

Oncovallès

FUNDACIÓ D'AJUDA ONCOLÒGICA

Butlletí núm. 23 - 2017



15

ANYS



AMB
VOSALTRES



Sumari



Salutació

Pàg. 3



Concurs de dibuix

Pàg. 25



Ciència

Pàg. 4



Serveis comunitaris

Pàg. 43



Salut i Prevenció

Pàg. 9



Reflexions

Pàg. 46

Fundació ONCOVALLÈS

Horaris: De dilluns a dijous
Matins de 9:30 a 13:30h.
Tardes de 16:00 a 20:00h.
Divendres
Matins de 9:30 a 13:30h.
Tarda de 15:30 a 19:30h.

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:

ES81 2100 0009 74 0201308552

O bé feu-vos socis a les nostres oficines

EQUIP DE REDACCIÓ

Edita: Fundació Oncovallès
Coordinació: Taller de Lletres
Col·laboradors: Regidora de Salut M. del Mar Sánchez, Dr. Miquel H. Bronchud, Dr. Josep Maria Ibáñez, Ramon Mora i Taller de Lletres d'Oncovallès.
Assessorament lingüístic: CNL del Vallès Oriental i Taller de Lletres d'Oncovallès.
Disseny i Maquetació: CiC Comunicació
Impressió: iGràfic Granollers S.L.
Dipòsit Legal: B-17858-2006
Foto arxiu i retoc fotogràfic: Arxiu Oncovallès, Dolors Porredón i Georgia Porredón.
La redacció d'Oncovallès no comparteix necessàriament les opinions expressades en les col·laboracions. Es demana que tots els escrits vagin signats.

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!

La Fundació

Salutació

Felicitem Oncovallès per 15 anys de compromís profund amb les persones malaltes de càncer. Tres lustres d'activitat creixent, en quantitat i, sobretot, en qualitat. Una entitat que ha sabut captar les necessitats de les persones amb malalties oncològiques, anar-hi trobant resposta i donar-hi una atenció global, sempre, acompanyant els pacients i els seus familiars no només en els aspectes biològics o orgànics, sinó també en els psicològics i socials.

Parlem d'una entitat ben arrelada a Granollers i que presta servei als municipis de la comarca, amb una estructura professional que es complementa amb la col·laboració d'especialistes, voluntaris, empreses i socis que hi donen suport.

Rebre el diagnòstic d'una malaltia com el càncer és dur d'encaixar i sovint representa un punt d'inflexió en la vida de l'afectat o afectada, canvien moltes coses a la seva vida i també canvia tot allò que els envolta, familiars, amics, feina, petites coses que abans semblaven no tenir importància passen a primer pla.

En aquests moments difícils, i durant tot el procés, és bo saber que Oncovallès és al nostre costat, amb tot i per a tot el que puguem necessitar. Saber que hi haurà persones disposades a acollir-nos i acompanyar-nos, amb serveis d'ajut psicològic, nutricional, fisioteràpia, teràpies complementàries d'acupuntura i reiki...I, també, amb tallers terapèutics d'art-teràpia, de creació literària, d'imatge i estètica... pot ajudar a fer menys feixuc aquest tràngol vital.

Sabem que amb Oncovallès, els malalts de càncer no estan sols. I de ben segur que sentir la solidaritat de la comunitat en moments així ajuda a fer més passadora la malaltia.

Desitgem seguir comptant amb vosaltres molts més anys! Gràcies i felicitats!

M. Del Mar Sánchez

Regidora de Salut Pública i Serveis Socials



Ciència

Un equip liderat pel Dr. Miquel H. Bronchud, President i fundador del **Comitè Tècnic Sanitari d'Oncovallès** i **oncòleg de l'Hospital General Universitari de Granollers** així com de l'**Institut Oncològic Equip Dr. Bellmunt de Hospital Universitari Dexeus QuironSalud**, ha publicat recentment en la revista nord-americana **ONCOTARGET** (Desembre 2016) un interessant treball genòmic que vincula per primer cop al món els programes Genètics immunològics de la placenta que permeten la "tolerància materno-fetal amb els equivalents que potser permeten al càncer escapar del sistema de immune vigilància del nostre cos adult.



Dr. Miquel H. Bronchud

Oncòleg de l'Hospital General de Granollers exvocal del Pla Director d'Oncologia del Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya, exvocal de la Comissió Nacional de l'Especialitat d'Oncologia Mèdica del Ministeri de Sanitat i Igualtat, de Madrid, i fundador i actual president del Comitè Tècnic Sanitari d'Oncovallès

Els mecanismes "antirebuig" de la placenta podrien ser la clau per al desenvolupament del càncer

Les cèl·lules canceroses no han inventat mecanismes nous per escapar-se de la vigilància del sistema immunitari, sinó que probablement copien programes genètics interns i naturals desenvolupats al llarg de milions d'anys d'evolució.

Aquestes dades són, en principi, extrapolables a molts altres càncers, si no a "tots els càncers". No són res únic ni de la dona, ni del càncer de mama, ni de l'embaràs. I podrien ajudar a explicar parcialment per què els càncers més agressius en termes d'invasió local i de metastasi se solen donar en els mamífers i no en altres animals vertebrats o invertebrats o en plantes.

Barcelona, 21 de novembre de 2016.- Un equip liderat pel Dr. Miquel H. Bronchud, oncòleg de l'Institut Oncològic Equip Dr. Bellmunt, i format per oncòlegs, ginecòlegs-obstetres i patòlegs de l'Hospital Universitari Dexeus Quirónsalud i del centre **Salut de la Dona Dexeus** han dut a terme un estudi publicat aquesta setmana a la revista *Oncotarget* que explica una hipòtesi sobre com les cèl·lules tumorals aconsegueixen escapar dels mecanismes naturals de vigilància immunològica. L'estudi identifica per primera vegada el patró dels gens que s'expressen imitant la placenta per evitar el rebuig i que podrien ser els responsables de silenciar el sistema de vigilància i burlar així el sistema immunitari. A més dels equips de l'Hospital Universitari Dexeus d'Obstetrícia, Ginecologia i Oncologia, també hi han participat investigadors de l'empresa nord-americana de genòmica Nanostring (Seattle, Estats Units) i la Dra. Ana Claudia Zenclussen, d'Alemanya, una de les màximes expertes internacionals en immunologia placentària.

