que estan molt per sobre de la cobertura que ofereixen les companyies d'assegurances i les institucions governamentals.

Al Vallès Oriental, hem de destacar l'aportació extraordinària d'Oncovallès, fundació sense afany de lucre que des de fa deu anys ofereix un gran ventall d'activitats, i posa gran èmfasi en la prevenció. Atén els malalts i famílies, i organitza una gran oferta de tallers i taules informatives que, iniciades a Granollers, arriben ja a la majoria de municipis del Vallès Oriental. És digna d'esment la col·laboració amb els hospitals de Granollers i comarca, amb els quals es dibuixen plans estratègics en la lluita contra aquesta malaltia. Més de 300 malalts derivats d'hospitals són atesos per professionals procedents d'Oncovallès. El nombre d'usuaris per any depassa la xifra de 1.700, i el de voluntaris i col·laboradors ronda el miler. Cal destacar, així mateix, el suport de moltes empreses públiques i privades que ajuden per tal que l'impacte econòmic favorable d'Oncovallès, aconseguit amb múltiples activitats al carrer recollint donatius de la ciutadania, representi una contribució extraordinària al benestar dels residents de la comarca.



Dr. Carles Vallbona

Metge especialista en Medicina Preventiva i Comunitària.
 Professor del Baylor College of Medicine de Houston (EUA).
 Membre del Patronat de la Fundació Hospital/Asil de Granollers.
 Membre del Comitè Sanitari d'Oncovallès

ORTOPÈDIA DEL VALLÈS

(més de 30 anys al seu servei)

PODOLOGIA

ADHERITS AL CAT SALUT

- Ortopèdia a mida
- Especialistes en mastectomia, pròtesi, sostenidors i roba de bany
- Ajudes tècniques (llits, cadires de rodes, ajudes de bany)

C/. Sant Jaume, 53 - 08401 GRANOLLERS
 Telf. i Fax. 93 870 53 41
 ortodelvalles@terra.es

Horari de dilluns a divendres
 Matins de 9,30 a 1,30
 Tardes de 4 a 7,30

Creixent Importància del Consell Genètic

El càncer és un conjunt molt complex de malalties diferents relacionades amb mutacions dels gens. Aquestes mutacions genètiques poden ser heretades dels pares, és a dir mutacions "germinals", o poden ser "adquirides" durant la nostra vida com mutacions somàtiques de les nostres cèl·lules.

Gràcies a avenços com ara el Projecte "Genoma Humà", culminat en la seva primera etapa l'any 2000 i que ara continua en múltiples projectes com ara el "Cancer Genome Atlas", ja s'han pogut identificar mutacions genètiques que predisposen a desenvolupar moltes malalties, inclosos determinats tipus de tumors malignes. Entre un 5% i un 10% dels càncers de mama i de còlon i recte, per exemple, són directament atribuïbles a una herència genètica coneguda identificada. Els gens anomenats BRCA (de "breast cancer" que en anglès vol dir "càncer de mama") i els gens de les principals proteïnes reparadores de mutacions puntuals (en la gènesi de càncer de còlon i recte i del càncer d'endometri) en la síndrome de Lynch, ja poden ser detectats en famílies amb predisposició al càncer.

Els estudis genètics només tenen sentit si parteixen d'una sospita molt clara i si, en cas de detectar risc genètic, es poden oferir mesures preventives o un tractament. Avui dia se sap del cert que gairebé un 5% de casos de càncer de còlon (el tumor més freqüent ja que afecta tant homes com dones) són causats per la síndrome de Lynch. En el cas del càncer de mama entre el 40% i el 70% de les dones portadores d'alteracions en els gens BRCA1 i 2 acaben desenvolupant la malaltia, de manera que es fa necessari en tots aquest casos un programa de Consell Genètic i de seguiment preventiu específic, mentre esperem que algun dia tinguem també fàrmacs preventius específics i eficaços. El primer nivell de detecció de casos de risc i de consell genètic és responsabilitat de "Unitats de Càncer Familiar", generalment en mans d'oncòlegs experts i formats també en genètica. El 90% dels casos de càncers de mama o de còlon detectats precoçment es curen, i molts pacients diagnosticats a temps ni tan sols han de rebre quimioteràpia. En el cas de la síndrome de Lynch ja tenim estudis que han demostrat que gràcies als controls preventius i si s'escau cirurgia preventiva el risc d'aparició de la malaltia i la seva mortalitat es redueixen en un 60%, si es compara amb persones que no han fet cap tipus de seguiment. Evidentment no tindria cap sentit (i, d'altra banda, el sistema sanitari actual tampoc s'ho podria permetre) fer estudis genètics a tota la població de base amb l'objectiu de detectar quins individus són portadors d'alguna mutació genètica que la comunitat científica hagi relacionat amb un elevat risc de tenir càncer. Existeixen uns criteris que poden ajudar a definir, en mans expertes, en quins ca-

sos estan indicats aquests tipus d'estudis, ja que si no estariem medicalitzant la societat i causant ansietats no justificades. En el grup de risc, un cop detectats els gens, el Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya, d'acord amb el seu Pla Director d'Oncologia, ha establert protocols de seguiment específics com ara colonoscòpies periòdiques, mamografies i ressonàncies magnètiques, i altres proves concretes.

Cal partir d'una sospita clínica clara, com, per exemple, de l'existència de molts episodis familiars de càncer del mateix tipus o de l'aparició de tumors malignes en edats relativament joves. Pel que fa al càncer de mama, l'aparició de tumors bilaterals (als dos pits) o els anomenats "tumors triple negatiu" (que no responen ni a manipulació hormonal ni a inhibidors de l'oncogen HER2) també fan sospitar que al darrere hi ha una alteració genètica hereditària. De fet, això del Consell Genètic no ha fet altra cosa que començar. Desxifrar els secrets del genoma obrirà en els pròxims anys multitud d'oportunitats per millorar diagnòstics de càncer i fer prevenció, curant-ne cada cop més casos.



Dr. Miquel Hernández-Bronchud

Oncòleg de l'Hospital General de Granollers, Vocal del Pla Director d'Oncologia del Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya, Vocal de la "Comisión Nacional de la Especialidad de Oncología Médica" del Ministerio de Sanidad e Igualdad, Madrid i President del Comitè Tècnic Sanitari d'Oncovallès.

Persones que han superat un càncer = Supervivents (continuació)



Carme Cortés

Psicòloga, Responsable de Psicooncologia d'Oncovallès
i membre del Comitè Tècnic Sanitari d'Oncovallès

Arran d'un diagnòstic de càncer la persona es troba a nivell psicològic i emocional amb un treball complex i dolorós que ha d'anar realitzant de manera més o menys conscient.

Cada persona ha d'elaborar el seu personal i únic procés dol oncològic, i això no sempre serà un treball fàcil quan s'han d'elaborar pèrdues tan significatives com les que afecten la imatge corporal, les capacitats físiques, cognitives o sexuals. L'elaboració d'aquest dol no depèn únicament del pas del temps, sinó del treball que es realitzi a nivell personal, del context relacional i de l'atenció o no de les necessitats particulars de cada cas.