Del punt de partida a la troballa

El treball s'ha centrat en l'estudi de 6 teixits biològics diferents d'una mateixa pacient, embarassada, que va desenvolupar un càncer de mama al final de la seva gestació, i parteix de la proposta que el gran paradigma dels mecanismes de burla del sistema immunològic és l'embaràs, vehiculat a través del seu òrgan específic: la placenta.

En un embaràs, hi ha un ésser estrany (el fetus) que creix a l'interior del cos de la mare. Aquest fetus està format a partir de teixit biològic estrany procedent genèticament del pare, o fins i tot del pare i d'una altra dona que no és la mare gestant, en algunes tècniques de reproducció assistida. La placenta s'encarrega de fer de barrera entre els diferents sistemes immunològics per permetre la tolerància maternofetal. Així s'assegura que la mare gestant no rebutjarà immunològicament l'embrió o el fetus, tot i que el fetus conté antígens estranys a la mare i propis del pare.

Amb aquesta idea, i gràcies a la possibilitat de disposar de diversos teixits biològics procedents de diferents òrgans d'una mateixa pacient –placenta, teixit mamari tumoral, teixit mamari normal, gangli normal, gangli metastàtic i decidua (teixit endometrial fixat a la placenta)–, es va iniciar un estudi genòmic per identificar quins gens de la regulació immunològica estaven presents a la placenta de la pacient per permetre aquesta tolerància immunològica maternofetal.

L'estudi ha detectat diverses desenes de gens que no només s'han trobat a la placenta, sinó que estaven sobreexpressats o infraexpressats en els teixits tumorals, i es postula que són els responsables de burlar els me-

canismes naturals de vigilància immunològica, en veure com es poden expressar en les cèl·lules canceroses i fins i tot en el microambient associat ectòpicament (és a dir, fora del lloc i el moment apropiats fisiològicament). ***"L'estudi ha identificat diverses desenes de gens de regulació immunològica que hem descobert que estan sobreexpressats en les cèl·lules canceroses, imitant les cèl·lules de la placenta, i una altra llista relativament llarga de gens immunoreguladors que les cèl·lules canceroses aconseguen silenciar de manera anàloga a la placenta per evitar el rebuig"***, explica el Dr. Bronchud, oncòleg de l'Institut Oncològic Equip Dr. Bellmunt i responsable d'aquest estudi.

La combinació de l'expressió o silenciament d'aquests gens pot contribuir que el càncer es pugui escapar immunològicament i pot ser un determinant fonamental del desenvolupament clínic del tumor. El Dr. Bronchud explica que ***"tots acumulem al llarg de la vida mutacions potencialment carcinògenes en el nostre cos, però no tots desenvolupem un càncer perquè el nostre sistema immunològic potser aconseguix detectar i eliminar a temps les cèl·lules 'malignes o premalignes', excepte les que ja han 'après' a fer servir els 'vells trucs de la placenta' per eludir el control immunològic i acaben desenvolupant un càncer i les seves metàstasis"***. En altres paraules, les cèl·lules canceroses no tenen per què inventar de novo mecanismes per escapar-se de la immunovigilància, sinó que en tenen prou de copiar els programes genètics interns desenvolupats al llarg de milions d'anys durant l'evolució dels mamífers. Aquestes dades també podrien ajudar a explicar parcialment perquè els càncers més agressius en termes d'invasió local i de metàstasi se solen donar en els mamífers i no en altres animals vertebrats o invertebrats o en plantes. ***"Tot i que els mamífers tenen els sistemes immunològics més sofisticats i potents, també tenen intrínsecament els mecanismes placentaris per desactivar-los de forma fisiològica durant l'embaràs, i de forma patològica durant la carcinogènesi o formació d'un càncer"***, prossegueix el Dr. Bronchud.

Aquestes dades en principi són extrapolables a tots els pacients, encara que lògicament caldrà fer més estudis confirmatoris. Aquest mecanisme no és únic ni de la dona, ni del càncer de mama, ni de l'embaràs. ***"Tot i que hem necessitat que confluïssin tots aquests factors junts per demostrar la hipòtesi, els mecanismes són universals de tots els pacients i de tots els tumors"***, explica el Dr. Bronchud, i prossegueix: ***"perquè totes les cèl·lules de mamífers tenen en teoria programes genètics de control immunològic associats al potencial de tolerància maternofetal de la placenta i tant els homes com les dones comparteixen cromosomes, incloent-hi el cromosoma sexual X"***.

Una hipòtesi que ha hagut d'esperar el cas perfecte i la tecnologia adequada.

L'estudi s'ha pogut dur a terme a propòsit d'un cas excepcional, i amb l'avantatge que suposa el fet que aquests especialistes treballin en un mateix centre i de forma coordinada. Fa 14 anys una pacient que feia el seguiment del seu embaràs al centre **Salut de la Dona Dexeus** va desenvolupar un càncer de mama just la setmana 39 del seu embaràs, cosa que va motivar que hi posés fi immediatament. La pacient, a més, tenia una placenta accreta, és a dir, que el teixit placentari estava totalment fusionat entre les fibres uterines, cosa que no va deixar cap més alternativa que fer una histerectomia (extracció de l'úter), una complicació infreqüent de l'embaràs. La pacient va ser operada de càncer de mama, se li va realitzar una mastectomia (extirpació del pit) i un buidament ganglionar (extracció dels ganglis de l'aixel·la). A dia d'avui, la pacient i el seu fill estan en perfectes condicions. Però l'excepcionalitat del cas va fer que el Dr. Francesc Tresserra, el patòleg que va estudiar i analitzar el cas, avui cap del Servei d'Anatomia Patològica i Citologia i responsable de R+D del Servei de Ginecologia de Salut de la Dona Dexeus, preservés les mostres estudiades en el seu moment.