Comença la reconstrucció de un nou món de significats, valors i sentit de la vida que no necessàriament porten a la "normalitat" prèvia, sinó que obre l'oportunitat d'arribar a un estat de major desenvolupament personal. Podem dir que de alguna manera es construeix una nova identitat personal.

"La malaltia també m'ha aportat coses bones, sóc una persona nova gràcies a haver passat per aquesta experiència"

Supervivent, o com li agrada més, persona que ha superat un càncer

Una gran part dels pacients identifiquen canvis positius després de passar per la malaltia. El càncer pot ser profundament estressant i dur, però pot també conduir

a les persones a reexaminar les seves prioritats, les seves relacions i a si mateixos i experimentar un canvi i un creixement personal.

Però també pot deixar el pacient en un estat de vulnerabilitat de forma temporal o permanent. El diagnòstic de càncer té un impacte en el funcionament físic, psicològic i social dels pacients que va molt més enllà del període de tractaments i que pot mantenir-se durant molts anys.

"Actualment no existeix cap legislació que faciliti la reinserció laboral de les persones diagnosticades de càncer"

L'atenció del supervivent és una etapa més de la cura del pacient oncològic i l'atenció integral de les seves necessitats marcarà la diferència en la percepció de qualitat de vida tant de les persones afectades com de les seves famílies.

Estem davant d'una responsabilitat compartida entre les institucions sanitàries, la persona afectada i la societat en general. Així, la persona afectada s'ha de comprometre amb la recuperació de la seva salut amb l'adopció de pautes i hàbits de vida saludables i en un seguiment mèdic personalitzat.

El gran repte del sistema i dels professionals sanitaris és i serà donar resposta a les necessitats d'aquests pacients que estan agraïts perquè se'ls ha guarit de la malaltia, però que també comencen a demanar amb força una supervivència de qualitat on l'objectiu principal serà recuperar i mantenir una bona qualitat de vida.

Els afectats oncològics i supervivents necessiten:

- L'atenció acurada de les repercussions i efectes secundaris dels tractaments per part de professionals especialitzats
- Un pla de seguiment clar
- Informació i formació per tal d'adoptar i/o millorar estils de vida, hàbits i pràctiques saludables: dieta, exercici, sexualitat, no tabac
- La conscienciació social i institucional de les seves dificultats en la incorporació laboral
- Millorar la qualitat de vida a través de polítiques que garanteixen l'accés als serveis psicosocials

Per últim hem de recordar que l'experiència del càncer també afecta les persones properes a la persona amb càncer. Però aquest tema el tractarem en una altra ocasió.

L'ortopèdia aplicada al món oncològic



Marta Remolà i Cristina Remolà
Tècnics Ortopèdics

Com a **Ortopèdia de Vallès** portem més de 30 anys establerts a Granollers i 10 anys formant part d'Oncovallès, per a nosaltres és una gran satisfacció.

Dins del camp oncològic, creiem que el més important és el tracte personalitzat per a cada pacient:

- Confidencialitat
- Acompanyament i assessorament en un moment delicat / difícil
- Orientació en tots els productes ortopèdics

Càncer de mama

Després d'una operació de mama les dones afectades necessiten un suport especial per poder tornar a la seva vida diària. Nosaltres assessorem sobre les seves necessitats.

Pròtesis totals o parcials segons l'operació realitzada

Les pròtesis de gel de silicona (gel d'òptima tolerància dermatològica) la unió d'un disseny natural i les diverses formes i models que existeixen fan que les irregularitats siguin perfectament dissimulades i la falta de volum suaument compensat.

I sobretot remarcar les PRÒTESIS LLEUGERES DE PES REDUÏT FINS A UN 35%, indicades per:

- Mames pesants
- En cas de limfedema o tendència a poder-ne patir
- Per la pràctica esportiva
- En cas de cicatriu irregular

Sostenidors

Les característiques que han de tenir per a una comoditat òptima:

- Dissenys actuals i molt funcionals.
- Patronatge alt en l'escot que assegura una màxima subjecció

- Pont més alt i escot elàstic molt ajustable per a una subjecció ideal de la pròtesis.
- Copes que s'adapten a qualsevol peça de compensació parcial o total.
- Tirants regulables i elàstics a l'esquena, més amples a mida que augmenta la talla.
- Banda sota pit ampla i elàstica per a una bona subjecció i confortabilitat.
- Tall en la zona de l'aixella més alt per tapar possibles cicatrius laterals.

Els primers sostenidors que tindrem en compte i sobretot i ens hem de sotmetre a RADIOTERÀPIA, seran els fabricats amb els teixits més fins com les fibres de micromodal i cotó, en alguns casos combinats amb seda.

Moda de bany

Dissenys inspirats contínuament en les últimes tendències de moda.

Amb les següents característiques:

- Escot de tall alt per una subjecció segura per a tapar les possibles cicatrius.
- L'obertura lateral de les fundes interiors ofereixen seguretat dins l'aigua.
- Gràcies als materials i al patronatge especial s'evita que la pròtesis es marqui.
- Els tirants regulables presenten una funcionalitat millorada.

Tenim un amplia oferta en banyadors, biquinis, tanquins i bany AllYear.

Com cuidar la pròtesis

Les pròtesis són fàcils de cuidar. Rentar-les cada dia a mà amb aigua i sabó líquid i assecar-les amb una tovallola, posteriorment guardar sempre a la caixa d'origen per mantenir-ne la forma.

EDEMA LIMFÀTIC

La complicació més freqüent després de la cirurgia, on han quedat afectats alguns ganglis limfàtics i també quan rebem tractament de radioteràpia, és el LIMFEDEMA, que tant podem patir en extremitats inferiors com superiors.

Es per això que oferim una amplia gamma de productes, per al seu tractament:

- Mànigues
- Mitges
- Guants i guantellets (per a extremitat inferior)

El més important en la confecció de les peces esmentades és el grau de compressió adient, el qual prescriurà el seu metge. En la major part dels pacients les peces es confeccionen rigorosament a mida, encara que tenim l'opció de l'estàndard.

Ramon Mora - Higiene del aliments (1a. part)

El càncer és un conjunt molt complex de malalties diferents relacionades amb mutacions dels gens. Aquestes mutacions genètiques poden ser heretades dels pares, és a dir mutacions "germinals", o poden ser "adquirides" durant la nostra vida com mutacions somàtiques de les nostres cèl·lules .

Gràcies a avenços com ara el Projecte "Genoma Humà", culminat en la seva primera etapa l'any 2000 i que ara continua en múltiples projectes com ara el "Cancer Genome Atlas", ja s'han pogut identificar mutacions genètiques que predisposen a desenvolupar moltes malalties, inclosos determinats tipus de tumors malignes . Entre un 5% i un 10% dels càncers de mama i de còlon i recte, per exemple, són directament atribuïbles a una herència genètica coneguda identificada. Els gens anomenats BRCA (de "breast cancer" que en anglès vol dir "càncer de mama") i els gens de les principals proteïnes reparadores de mutacions puntuals (en la gènesi de càncer de còlon i recte i del càncer d'endometri) en la síndrome de Lynch, ja poden ser detectats en famílies amb predisposició al càncer.