Quan, 14 anys després d'aquest cas clínic, el Dr. Bronchud va començar a pensar que aquesta hipòtesi podia explicar els mecanismes que fa servir el càncer per escapar-se del sistema immunològic, va demanar al Dr. Tresserra i a l'equip de Salut de la Dona Dexeus si existien casos d'aquestes característiques, i va trobar aquest cas excepcional entre els arxius. A dia d'avui existeix tecnologia recent i pionera que permet aquestes anàlisis genòmiques, que fa anys no eren possibles. Les hipòtesis científiques insten a desenvolupar noves tecnologies i les noves tecnologies fan possible l'estudi i la confirmació d'hipòtesis. En aquest cas el Dr. Bronchud va recórrer al **Vall d'Hebron Institut d'Oncologia (VHIO)** per a fer aquesta anàlisi. El Grup de Genòmica Translacional del VHIO és pioner a disposar de la tecnologia Nanostring, que permet l'estudi massiu i sense precedents dels gens implicats en estudis com aquest. El Grup d'Oncologia Molecular del VHIO es va encarregar de la lectura i interpretació de les dades. ***"Feia temps que provava de confirmar aquesta hipòtesi, una idea en la qual he treballat durant anys. Ha calgut la confluència de la tecnologia necessària i trobar el cas perfecte per donar resposta al que aventuro que serà un abans i un després en el coneixement dels mecanismes d'escapament immunològic del càncer. Cal sumar estudis genòmics de molts pacients per poder anar passant filtres a les troballes genòmiques fins a identificar quins gens realment són clau en el desenvolupament d'aquests mecanismes, per a poder-los interceptar i bloquejar"***, exposa el Dr. Bronchud.

Sobre Quirónsalud

Quirónsalud és el grup hospitalari més important d'Espanya i el tercer d'Europa. Està present a 13 comunitats autònomes, compta amb la tecnologia més avançada i disposa d'una oferta superior a 6.200 llits en més de 80 centres, com la Fundació Jiménez Díaz (FJD), Ruber, Hospital La Luz, Teknon, Dexeus, Policlínica de Guipúscoa, etc., així com amb un gran equip de professionals altament especialitzats i de prestigi internacional.

Treballem en la promoció de la docència (set dels nostres hospitals són universitaris) i la investigació medicocientífica (comptem amb l'Institut d'Investigació Sanitària de la FJD, únic centre investigador privat acreditat per la Secretaria d'Estat d'Investigació, Desenvolupament i Innovació).

Així mateix, el nostre servei assistencial està organitzat en unitats i xarxes transversals que permeten optimitzar l'experiència acumulada en els diversos centres, i la translació clínica de les nostres recerques. Actualment, Quirónsalud està desenvolupant més de 1.600 projectes de recerca a tot Espanya i molts dels seus centres duen a terme en aquest àmbit una feina puntera,

i són pioners en diverses especialitats com cardiologia, endocrinologia, ginecologia, neurologia i oncologia, entre altres.

Contacte comunicació Hospital Universitari Dexeus – Grup Quirónsalud

Bianca Pont

Directora Territorial de Comunicació i Màrqueting
620 353 094 / bianca.pont@quironsalud.es

Margarida Mas

Consultora de Salut
626 523 034
QuironSaludCat@PlannerMedia.com

Contacte comunicació Salut de la DonaDexeus

Carmen Pérez

Responsable de Comunicació
699 596 554 / carmen.perez@dexeus.com

La Mútua Bàsica
des de 13,04€

SENSE COMPAGAMENT

Fes més senzilla la seva vida

Informa't
93 860 01 56
Plaça Pau Casals, s/n - 08402 - Granollers
comercial@mutua.org

LA MÚTUA, HI SOM PER FER-HO MÉS SENZILL

VISITA EL NOSTRE WEB I
DESCOBREIX MÉS SOBRE
AQUEST PRODUCTE I SERVEIS:
WWW.MUTUA.ORG

MÚTUA DE GRANOLLERS

"LA MÚTUA"

NOUS HORIZONS EN EL TRACTAMENT DEL CÀNCER DE LARINGE

El càncer de laringe és el tumor maligne més freqüent de la regió del cap i el coll. Afecta predominantment al gènere masculí, tot i que la incidència en general i sobre tot en l'home està baixant, probablement degut a la disminució de l'hàbit tabàquic i del consum d'alcohol en la població, especialment en els països mediterranis.

S'estima que l'any 2012 la incidència de nous casos era de 8.3 per cada 100.000 habitants a la Unió Europea.

En l'actualitat i gràcies a les noves tècniques diagnòstiques, la majoria dels càncers de laringe es diagnostiquen en fases molt inicials, la qual cosa ha situat la supervivència a 5 anys al voltant del 65%. Ha disminuït de forma significativa la mortalitat per aquest tipus de tumor.

La preservació de l'òrgan

Durant els darrers 25 anys un dels aspectes que més s'ha tingut en compte a l'hora de planificar el tractament d'aquests tumors ha estat el fet de poder preservar l'òrgan i així evitar cirurgies radicals i mutilants com la laringectomia total, la conseqüència de la qual és perdre la parla i portar una traqueostomia permanent.

No obstant, preservar l'òrgan no vol dir que se'n preservi de la mateixa manera la funció, fet que és també un punt important de controvèrsia.

Per tant, la investigació s'ha centrat sobretot en aquests aspectes i s'han dut a terme diversos estudis per arribar a un consens sobre quan i com s'ha de plantejar la preservació de l'òrgan.

El que queda clar és que els protocols de preservació d'òrgan han vingut per instal·lar-se i són esperançadors, tot i que no hi ha protocols universals; de manera que s'individualitza sempre la planificació del tractament.

Modalitats de preservació de l'òrgan

Davant la laringectomia total, doncs, es postulen altres tractaments encaminats a la preservació de l'òrgan. Són bàsicament les diferents tècniques novedoses de cirurgia parcial amb la utilització del làser de CO2 o la cirurgia robòtica.