Els estudis genètics només tenen sentit si parteixen d'una sospita molt clara i si, en cas de detectar risc genètic, es poden oferir mesures preventives o un tractament. Avui dia se sap del cert que gairebé un 5% de casos de càncer de còlon (el tumor més freqüent ja que afecta tant homes com dones) són causats per la síndrome de Lynch. En el cas del càncer de mama entre el 40% i el 70% de les dones portadores d'alteracions en els gens BRCA1 i 2 acaben desenvolupant la malaltia, de manera que es fa necessari en tots aquest casos un programa de Consell Genètic i de seguiment preventiu específic, mentre esperem que algun dia tinguem tam-

bé fàrmacs preventius específics i eficaços. El primer nivell de detecció de casos de risc i de consell genètic és responsabilitat de "Unitats de Càncer Familiar", generalment en mans d'oncòlegs experts i formats també en genètica. El 90% dels casos de càncers de mama o de còlon detectats precoçment es curen, i molts pacients diagnosticats a temps ni tan sols han de rebre quimioteràpia. En el cas de la síndrome de Lynch ja tenim estudis que han demostrat que gràcies als controls preventius i si s'escau cirurgia preventiva el risc d'aparició de la malaltia .



Dr. Carles Vallbona

Metge especialista en Medicina Preventiva i Comunitària.
Professor del Baylor College of Medicine de Houston (EUA).
Membre del Patronat de la Fundació Hospital/Asil de Granollers.
Membre del Comitè Sanitari d'Oncovallès

Salut i prevenció

Cuides de la teva salut?

- La teva dieta ha de ser saludable i variada.
- Fes exercici físic regularment.
- Mantén el normopès.
- No fumis i modera el consum de begudes alcohòliques.



31 de maig Dia Mundial sense Tabac



Taula informativa La Garriga

Campanyes de informació i prevenció al Vallès Oriental



Taula informativa Granollers



OKER TRADING S.L.
Ctra. la Sagrera, 22
08187 SANTA EULÀLIA DE RONÇANA (Barcelona)
Tels. + 34 93 844 60 70
+ 34 650 365 612
+ 34 609 885 075

okertrading@yahoo.es



dovela@dovela.cat
www.dovela.cat

La prevenció va primer



Eines de vida amb càncer colorectal.

Coincidiendo con el Día Mundial del Cáncer de Colon y recto, en la Sala del Museo Municipal de Granollers se llevó a cabo una Charla-Informativa, de alto interés. Tras la bienvenida a cargo del presidente de la Fundació Pere Cladellas, la Dra. Eulàlia Cladellas, médico de familia, Master en Sexología Clínica y Salud Sexual y Miembro del Comité técnico sanitario de

Oncovallès, habló del cáncer colorectal, sus incidencias en la vida cotidiana, y también en la sexual de quienes lo padecen. De forma clara, sin remilgos, con gran autoridad y profesionalidad, la Dra Cladellas desgranó paso a paso lo que sucede a los afectados, tratamiento, posibilidades, y la gran necesidad de diagnóstico precoz para una mayor y más rápida recuperación. Hizo hincapié en la necesidad de comprensión y ayuda de la pareja, dado que, esta afección no es letal però sí a por vida y, precisa del buen entendimiento de quienes lo padecen y quienes se encuentran a su lado. Habló luego la Sra Olga Silva, enfermera de cirugía y consulta de ostomías en el área ambulatoria del Hospital General de Granollers, que expuso tratamientos, así como aquellas herramientas que se ofrecen desde enfermería, sea a nivel de intervención o, del área ambulatoria. Animado debate con ideas claras de la Dra Cladellas que resaltó de nuevo, la necesidad de vida afectiva, pieza clave para todas las personas no importa edad ni sexo. Clausuró el encuentro el alcalde Josep Mayoral que, como siempre, de forma atinada, animó a Oncovallès en su noble tarea de prevención, ya que redundaba a favor de la ciudadanía pero también en el campo de la maltrecha economía. Tomar precauciones, evitar conductas inadecuadas, servirán para evitar males y mejorar la calidad de vida de la ciudadanía.

Coincidint amb el Dia Mundial contra el tabac, Oncovallès va organitzar taules informatives a Granollers i a diverses poblacions de la comarca.

En el museu de la nostra ciutat vam tenir l'oportunitat d'escoltar opinions magistrals del Jordi Bernabeu, psicòleg responsable de la lluita contra les drogues del nostre ajuntament, de la Maria Matito, infermera, del Dr. Enric Barbeta, cap de la Unitat de Pneumologia de l'Hospital de Granollers i del Dr. Carles Vallbona el nostre eminent metge al Baylor Hospital de Houston. Van donar xifres esfereïdores, tant, que sembla impossible que algú continuï fumant.

A Espanya 7 persones moren cada hora per culpa del tabac. El tabac és el 2n producte fiscal del país. De les quatre mil substàncies que porta el tabac, 20 son cancerígenes. Què comporta? Avortaments, embarassos utòpics, baix pes dels nadons, parts prematurs, mort sobtada dels nadons, infertilitat...

El 10% de les morts, al món, ho són per culpa de càncer, no únicament de fumadors actius sinó també dels passius. La combustió d'una cigarreta, afecta el sistema cardiovascular dels que fumen i dels que estan a prop. El pulmó és el més afectat. Van fer importants dissertacions respecte a aquesta malaltia, seguida d'una pregunta per part dels assistents a l'hora del debat: Per què fuma la gent? Per què tants metges donen mal exemple abillats amb les seves bates blanques?

A Granollers ha baixat el consum de tabac per part

dels adolescents, ara l'edat de fumadors actius ronda els 35-55 anys. Els joves s'inicien als 12 anys, ho fan com un acte de rebel·lió, volen ser grans. Tenen baixa autoestima i, sense adonar-se'n, es converteixen en addictes a la nicotina. Després de 15-20 segons d'una "pipada", es senten superiors, dependents d'aquella substància que els enlaire l'ànim. Fumen, també, perquè consideren que fumar és sensual, atractiu davant dels altres.

Va quedar palès que, fumar, és una despesa sanitària de tres mil milions d'euros any. Davant d'aquest panorama el Dr. Vallbona va ressaltar una certa esperança de cara al futur, disminueix el nombre de fumadors perquè ara la societat els discrimina, són marginats, i, també, per l'impacte econòmic que representa, fumar és molt car.



Per què fuma la gent? Conseqüències del tabac.

Nous tallers terapèutics

Volem continuar creant una dinàmica en la qual el grup es trobi bé, pugui comunicar-se amb confiança, en un clima basat en l'amistat, la tolerància i l'esperit d'ajuda.



Teràpia de relaxació. Terapeuta Àngela Jiménez



Biodança terapeutes Rosa Plana i Laura Pont



Abalorios i Terapeuta Sara Muñoz



Ramon Mora - La higiene dels aliments a La Garriga



El manteniment del benestar emocional en el pacient de càncer

Teràpia de grup i xerrada a Montornès.