També s'utilitza la **radioteràpia radical**, la **quimioteràpia d'inducció** i la utilització **conjunta** de la quimioteràpia i la radioteràpia o les innovadores **teràpies mol·leculars**.

Tot i que la preservació de la laringe és un repte important, els professionals han de poder valorar i explicar al pacient les possibilitats de curació de la malaltia en front de la pèrdua de la laringe, sempre valorant els riscos i els beneficis dels tractaments.

És imprescindible que el pacient participi de la decisió terapèutica final; per tant, els professionals han de poder explicar tots els pros i els contres de cada decisió terapèutica, fent prevaler sempre els principis d'autonomia i beneficència.



Dr. Josep Maria Ibáñez

Metge especialista en Otorinolaringologia.
Membre del Comitè Tècnic Sanitari d'Oncovallès.

Salut i prevenció

DIA MUNDIAL CÀNCER DE CÒLON

La Fundació Oncovallès treballa les campanyes de prevenció a tot el Vallès Oriental, hospitals, Caps, ajuntaments i farmàcies. A Granollers, com cada any es van posar taules informatives a la plaça Maluquer i Salvador amb motiu del dia del càncer de còlon per fer arribar a tota la població en general el missatge de prevenció.

Es van fer taller de suc verd a càrrec de Hydroskin Oncology especialistes en la pell i mucoses del pacient oncològic. La gent es va apropar per tastar i recollir la recepta dels suc.





Les Farmàcies Olivet i Viñamata es sumen a les Campanyes de Prevenció amb una taula informativa per fer-la arribar a tots els seus clients.

Agraïments : Disfruit, Hidroskin Oncology, Dj Navarro, Farmàcia Olivet i Viñamata

**DES DE
1930
PENSANT
EN LA TEVA
SALUT**

**FARMÀCIA
ARIMANY**

OBERT DE 8.00 A 21.00 H
PLAÇA MALLUQUER I SALVADOR, 11
08401 - GRANOLLERS



Esther de Vega
info@estherdevega.com

IMATGE PERSONAL APLICADA A L'ONCOLOGIA

Confecció i manteniment de perruques,
cita prèvia 670 270 827 - BARCELONA - GRANOLLERS

Menges el que sents o sents el que menges? Què et menges?



Amb aquest títol la Maria Molina ens va fer una xerrada a ONCOVALLÈS.

Va parlar de NUTRICIÓ definint-la com "una ciència en constant evolució que estudia el consum del menjar en relació amb les necessitats dietètiques del nostre cos" i també "és el procés de nodrir i ser nodrit".

I a partir d'aquí enfoca aquesta nutrició sota el punt de vista HOLÍSTIC, ENERGÈTIC i EMOCIONAL. Diu que és sentir-se mereixedor / no afecta la capacitat de nodrir-se, poder ser nodrit pels altres i nodrir als altres.

Ho relaciona amb la condició física i la constitució de la persona, i amb la seva decisió de triar el menjar (per què vols menjar això). I fixa les bases per dur a terme aquest tipus d'alimentació:

- Entendre el vincle amb l'alimentació
- L'alimentació bioquímica
- Entendre perquè un aliment pot ser o no adequat depenent de la persona.

Explica aquests principis en relació a 5 elements, des del punt de vista asiàtic, que són : aigua, metall, fusta, foc i terra.

- **Aigua:** força per emprendre, pors
- **Metall:** crear límits, esperança
- **Fusta/arbre:** força interior, ràbia i frustració
- **Foc:** passió, alegria, tristesa
- **Terra:** sentir-se nodrit, capacitat de nodrir

A partir d'aquí desenvolupa quina relació hi ha entre aquests elements amb el cos, els sentiments i els aliments que poden beneficiar-nos.

AIGUA

És la nostra part interior i profunda. Ens treu la por i ens dona força. La meditació i el txikung ajuden a equilibrar l'element de l'aigua.

Corporalment està lligat amb els ronyons i la bufeta. Pot afectar el sistema ossi.

Els aliments que afavoreixen aquest principi són: algues, llegums (aduki), arròs negre, les verdures i hortalisses amb arrel i la sopa de peix .

L'estil de cuina recomanat: sopes i guisats que aporten energia i calor al cos.



METALL

Té a veure amb la capacitat que tenim de respectar el nostre espai vital a qualsevol àmbit: feina, parella, amics, família. També amb la comunicació: assertivitat. Les emocions relacionades són: esperança/tristesia.

Físicament ho relaciona amb els pulmons i el budell gruixut (intestí gros). I pot afectar la pell i les mucositats.

Els aliments afavoridors són: cereals integrals (particularment arròs), verdures d'arrel (pastanaga, daikon, gingebre) i all.

L'estil de cuina recomanat: olla a pressió, cuina al forn i cuina al grill (permeten que l'energia es concentri).

FUSTA

Relacionat amb emocions que tendeixen a identificar la força interior i que generen frustració i ràbia.

Corporalment té a veure amb el fetge, la vesícula biliar i els músculs. L'activitat física i posterior meditació afavoreixen aquest element.

Els aliments recomanats són: algues, verdures de fulla verda, fermentades (avinagrats), i suc (aliments lleugers). El blat, hatu mugi i la civada com a cereals.

L'estil de cuina recomanat: cuina al vapor, amanides premades i verdura escaldada.

FOC

Aquest element està relacionat amb sentiments d'alegria, passió i tristesa.

Relacionat amb el cor i el budell prim. Afecta també la circulació.

S'afavoreix en menjar: fruita, llavors, nous, herbes, te, quinoa, panís amarant, arròs basmati, llenties vermelles, llegums gruixuts i algues com nori i dulse.

L'estil de cuina recomanat: cuina elèctrica.

TERRA

És saber nodrir i nodrir-se i allunyar les preocupacions que ens limiten.

Relacionat amb l'estómac i la melsa.