La Fundació **Oncovallès i Salut Pública de Montornès del Vallès** ha ofert del 6 de juny al 18 de juliol teràpies de grup per a malalts de càncer i els seus familiars o cuidadors a càrrec de la Sra. Carme Cortés psicòloga i cap del servei de psicooncologia d'Oncovallès

A la darrera sessió la Sra. Cortés va oferir la xerrada titulada: *El manteniment del benestar emocional en el pacient de càncer*, on es van abordar les necessitats emocionals de pacients i familiars afectats de càncer i les estratègies que faciliten una millor adaptació i benestar durant el procés de malaltia.



Esther de Vega
info@estherdevega.com

IMATGE PERSONAL APLICADA A LA ONCOLOGIA

Confecció i manteniment de perruques,
cita prèvia 670 270 827 Josep Umbert 38-40 Granollers

De la mà d'Oncovallès els Coixins del cor arriben a La Garriga



El Centre d'Atenció Primària del municipi acull la iniciativa solidària Coixins del Cor.

El coixí del cor, anomenat així no només per la seva forma, sinó per la filosofia que hi té al darrera, serveix per alleugerir el dolor i el malestar postoperatori en dones que han estat intervingudes d'una mastectomia. El coixí se situa sota el braç per poder descansar evitant l'edema post-quirúrgic al braç i protegir els músculs de l'espatlla. D'aquesta manera, segons les pacients, es disminueix el pes i les molèsties del braç.

A la Garriga, han estat un grup de voluntàries d'Oncovallès que des del seu taller terapèutic fan entrega al servei d'infermeria del CAP d'una vintena de coixins del cor per tal que els facin arribar a dones operades de càncer de mama del municipi.

Durant l'acte, que va comptar amb la presència del regidor de Salut Albert Jiménez, la directora del CAP Fina Romanyà, el president d'Oncovallès Pere Cladellas i la presidenta d'Oncovallès la Garriga Matilde Arnau, es va fer entrega d'aquests coixins a dues dones afectades i la resta es deixaran al servei d'infermeria del CAP que de forma anònima regalaran aquests coixins a totes les dones operades de càncer de mama que ho demanin.

La iniciativa va sorgir als Estats Units el 2001, quan a una infermera de operada de cirurgia mamària li van cosir un coixí amb forma de cor que s'ajustava confortablement sota el braç. A partir d'aquí i en veure els beneficis del coixí cor per les pacients, la iniciativa es va estendre per tot el món.



Col·laboracions

José Alcaraz, un home bo

Amic José, el dia del teu comiat religiós tu i jo vam tenir un curt diàleg. Com aquell dia, avui a l'escriure el teu nom respecto la teva llengua nadiua i tu em respons amb la paraula del jo sóc. I ens entenem. Tu i jo no ens hem dit adéu perquè des d'on ara ets la paraula sempre és viva i m'acompanya. Amic José, amb la meua parla temporal agraeixo la teua amistat i el regal del teu record. Moltes foren les persones que a la Parròquia de la Mare de Déu de Montserrat s'acomiadaren de tu. Jo penso que és impossible si estàs contínuament al seu costat. En el curt diàleg vaig recordar als teus amics que en el partit de la teua vida havies assolit fer el gol estimant però una vegada a l'altra banda de la porteria ja no estimaves perquè tot tu esdevingueres amor etern amb el Déu etern. Escric aquestes ratlles molt content perquè estic segur que les captes. Tu i jo, quan encara eres mortal, sovint no pensàvem igual i quan jo parlava de l'Església, alguna de les meves afirmacions no et plaïen i mostraves un cert malestar. Suposo que em marcaràs molt de prop. José, he après molt de tu. La teva seguretat en la fe, la fermesa en les teves creences, quan parlàvem et brillaven els ulls. Una persona no creient només mirant els teus ulls i la claror del teu rostre hauria pensat que segurament era cert el motiu

de la teva fe, que Déu existeix. No t'ho havia dit mai, però una circumstància de la teua vida la porto gravada en el meu cor. La imatge de la teua persona el dia que passejant, al sortir d'Oncovallès, em vas parlar de la primera missa del teu fill. Amb la llum de la teva senzillesa les teves paraules d'un home bo penetraven amb força en la meua ment. I el dia del comiat terrenal quan et parlava i el teu fill presidia, em van tornar a emocionar. Amic José, el teu amic Joan continuarà parlant amb el seu llenguatge i gaudirà del teu llenguatge nou. Una abraçada eterna.



Joan Sala Vila



Amic José, el dia del teu comiat religiós tu i jo vam tenir un curt diàleg. Com aquell dia, avui a l'escriure el teu nom respecto la teva llengua nadiua i tu em respons amb la paraula del jo sóc. I ens entenem. Tu i jo no ens hem dit adéu perquè des d'on ara ets la paraula sempre és viva i m'acompanya. Amic José, amb la meua parla temporal agraeixo la teua amistat i el regal del teu record. Moltes foren les persones que a la Parròquia de la Mare de Déu de Montserrat s'acomiadaren de tu. Jo penso que és impossible si estàs contínuament al seu costat. En el curt diàleg vaig recordar als teus amics que en el partit de la teua vida havies assolit fer el gol

estimant però una vegada a l'altra banda de la porteria ja no estimaves perquè tot tu esdevingueres amor etern amb el Déu etern. Escric aquestes ratlles molt content perquè estic segur que les captes. Tu i jo, quan encara eres mortal, sovint no pensàvem igual i quan jo parlava de l'Església, alguna de les meves afirmacions no et plaïen i mostraves un cert malestar. Suposo que em marcaràs molt de prop. José, he après molt de tu. La teva seguretat en la fe, la fermesa en les teves creences, quan parlàvem et brillaven els ulls. Una persona no creient només mirant els teus ulls i la claror del teu rostre hauria pensat que segurament era cert el motiu de la teva fe, que Déu existeix. No t'ho havia dit mai, però una circumstància de la teua vida la porto gravada en el meu cor. La imatge de la teua persona el dia que passejant, al sortir d'Oncovallès, em vas parlar de la primera missa del teu fill. Amb la llum de la teva senzillesa les teves paraules d'un home bo penetraven amb força en la meua ment. I el dia del comiat terrenal quan et parlava i el teu fill presidia, em van tornar a emocionar. Amic José, el teu amic Joan continuarà parlant amb el seu llenguatge i gaudirà del teu llenguatge nou. Una abraçada eterna.

Joan Sala Vila

Mirada de un voluntario

Hoy vuelvo mi mirada diez años atrás. Un día de Mayo, muestra de entidades de Granollers. Un stand de cuatro metros cuadrados. Unos amigos nos saludamos y les pregunté: ¿qué hacéis aquí?. Me contestaron, mira, intentamos construir una casa para ayudar enfermos de cáncer y sus familiares para que se encuentren como en su casa. Les dije: aquí tenéis un albañil par ayudar.

La empezamos a construir en la calle Corró, un grupo pequeño. No teníamos nada pero empezamos a poner los primeros ladrillos con muchas dificultades. Se iba haciendo poco a poco.

El sitio se hizo pequeño y continuamos en Avenida del Parque número 9 Granollers.

Se han unido muchos voluntarios y se ha ido construyendo. Se ha avanzado mucho pero todavía falta.