S'afavoreix menjant coses dolces, siguin bullides o fregides: carbassa, ceba, pastanaga, cigrons, llenties vermelles i algues com arame.

Els aliments no recomanats a tots els elements són: sucre, carbohidrats refinats i estimulants (cafè i alcohol).

També va explicar el que s'anomena alimentació bioquímica i la va lligar estretament amb el pH de l'organisme. Dins l'escala del pH, de l'1 (molt àcid) al 14 (molt alcalí), la nostra sang té un pH entre 7,35 i 7,45, és a dir, lleugerament alcalí. Per un altra banda les nostres cèl·lules tenen un pH més àcid (6.5)

El pH de la sang no pot fluctuar perquè el propi cos té mecanismes que ho eviten, però el pH de la cèl·lula sí que ho pot fer i depèn de nosaltres (el que mengem i l'estil de vida que tinguem) que es mantingui en un nivell recomanable.

Els aliments que afavoreixen l'alcalinitat són: la llimona, les verdures particularment de fulla verda, la fruita fresca i la seca (nous de Brasil, ametlles), els llegums i els cereals (soja, faves, llenties, mill, quinoa, espelta, amarant), juntament amb les llavors (lli, carbassa, gira-sol). Tots aquests aliments són rics en calci, sodi, magnesi i potassi.

I els aliments que porten a l'acidesa són: el sucre, les carns, els làctics i derivats (formatge), els estimulants, l'alcohol, el tabac i alguns llegums i fruits secs.

Recomana que la dieta, per tal de mantenir el pH cel·lular, sigui aproximadament de dues tercers parts de menjar alcalí i una tercera part de menjar àcid.

Per acabar, el temps ja s'havia consumit, va parlar del que necessitem com a coadjuvants a la bona dieta: aire pur, sol, exercici compensat amb descans, hidratació, meditació i pau al cor (amb tu mateix). Que un sigui el "seu detectiu" i el fet de conèixer-se un mateix és la millor manera de saber quines són les necessitats per nodrir-se correctament i aconseguir una vida sana.

Ramon Mora

DIA MUNDIAL SENSE TABAC

La Fundació Oncovallès treballa les campanyes de prevenció a tot el Vallès Oriental, hospitals, Caps, ajuntaments i farmàcies. A Granollers, com cada any es van posar taules informatives a la plaça Maluquer i Salvador amb motiu del dia mundial sense tabac. Les infermeres Lidia Molinés, de l'Àrea Bàsica de Salut de Granollers, la Gemma Casanovas, del CAP Sant Miquel i la Maite Ruiz del CAP La Garriga van estar tota la tarda fent proves amb el cooxímetre per detectar els nivells de monòxid de carboni (CO) a la sang per tots els fumadors que van voler comprovar-ho. Van fer una vintena de cooximetries, de les quals 12 van sortir amb nivells bastant alts. Des de tots els àmbits de la salut treballem plegats per fer arribar a la població el missatge de prevenció i aconseguir en un futur que aquests nivells baixin.



Les Farmàcies Olivet i Viñamata es sumen a la Campanya de Prevenció del dia Mundial sense tabac. Sumant esforços per fer arribar el missatge a tothom.



¡ Viu el teu somni !



MAS DE
SANT LLEÍ



Camí de Casa Alta, s/n
Ctra. Granollers a Masnou, Km 10,5
Vilanova del Vallès

T. 93 845 88 22

“ Gràcies a totes les parelles que inicien un nou camí, a la recerca d'un lloc que inspire el seu amor. Gràcies a les que van decidir quedar-se i celebrar el seu amor en un entorn màgic .”

www.masdesantllei.com

MARATÓ D'ACTIVITATS COL·LECTA ANUAL I DIADA CÀNCER DE PELL

La Fundació Oncovallès treballa les campanyes de prevenció a tot el Vallès Oriental, hospitals, Caps, ajuntaments i farmàcies. La Porxada es vesteix del color corporatiu, taronja, color del llaç del càncer de pell. Comença la festa i totes les activitats omplen la tarda de felicitat. Pel mig de les velles columnes de la Porxada tots els models, dins la desfilada, van crear una energia molt especial, i així van aconseguir que tots els familiars, que passen moments tant durs els oblidessin per una tarda i van poder omplir els seus cors d'aquesta energia que fa possible tirar endavant. Per cloure la tarda vam rebre el millor dels regals, la visita d'una pacient, la M^a José, que aquest any no ha pogut desfilat, però no hi volia faltar.

La família d'Oncovallès, cansats, però contents, acaben la tarda a l'entorn d'una taula fent un sopar de germanor.

Gràcies per fer créixer la família d'Oncovallès.



Els voluntaris són el motor de totes les activitats



Taules informatives i tallers terapèutics



Farmàcia Bellavista.

Farmàcia Olivet.

Farmàcia Viñamata.