En esta casa se ofrecen servicios como acogida, acompañamiento, nutrición, logopedia, reiki, filoterapia, movilidad, coordinación, atención, orientación, talleres terapéuticos, servicios de psicooncología, charlas de prevención, mesas informativas, fiestas y salidas culturales entre otras cosas a toda persona que lo necesite.

Aquí se recibe a todos sin distinción de color, creencia religiosa o tendencia política, con muchos voluntarios y profesionales.

Esta casa se llama ONCOVALLES, en la cual me siento muy a gusto como afectado y voluntario, en ella colaboro en todo lo que puedo, participo en el taller de letras junto a unas maravillosas compañeras y compañeros que formamos una familia.

Atrás quedan diez años llenos de alegrías y dificultades, pero sigo adelante con esta maravillosa familia. Ella, la mía y mi fe son los pilares, para poder dar todo lo que tengo. Cuanto más doy, más recibo.

Si alguien lee estas líneas no deje de visitar la casa en la cual encontrará, sobre todo, amor, que es de lo que estamos más necesitados en este mundo.

Gracias familia de Oncovalles.

José Alcaraz
Marzo 2012



T'informem

Activitats per recaptar fons a granollers i poblacions veïnes



Fira d'entitats a La Garriga



Roses per la vida a Granollers



Joguines solidàries a La Garriga



Libres reciclats per Sant Jordi a Granollers

TERESA MARTÍ

Bellesa i Estètica

**Si ens agradem,
agradarem**

Teresa Martí Illa
C/ Canaries, 3 - LA TORRETA - Tel. 93 870 15 46

XURRERIA

La SORPRESA

Fabricant núm. 1778
C/. Marià Maspons, 4
Tel. 93 870 09 55
GRANOLLERS

III Concurs de Dibuix Infantil Elena Frauca 2013

Concurs de dibuix:
"Els Petits Voluntaris fan grans dibuixos"
Amb la col·laboració especial de... **Elena Frauca.**
Dissabte dia 15 de desembre de 10h a 13:30h i de 17h a 20h a la Plaça de la Porxada



Tema: I QUIN CAGANER MÉS DIVERTIT!!!!!!
Dibuixarem un caganer ben divertit, amb colors, retoladors, trossets de paper i trossets de roba.

Oncovallès
TALLERET DE L'ELENA
Abacus

Més de 176 dibuixos de "caganers divertits" han participat al concurs "Els petits voluntaris fan grans dibuixos", organitzat per la Fundació i la il·lustradora Elena Frauca durant la Col·lecta anual que tingué lloc el 15 de desembre 2012.

L'entrega de premis va ser el 20 de febrer a càrrec de l'Elena Frauca, la Regidora de Salut Pública M^a del Mar Sánchez i el president d'Oncovallès Pere Cladellas.

Premi a la més treballadora: Sunna Homs de 3 anys
Premi al més creatiu: Martí Ribó de 14 anys
Premi al més divertit: Ariadna Travería de 6 anys.



ELS DIBUIXOS GUANYADORS:

1r Premi: Georgina Comas de 7 anys



2n Premi: Sammy Arantxa Pilca de 8 anys



3r Premi: Mohamed Valbili de 10 anys



Equilibrio sobre tacones en la pasarela de Oncovallès

Una vez más el desfile de cada año que la Fundación Oncovallès lleva a cabo en esta ciudad de Granollers, estuvo lleno de ilusión, de ganas de compartir y de traer a todos los corazones que allí se reunieron la esperanza de algo tan deseado como es la normalidad en las vidas de las personas que padecen cáncer.

Cada año nos reunimos y compartimos intensamente un rato intencionado, cargado de recuerdos y también de esperanzas. Las compañeras, amigas de camino y seres especiales que hemos tenido que aprender a comprender la vida un poco más, no buscamos más que aportar nuestra normalidad conquistada día a día, paso a paso.

La pasarela como una metáfora muy relacionada con ese binomio entre tacones y equilibrio es lo más acertado para poder explicar un poco nuestro proceso.

Seres queridos esperan expectantes en sus sillas para ver pasar a una serie de mujeres que para unos son hijas, o madres, para otros hermanas, esposas, amigas y que entre nervios e inseguridades, entre tacones inusuales para muchas, lucen algo más que una bella corsetería adaptada a esa nueva realidad, o unos bañadores espléndidos que realzan la figura de modo inimaginable. Entre vestidos de fiesta o de paseo nos vamos cruzando e intentando no perder el paso y mostrar lo más intenso de nosotras en ese mismo momento, el aquí y el ahora.

Estas mujeres, modelos improvisadas, intentan conquistar su parte de femineidad que la enfermedad mutiló y arrebató en muchos casos. Ellas quieren sentirse bellas como dice Pilar la más veterana del grupo y no solo ese magnífico día, sino todos los días de cada día de sus vidas.

Reencontrar de nuevo ese aliciente cuando los efectos de la quimioterapia empiezan a remitir, cuando vuelves a recuperar tu pelo que sale con una fuerza desconocida, cuando ves que hay mucho que construir, mucho que aprender, mucho que compartir, mucho que ayudar, es entonces cuando sales a la pasarela y reafirmas todas esas cosas a los demás, a esas otras mujeres que se puedan encontrar en la misma situación y puedan verse reflejadas en la tan ansiada normalidad.

Entre vestidos y tras las cortinas, nos arreglamos y nos ayudamos unas a otras. Las más veteranas inician a las nuevas que con nervios e ilusiones esperan hacerlo lo mejor posible. A todas nos rondan las mismas cosas por la cabeza, que no se noten las prótesis, que la ropa esté bien puesta, bien maquilladas la vez que pensamos en los seres queridos ausentes y en los presentes, y cada año intentas hacerlo un poco mejor, como en el resto de nuestras vidas.

Emoción, inyección de energía, ternura apoyo familiar y de amistad, sentirse más femenina que nunca y sobre todo apoyar una causa que es muy necesaria tanto para una misma como para las demás personas, sean o no afectadas. Llevar la esperanza a los demás.

Col·laboracions

Ortopèdia del Vallès, Anita Care, Esther de Vega, Parc Estudi, Barbany, Disfruit, Emilio Míguez, Sara Muñoz, Intimissimi, grup Hip-hop Kikiri Crew i l'Ajuntament de Granollers.