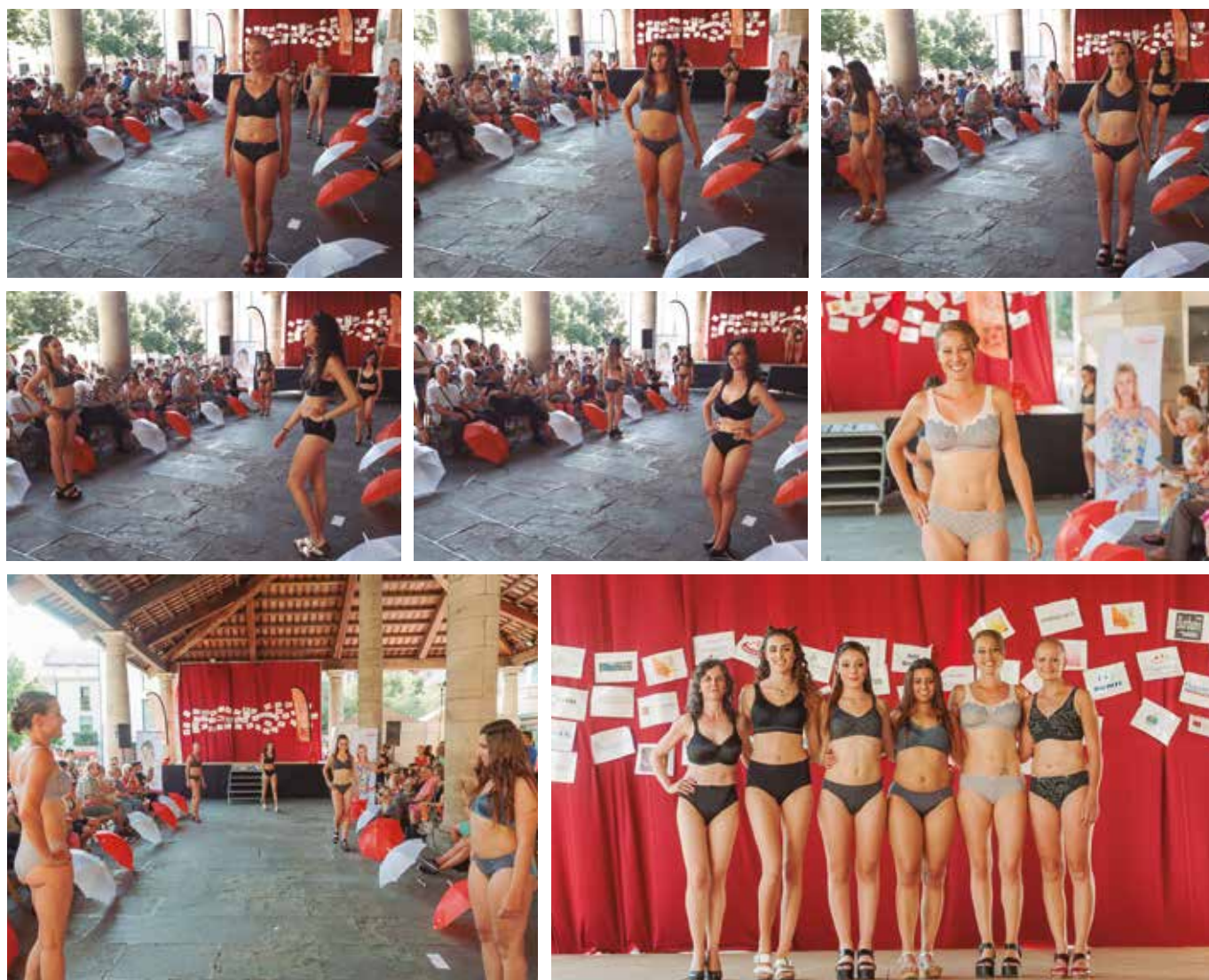
Master class amb el professor YoYo del Gimnàs Espai



Reunió prèvia dels models abans de la desfilada



Anita Care, roba interior per afectades de càncer de mama



Anita Care, roba de bany per afectades de càncer de mama





Els models voluntaris d'Oncovallès desfilant amb roba de Barbany



Claxon vesteix als joves voluntaris d'Oncovallès



La roba de Carles i Don Adelino també ha desfilat per la Porxada



La M^a José Delgado, supervivent i fundadora, junt al Víctor López, de The Waiigo, empresa creada per ajudar a la gent que ha de portar bosses d'osteomia.



Les noies de l'escola de dansa Swing van fer una coreografia feta des del cor.



La música-terapeuta Eli Blanca va posar ritme amb els seus tambors, formant un cercle d'energia a la Porxada



Grup de voluntaris participants en la desfilada



Després de la feina ben feta, els voluntaris gaudeixen d'un sopar de germanor gràcies als nostres col·laboradors : Arderiu, Carns Torrent, Freixenet i l'Espinasa.



GRÀCIES

Ajuntament de Granollers
Hospital General de Granollers
Hospital de Sant Celoni
Hospital de Mollet
Institut Català de la Salut
Farmàcia Olivet
Farmàcia Viñamata
Farmàcia Bellavista
La Roche Posay
Ortopèdia del Vallès

The Waiigo
Anita Care
Esther de Vega
Centre d'Assessorament Pilar Pérez
Parc Estudi
Lule
Barbany
Claxon
Carles
Don Adelino
Marionnaud

Gimnàs Espai
Escola de Dansa Swing
Falck VL.
Drums Cercle
Domty
Xurreria La Sorpresa
Forn de Pa Ca l'Espinasa
Carns Torrent
Arderiu
Georgia Porredón
Codina Imatge i So
Fraikin

Dani Bernabé
Dj. Navarro
Ara Granollers
VOTV
Diari 9NOU
Ràdio Granollers
Línia Vallès
KH7
IGràfic
Miquel Cofreces
La Caixa
Bankia

LA ROCHE-POSAY
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

LA ROCHE-POSAY.
Dermocosméticos con eficacia probada sobre la calidad de vida del paciente oncológico.

SESKIMO GROUP
Testados sobre 523 pacientes
10 pósters científicos
3 publicaciones

LA ROCHE-POSAY. COMPROMETIDOS CON LA DERMATOLOGÍA.

Products shown: ANTHELIOS KA, SILICUM, CHICAPLAST, and others.



Xerrada Ayurveda

Joel Parera va oferir a la seu d'Oncovallès una xerrada amb el títol "dieta i massatge" incidint en els aspectes positius de l'ayurveda.

Aquesta medicina tradicional índia que compta cada dia amb més addictes al món occidental, aposta per una alimentació sana i equilibrada d'acord amb les condicions i estat de cada persona. La ciència de la vida, com és coneguda popularment, basa la seva eficàcia en la necessitat de rebre només aquells aliments que "ens proporcionen salut".

Per saber quins són aquests aliments que van bé a cada persona, el Joel va animar als assistents a saber si són Èter, Aire, Foc, Aigua o Terra, cinc elements bàsics que formen part de tots els individus i que van estretament lligats als cinc sentits: oïda, gust, olfacte, vista i tacte. La combinació d'aquests elements determina, tres forces principals: Vata, Pitta i Kapha.