Pilar Pérez



Sara Muñoz

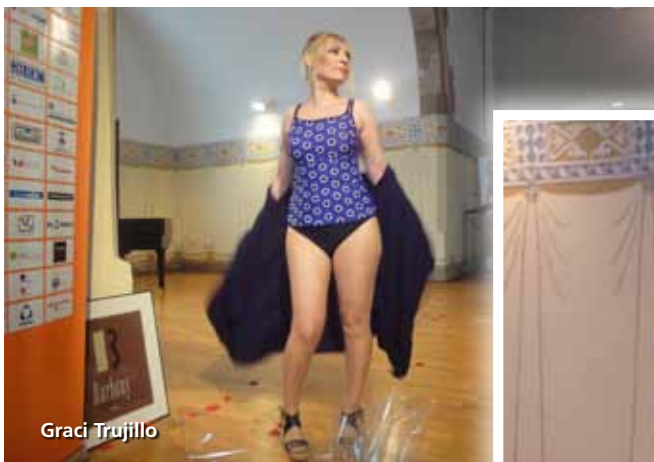
Granollers junio 2013



Lola Carrasco



Imma Rosas



Graci Trujillo



Nati Jiménez



Anna Maria Llopis



Nani Ninguillón



Conchi Jiménez



Les Models

Voluntariat Professional

José Alcaraz, un home bo

Amic José, el dia del teu comiat religiós tu i jo vam tenir un curt diàleg. Com aquell dia, avui a l'escriure el teu nom respecto la teva llengua nadiua i tu em respons amb la paraula del jo sóc. I ens entenem. Tu i jo no ens hem dit adéu perquè des d'on ara ets la paraula sempre és viva i m'acompanya. Amic José, amb la meua parla temporal agraeixo la teua amistat i el regal del teu record. Moltes foren les persones que a la Parròquia de la Mare de Déu de Montserrat s'acomiadaren de tu. Jo penso que és impossible si estàs contínuament al seu costat. En el curt diàleg vaig recordar als teus amics que en el partit de la teua vida havies assolit fer el gol estimant però una vegada a l'altra banda de la porteria ja no estimaves perquè tot tu esdevingueres amor etern amb el Déu etern. Escric aquestes ratlles molt content perquè estic segur que les captes. Tu i jo, quan encara eres mortal, sovint no pensàvem igual i quan jo parlava de l'Església, alguna de les meves afirmacions no et plaien i mostraves un cert malestar. Suposo que em marcaràs molt de prop. José, he après molt de tu. La teua seguretat en la fe, la fermesa en les teves creences, quan parlàvem et brillaven els ulls. Una persona no creient només mirant els teus ulls i la claror del teu rostre hauria pensat que segurament era cert el motiu de la teua fe, que Déu existeix. No t'ho havia dit mai, però una circumstància de la teua vida la porto gravada en el meu cor. La imatge de la teua persona el dia que passejant, al sortir d'Oncovallès, em vas parlar de la pri-

mera missa del teu fill. Amb la llum de la teua senzillesa les teves paraules d'un home bo penetraven amb força en la meua ment. I el dia del comiat terrenal quan et parlava i el teu fill presidia, em van tornar a emocionar. Amic José, el teu amic Joan continuarà parlant amb el seu llenguatge i gaudirà del teu llenguatge nou. Una abraçada eterna.



Ernest Gil
Dissenyador gràfic



- Alimentació natural i per a celíacs
- Productes biològics
- Cosmètica natural
- Dietes personalitzades
- Herboristeria

Tel. 93 870 21 44
C/ Portalet, 14 - 08401 Granollers
herbesdelportalet@hotmail.com

Poetes al taller de lletres.



sevol tema actual des del seu punt de vista punyent. L'any passat es va editar un recull dels seus articles sota el títol "Esgarrapades" que va prologar l'Esteve Plantada. Sabem que el seu tarannà no deixa ningú indiferent.

Esteve Plantada
Articulista

Santi Montagud i Montañá és un jove granollerí lliurepensador, de diàleg amè, articulista, observador que, setmana rera setmana ens delectava amb la seva "columna" a la Revista de El Vallès, suara desaparegut per culpa de la crisi. De llengua afilada, amb gran dosi de sorna, dibuixa, més que escriu amb la seva ploma, qual-

Esteve Plantada
Periodista



Esteve Plantada va néixer a Granollers l'any 1979. És un granollerí d'excel·lència pluricultural. És la serenitat i el bon fer, virtuts avui en desús. Apassionat de la poesia, articulista, escriptor, ha escrit cinc llibres de poemes i ha guanyat diversos premis literaris, entre els quals el premi Amadeu Oller per a poetes inèdits de 1997. Exerceix com a crític literari en diferents mitjans. Els seus poemes també han estat inclosos en antologies i llibres conjunts, com ara Ningú no ens representa. Poetes empenyats (Setzevents, 2011), Poésie catalane: le voix ne dormant jamais (Exit, revue de poésie, Québec, 2010). Actualment és un dels editors d'Edicions Terrícola i coeditor del diari digital Nació -Granollers, on s'encarrega de coordinar la secció de cultura i opinió. També escriu cròniques culturals en diferents mitjans i

revistes, entre elles el digital de cultura Núvol. Ha estat crític literari al Diari Avui i a la revista The Barcelona Review, que també va codirigir amb la poeta Laia Nogueira. És part activa de la gestió del cicle de poesia exponencial de Granollers, Versos Lliures. També és membre d'Els Nens Eutròfics, grup de 'pop irònic' que lidera el poeta Josep Pedrals.

A partir d'ara, ens acompanyaran a la secció poètica d'Oncovallès, on ja van participar en el Premi de Poesia Pepi Pagès d'enguany.

Festa Literària

Oncovallès

A l'inici de l'acte varem comptar amb la participació del Sr. Josep Bové, Rapsode del Vallès, que en motiu de celebrar els seus 53 anys recitant poesia ens va oferir una petita mostra.



I de cop rebo una trucada. Diuen que els hi agradaria que formessis part del jurat del premi de poesia Pepi Pagès. La meva primera reacció és mirar amunt i parlar del temps, després però, la paraula Oncovallès i tot el passat, present i futur de la Montserrat Ponsa, em fa obrir els ulls i baixar de l'arbre. I dic que sí, encara que no estigui passat un moment dolç, dic sí perquè hi ha històries on la paraula NO, no hauria d'existir.

I m'arriben els poemes i els lleigeixo: Sorprenents. I la reunió dels membres del jurat: agradable. I arriba la festa d'entrega dels premis i de la representació de l'obra de teatre per membres de la fundació, i entre aplaudiments s'agreixen públicament la nostra col·laboració i tot es remulla amb cava i s'endolceix amb coca.

Aleshores un mira a tota aquella gent i diu en veu baixeta: -Com s'atreixen? Ells que des de fa tants anys fan, desfan, inventen, busquen i ajuden només pel fet de recolzar a gent que està lluitant a mort contra aquest maleït creixement descontrolat de cèl·lules, ens donen les gràcies a nosaltres? Quina vergonya.

Ara, quan jo ja afirmava que quan més coneixia les persones, més m'agradaven els gossos. Ara, que després de tants i tants anys m'he decidit a tenir-ne un. Ara, aquesta colla de gent em fan creure de nou en les persones i s'obre una esquerda en la meva cuirassa freda, dura, sovint infranquejable.

Gràcies a vosaltres, gent d'Oncovallès.

Santi Montagud



Els guanyadors premis del VIII Concurs de Poesia Pepi Pagès Conviure amb la malaltia, són:

Primer Premi: Sr. Lluís Bosch Rich amb l'obra, El meu Jardí com un paisatge nou.

Segon Premi: Sr. Israel Clarà i López amb l'obra, Oncolírica



Compartir la felicitat

Entres a la sala Francesc Tarafa, passades les sis de la tarda, i veus cares que senten, que viuen i que riuen. Que s'emocionen amb l'experiència viva d'un dolor que és compartit per molts dels assistents a l'acte, aixoplugats avui per la companyia de mans amigues i per unes parets que, anys enrere, també van ser capaces de salvar vides, de militar en la fe, de curar malalties que semblaven incurables. A l'escenari, l'actuació és un reflex de la vida i sembla que es deixi posseir per la gran història d'aquesta gran sala. L'actuació també és un reflex de les ganes de ser, de resistir i, sobretot, de no defallir. Actua l'esperança, i el públic ho recompensa com l'ocasió s'ho mereix, amb un gran estrall d'aplaudiments que van més enllà de la sinceritat. Això és el que reps, d'entrada, d'aquesta primera festa literària d'Oncovallès a la qual tens la satisfacció d'assistir.

Després d'una pausa necessària, el torn és per la creativitat que busseja en el sentiment de la malaltia, en la lluita dels malats, en l'amor que busquen tots els implicats en un procés com aquest, tan dur, tan solitari, i tan necessitat d'escalf. I, justament, la màgia de les paraules de tots els poemes que es presenten al premi són les encarregades d'oferir allò que és tan i tan necessari: ningú, en aquesta estona que dura la lectura, és capaç de sentir-se sol. Sol, tampoc, a l'escenari, on les paraules flueixen com si expliquessin la ciència del fet d'existir, ni entre el públic que escolta, en un respecte admirable, les imatges que regalen els poetes. Només per això, ja val la pena ser-hi.

No és només un record en memòria de Pepi Pagès. No és una actuació per als amics. No es tracta de fer poemes i dir-los. No n'hi ha prou amb ser jurat i valorar. No en tens prou amb encendre el micròfon. Es tracta de ser-hi, de caminar endavant, de fer-ho creure, de creure-ho possible. Això és el que fa la gent d'Oncovallès i això és el que ajuda a fer la poesia. Això, i només això, és el que justifica que regalis part del teu temps, i que siguem capaços, entre tots, d'entendre que calen regals, que calen moments, que cal compartir la felicitat per poder fer feliços a molts d'altres.

Esteve Plantada

COL-LABORADORS FESTA LITERÀRIA:

Ajuntament de Granollers en especial als departaments de Salut pública i Cultura, Pruna i Fills (premis Poesia), Estabanell i Energia (Elaboració del Llibre), Freixenet, Carns Torrent i Pastisseria Mir (en la celebració de la nostra revetlla), Crack Sports Club, els Tallers Terapèutics de Lletres, Expressió Emocional i Solidari, i a tots els voluntaris que fan possible aquesta festa.

La Torreta es mobilitza amb tot un seguit d'accions solidàries en benefici d'Oncovallès.

Dimecres, 2 de maig, berenar solidari-comunitari del PIC.

La Guardiola Solidària. La iniciativa solidària de tenir a tots els actes una guardiola a benefici de l'entitat Oncovallès.

Col·loqui a càrrec de voluntàries d'Oncovallès que donen el tret de sortida a la setmana solidària explicant els serveis de la fundació i les seves experiències.



Diumenge, 26 de maig al Centre Cultural La Torreta els Amics del Pessebre vivent de La Torreta ens van oferir l'Obra de teatre "Mi noche de bodas", l'entrada era una samarreta de promoció dels actes solidaris. Es varen fer donatius de prop de 200 samarretes que portaven posada la majoria dels assistents.



Diumenge, 2 de juny al Camp Municipal La Torreta Oncovallès oferia una Tómbola de joguines reciclades per acompanyar les activitats benèfiques de:

- Liga Montseny de petanca
- Futbol 7 torneig femení
- Taller de Twirl
- Taller de defensa personal per a dones
- Torreta Bike
- Joguines solidàries Oncovallès



De totes les activitats realitzades posteriorment el 2 de juliol es va fer l'entrega a Oncovallès del taló amb la recaptació definitiva.

Cooperativa Calito

Alumnes de 5èA de l'Escola Municipal Salvador Llobet de Granollers i han format una cooperativa que es diu Calito. L'han creat per aprendre treballar en equip, així quan siguin grans, si en volen formar una, sabran com es fa. També per tenir esperit emprenedor i solidari.

El passat dia 30 d'abril la Fundació Oncovallès va anar a explicar com funciona l'entitat i els serveis que ofereix a malalts de càncer i els seus familiars ja que el 10% dels beneficis que va obtenir la Cooperativa Calito amb la venda dels seus productes el dia 23 de maig al mercat setmanal de Granollers els han donat a la fundació.

La Carme Grau explica als alumnes com es va fundar i quina és la missió i els valors dels que en formen part tot obrint el diàleg a les seves intervencions i preguntes sobre els aspectes sanitaris i emocionals que més els preocupaven. Després l'Ester Lara els va explicar què fa

la fundació per recaptar diners, quines són les activitats principals i com es duen a terme.

A primers de juny els alumnes acompanyats de la seva tutora i un mestre varen venir a visitar la fundació i fer entrega del xec amb el donatiu.

Ens agradaria destacar molt especialment l'expressió de les seves atentes mirades observant amb gran interès i admiració les explicacions dels espais on s'ofereixen els serveis i tallers, preguntant, tocant, provant.... Uns petits voluntaris que ens van fer sentir molt grans a tots!!!!



Convenis i col·laboracions

Oncovallès segueix sumant amb els ajuntaments de la comarca, renovant els vigents i fent-ne de nous. La població i Oncovallès necessiten el vostre suport.



Ajuntament de Montornès del Vallès



Ajuntament de Montornès del Vallès



Pintura solidària (Bruguera)



Ajuntament de Sant Feliu de Codines



Ajuntament de Montmeló

Con el objetivo de mejorar las instalaciones en la que reciben ayuda los pacientes de cáncer y sus familias, Bruguera, la marca especializada en pintura decorativa, ha hecho una donación de 50 litros de pintura a la Fundació d'Ajuda Oncològica del Vallès (Oncovallès).



Pintors solidaris



Oncovallès és per a tots i necessita de tots. Tots els donatius siguin dineraris o en espècie són ben rebuts, però no podem evitar sentir una especial atracció per actuacions solidàries amb un especial simbolisme. Una parella que truca dient que es casa, quin goig, una gran notícia! Totes les bones noves són benvingudes, però si la parella t'explica que vol compartir el seu acte de felicitat amb nosaltres és doblement emotiu.

La Francesca Pérez i en Jordi Rocamora, volen fer el recordatori d'un dia tant especial amb un donatiu a Oncovallès oferint una de les nostres cintes en record als que s'estimen i que han patit o pateixen la malaltia.

Xesca i Jordi, gràcies per estimar-vos i estimar!

La flama del Canigó

Gràcies a Òmnium Cultural, s'ha recuperat la tradició tan catalana de fa més de 30 anys de rebre la Flama del Canigó, per encendre les fogueres de la ciutat d'una nit entranyable com és la nit de Sant Joan.