També va incidir en els bons resultats que proporciona l'ayurveda a nivell general per disposar d'una bona salut i per a fer front també a malalties com les del càncer a través de l'harmonia i l'equilibri.

Beneficis massatge facial:

- Potencia la nutrició de la cara
- Neteja teixits facials
- Manté un bon to i elasticitat de la pell
- Elimina les tensions facials
- Elimina les arrugues
- Dóna suavitat a l'expressió
- Redirigeix les energies subtils



- Redueix l'estrès
- Baixa la tensió
- Potencia òrgans sensorials
- Rejoveneix la cara
- Elimina fatiga
- Relaxa els ulls

Beneficis massatge de cap:

- Enforteix els ossos del crani
- Cura el mal de cap
- Evita la caiguda del cabell
- Balanceja doshas del cap
- Equilibra nervis del crani
- Estrès
- Insomni
- Fatiga
- Baixa la tensió
- Potencia òrgans sensorials
- Sequedat del cap
- Rejoveneix la cara

Tallers terapèutics **LES MANS**

**Mans que parlen,
Mans que acaronen,
Mans que curen,**

**Mans que ens donen el menjar, que
ens renten i ens pentinen.**

Les mans són el símbol d'Oncovallès.

**El treball de tots, voluntaris, terapeu-
tes, metges, infermeres es fa amb les
mans.**

**Mans que si parlessin omplirien llibres
del seu dia a dia.**



Oncovallès
FUNDACIÓ D'AJUDA ONCOLÒGICA



Aula de teràpies complementàries REIKI

Dins l'aula de teràpies complementàries el Reiki s'ha consolidat. Es treballa des d'Oncovallès i amb molts dels nostres hospitals. La terapeuta Isabel Defez ha impartit el segon curs de Reiki amb la participació de 10 alumnes.



Grup d'alumnes amb el diploma obtingut del curs 2n de Reiki.



CERCLES TERAPÈUTICS

El descobriment de la Medicina Tradicional Xinesa data de més de 5000 anys, i es basa en que el cos físic té un sistema energètic i palpable, que pot ser avaluat, mesurat i tractat, amb la finalitat d'arribar a un estat òptim d'equilibri i harmonia. Metges xinesos van confeccionar un mapa del sistema elèctric del cos, van traçar una xarxa de canals, anomenats meridians energètics, i van documentar, com al estimular determinats punts al trajecte d'aquests meridians, s'alliberaven bloquejos energètics, es restaurava el flux normal de Chi, o energia de sanació, i millorava la salut.



Inici curs Cercles terapèutics.

Oncovallès, Seu acollidora

De la mà de l'Esther de Vega, diven-
dres 7 de juliol Oncovallès va rebre, com
a cloenda del curs de formació, els pro-
fessors que impartiran els cursos de cicle
de Grau Mitjà i Grau Superior: Cura per-
sonal de la imatge per a usuaris amb ne-
cessitats estètiques oncològiques espe-
cial, del departament d'Ensenyament
de la Generalitat de Catalunya.



Oncovallès com a seu acollidora els
ha rebut un any més amb un recorregut
per les seves instal·lacions amb explica-
ció de tots els serveis que es fan, i amb
la participació de la terapeuta del taller
de coixins del cor, la Isabel Pérez, i d'una
persona afectada, la Nati Jiménez que
els va explicar las seves vivències dins la
Fundació.



Després d'aquest segon any d'acollida
de formadors, voldríem parlar de la im-
portància de la imatge en l'àmbit on-
cològic. Hem pogut veure la necessitat
d'aquesta assignatura dins del curs,
creiem que tots els pacients tenen el dret
a tenir professionals preparats per cobrir
les seves necessitats ja que si els perru-
quers tenen aquesta formació, també po-
den ajudar als clients que ho necessitin.
És per això que Oncovallès disposa d'un
espai per a la imatge, on els malalts reben
aquest servei de la mà de les terapeutes.

A l'entorn d'Oncovallès

CONCURS DE DIBUIX

A l'última edició del concurs de dibuix "Els petits voluntaris fan grans dibuixos" conduït per l'arterapeuta Núria Molina, hem comptat amb la participació de 7 escoles, 5 de Granollers, una de Canovelles i una de Les Franqueses. De la mà del Sergi Barragan vam comptar amb la col·laboració de l'escola l'Estel, on s'ha fet l'acte de lliurament dels premis, amb la presència de la regidora de salut, la M. del Mar Sánchez i el regidor d'educació el Francesc Arolas.

Els guanyadors han estat:

- El Pol Soriano de l'escola l'Estel pel dibuix més imaginatiu.
- El Miquel Garcia Da Comceição de l'escola l'Estel pel dibuix més solidari.
- La Carol G. De l'escola Congost pel dibuix amb més xispa.
- L'Esther Bach de l'escola l'Estel pel dibuix amb més joc.
- La Lucia Vares de l'escola Salvador Espriu pel dibuix més expressiu.
- L'Elna Puig de l'escola Cervatò pel dibuix més artístic.
- L'Arlet Puig de l'escola Cervatò pel dibuix més divertit.



Posem-li PEBROTS al Càncer. Granollers

Un any més Oncovallès es suma, el dia Mundial del càncer, a la campanya "posem-li pebrots al càncer" iniciada per la Fecec amb la col·laboració de les botigues Condis. Aquest any els voluntaris han estat venent els pebrots als quatre establiments Condis de Granollers.



Condis carrer Girona, 51



Condis carrer Camí Vell de Canovelles, 43



Condis carrer Camí Vell de Canovelles, 43



Condis carrer Josep Umbert i Ventura, 44



Condis carrer Josep Umbert i Ventura, 44



Passeig de la Conca del riu Besòs, 25



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.com

www.ortopediadelvalles.net

Horari de dilluns a divendres

Matins de 9,30 a 1,30

Tardes de 4 a 7,30

PUNT DE VOLUNTARIAT

Com cada any totes les entitats que formem part d'aquest projecte, ens reunim per posar en comú el creixement de nous voluntaris i els nous cursos pel 2017 de formació de voluntariat. Enguany hem pogut comptar amb la presència de la Roser Ortega, coordinadora dels Serveis comunitaris del Vallès Oriental, que ens ha presentat el projecte pels instituts de "Serveis Comunitaris", que serà obligatori al curs 2019-2020. A Oncovallès aquest projecte ja ho estem treballant des de fa 3 anys.