Representants d'Oncovallès van fer pinya per celebrar aquesta cita tan entranyable encenent el fanalet amb la flama que va donar llum a una joiosa nit de revetlla.

la teva impremta a internet

www.igrafic.com

Calcula tu mateix el pressupost
Envia els teus arxius
T'ho enviem on vulguis

IGRAFIC

QUALITAT CERTIFICADA

Roger de Flor 71-73 · 08402 Granollers
Tel. 900 616 803

DISSENY GRÀFIC	PUBLICITAT
Logotips	Flyers i fulletons
Manuais d'identitat corporativa	Díptics, tríptics i cartells
Papereries corporatives	Catàlegs
Revistes	Plafons
Butlletins	Roll ups
Llibres	Lones
Punts de llibre	Vinils

"Tenim la clau.
Els ajudarem a trobar
la millor solució gràfica ..."

ernest@egsolgraf.com | 665 121 290
www.egsolgraf.com

Agenda

Agraïments

Institucions:

- Ajuntament d'Aiguafreda
- Ajuntament de Canovelles
- Ajuntament de Granollers
- Ajuntament de La Garriga
- Ajuntament de La Roca de Vallès
- Ajuntament de L'Ametlla del Vallès
- Ajuntament de Les Franqueses del Vallès
- Ajuntament de Mollet del Vallès
- Ajuntament de Montornès del Vallès
- Ajuntament de Sant Feliu de Codines
- Ajuntament de Vilanova del Vallès
- Consorci Hospitalari de Catalunya
- Consorci Normalització Lingüística
- Diputació de Barcelona
- Fundació Espavila
- Fundació Hospital Asil de La Garriga
- Fundació Universitària Martí i Humà
- Generalitat de Catalunya
- Hospital de Mollet
- Hospital de Sant Celoni Fundació Privada
- Hospital General de Granollers
- Il·ltre Col·legi d'Advocats de Granollers
- Institut Català de la Salut
- Institut Català d'Oncologia
- La Caixa
- La Mútua de Granollers
- Parròquia de Mare de Dèu de Montserrat
- Parròquia Sant Esteve
- Servei d'Atenció Primària Granollers-SAP Mollet
- Taula d'entitats del Tercer Sector Social de Catalunya
- Universitat Blanquerna
- Universitat de Barcelona
- Universitat de Gimbernat
- Universitat de Ramon Llull

Empreses:

- Abacus
- AGC Assessors
- Amgen España

- Anita Spain
- Avenida Estación Serveis Granollers
- Borges
- Carboneria Lloret Sierra
- Carns Torrents
- Catalunya Caixa
- CEMAV
- Centre de formació de Perruqueria i Estètica Parc Estudi
- CiC comunicació disseny gràfic i web
- Cladellas Disseny Web
- Club Natació Granollers
- Codina Imatge i So
- Disfruit
- Dolores Porredón Fotògraf
- Eg-Solgraf, Ernest Gil, dissenyador gràfic
- El Jardinet
- El Talleret de l'Elena, Elena Frauca, il·lustradora
- Espai Wellness
- Estabanell Energia
- Establiments Viena
- Esteve
- Farmàcia Arimany
- Farmàcia Parera
- Farmàcia Vinyamata
- Fleca P. Bretcha, S.L.
- Fil a l'agulla
- Freixenet
- Herbes del Portalet
- Hotel Augusta Vallès
- Hotel Ciutat de Granollers
- iGràfic
- Imma Perruquers
- itres Comunicació disseny i web
- Joguines Cladellas
- Júlia Perfumeria
- KH-Lloreda
- La Bolsera
- Laboratoris Almirall
- Laboratoris Ferrer
- Laboratoris Roche
- Marionnaud
- Merck
- Ortopèdia del Vallès
- Perruqueria Ris o Llis
- Pfizer S.L.U.
- Pruna i Fills
- Regals Esther
- Rètols Janer
- Roche Farma, S. A.
- Teix
- Urbaser
- Uzerou, informàtica
- Vallbona Advocats Associats S.L
- Xurreria La Sorpresa

Entitats:

- Acte 4
- Agrupació Sardanista
- Agrupament Escoltes Sant Esteve de Granollers
- Centre Excursionista Garriguenc
- Colla Sardanista Agora
- Comerç de dalt
- Companyia de Teatre Mil Notes
- El Xiprer
- Esbart Dansaire
- Federació Catalana del Voluntariat Social
- Flors i Violes
- GRA
- Gran Centre
- Llançadora
- Mans Unides
- ONCE
- Xics de Granollers

Mitjans de comunicació:

- El 9 Nou
- El Tot Granollers
- Ràdio Granollers
- Ràdio Montornès
- Ràdio Silenci
- Revista el Vallès
- VOTV

Pintors i Escultors:

- Angela Icart
- Antoni Granja
- Emili Lloret
- Jaume Icart
- Joan Batlles
- Jordi Riera
- Josep M. Arimany
- Kiku Mena
- Lourdes Vázquez
- Raquel Xamani
- Santi Subirana
- Vicenç Viaplana
- Xavier Vilageluy

Actors:

- Adrià Freijo Guirado
- Arian Botey Prat
- Dany Bernabé Perez
- David Janer Oliveras
- Dolores Sanchez Doña
- Francina G.Ars
- Frederic Roda Fabregas
- Joan Garrido
- Jordi Parera labau
- Laura Lopez Martos
- Maria Manau Sanchez
- Marta Garcia Otín
- Miquel Noquera Amiel
- Montse Colomé I Boté
- Olga Pey Rufi
- Oscar Molina Garcia
- Padi Padilla.
- Pep Planas
- Raquel Morera Bisa
- Ricard Sauri Conejero
- Salvador Pardo Gonzalez
- Silvia Fornas Flaqué
- Tresa Sirvent Oró

Epíleg

Epíleg



Ella
COPA A-D CARE



Anita care –
corsetería, prótesis de mama y moda de baño
para después de una operación de pecho.

Por favor, envíeme información gratuita a:

Nombre / Apellidos

Calle

C.P. Población

Teléfono

E-mail



ANITA Spain S.L. · Ronda Maiols 1 · Local 233 B · 08192 Sant Quirze del Vallés (Barcelona)
Teléfono: 937464427 · Fax: 937104292 · E-mail: anita.sp@anita.net

www.anita.com



ASSEGUREM LA SEVA SALUT

- Unes instal·lacions de més de 7.500 m².
- Una clínica al centre de Granollers:
Cirurgia general, dental, oftalmològica...
- Un ampli Quadre Mèdic amb 2.000 especialistes i els millors hospitals i centres concertats.
- Un centre de medicina avançada.
- Més de 20.000 persones associades.
- 60 anys al seu servei...
...ens permeten oferir el millor servei assistencial i una àmplia varietat d'assegurances en salut privada.

INFORMI'S

Plaça Pau Casals s/n · Granollers · 08402

Tel. 93 860 01 56

www.mutua.org



T'agrada menjar bé?
T'ho posem en safata

www.carnstorrent.com

Ens trobaràs a:

**Caldes de Montbui, Canovelles, Granollers (3), Les Franqueses del Vallès,
Lliçà d'Amunt, Palau-Solità i Plegamans, Santa Eulàlia de Ronçana.**

També servei a Hostaleria i Col·lectivitats.

Tel. 93 / 861 51 22