Trobada de roba a Granollers

Trobada de roba solidària de Modes Odissea a l'espai cedit per Carboneria Lloret-Sierra. Va ser tot un èxit de públic, que va adquirir gran quantitat de peces de roba.



XURRERIA

La SORPRESA

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

la teva impremta a internet

www.igrafic.com

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

IGRAFIC

BS EN ISO 9001
REGISTERED FIRM

QUALITAT CERTIFICADA

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

FUTSAL

Oncovallès ha participat a la Fanzone que es va instal·lar a Roca Umbert amb motiu del campionat intercontinental de Futbol Sala (Futsal). A més de tómbola de joguines reciclades vam muntar una boutique vintage i cafeteria-llibreria. Hem comptat amb voluntaris i col·laboradors que, com sempre, fan possible les nostres activitats.

INAUGURACIÓ FUTSAL



SPEAKER PEY



DJ NAVARRO



PARC ESTUDI



COIXINS DEL COR



TALLER SOLIDARI



TALLER LOGÍSTICA



PERRUQUERIA INMA I MENCHU

**PERRUQUERIA
INMA I MENCHU**



JUGUES AMB MI?



**ESCOLA DE
DANSA SWING**



**CEM DE
LES FRANQUESES**



FESTA



ROSES PER A LA VIDA

Amb motiu de la Diada de Sant Jordi, Oncovallès posa les tradicionals parades oferint roses per a la vida, llibres d'Oncovallès i llibres reciclats així com espelmes de Sant Jordi, polseres, ventalls, motxilles i coixins del cor fets als nostres tallers solidaris.

Regalar una rosa és un acte d'amor.



Parades d'Oncovallès Sant Jordi 2017



L'obra de l'Emili Lloret

TÓMBOLA FIRA DE L'ASCENSIÓ

Un any més Oncovallès va estar present a la Fira de l'Ascensió amb la tradicional Tómbola de joguines solidàries, que les escoles fan créixer més cada any amb les seves aportacions, concientiant d'aquesta manera als seus alumnes del valor de la solidaritat, així com també les persones que s'acosten a la Fundació per portar-nos joguines, i Joguines Cladelles, que des de fa anys omple les nostres tómboles.

Aquesta activitat no seria possible sense l'ajuda de tots ells i de les persones que s'hi apropen i trien una joguina a canvi d'un donatiu.

Us hi esperem el proper any!!!



**Com cada any
voluntàries
d'Oncovallès
recullen
la Flama
del Canigó.**



• 1969 •

VIANA

15 anys d'Oncovallès

Festa Literària D'Oncovallès, XIIè Premi Pepi Pagès 2017



Dins les celebracions dels 15 anys d'Oncovallès, el passat 14 de juny va tenir lloc la Festa Literària d'Oncovallès. Fou a la Sala Tarafa.



Va començar amb l'obra de teatre **LES PEPETES**, presentada pel Taller d'Expressió Emocional d'Oncovallès, e interpretada pel Grup de Teatre **MANDALA**. L'obra original fou ideada i coordinada per l'Esteve Banús i l'Olga Pey. Una obra divertida que va entusiasmar al públic que no va parar de riure durant tota la representació.





Posteriorment es va fer entrega dels premis del **XIIè Premi Pepi Pagès 2017**. El Jurat del Premi compost per M. Àngels Coma, Santi Montagud, Francesc Circuns, Ramon Mora, Olga Pey, Núria Pey i Laura Padró va atorgar el primer premi al Manel García Medina amb l'obra "Gegants", escrita en prosa. El segon premi va ser per l'obra poètica "Per damunt de tot, la fe i l'esperança" de Salvador Obiols Gómez.

La filla de la Pepi Pagès, Na Teresa Riera, va agrair a Oncovallès la celebració d'aquest **XIIè Premi Pepi Pa-**

gès i va llegir una poesia de la seva mare que va dedicar a la Carme i al Pere, va ser un moment molt emotiu que tots els presents van viure. Juntament amb el President d' Oncovallès, Pere Cladellas, varen fer entrega dels guardons als guanyadors.

Ambdós premiats varen llegir part de la seva obra i també agrairen el reconeixement fet atorgant-los els premis.

El guanyador del primer premi va cedir a la Fundació Oncovallès la meitat de la dotació del premi.



Primer premi:
Manel García Medina
amb l'obra "Gegants"



Segon premi: Salvador Obiols
Gómez, amb l'obra "Per damunt
de tot la fe i l'esperança"



La Silvia Rovira, presidenta dels Amics de l'Òpera del Vallès Oriental, va presentar al pianista José Porto, que durant l'acte d'entrega dels premis va interpretar diverses composicions, molt sentides i aplaudides pel públic assistent.



I per acabar la Festa literària vam celebrar la revetlla, amb coca i cava. Tots els assistents van poder brindar amb cava gràcies a la donació de Freixenet.

que recull les obres guanyadores de 2 anys del Premi Pepi Pagès, i a Pruna Motors patrocinador d'aquest concurs.

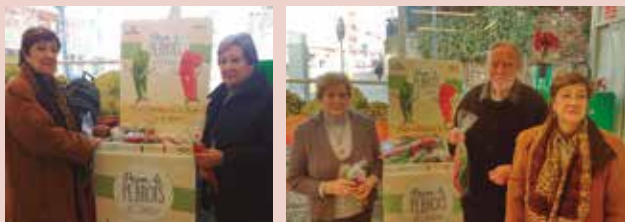
S'ha d'agraciar la col·laboració de l'ajuntament de Granollers per l'elaboració del llibre "Oncovallès poètic",

Ramon Mora



Activitats a La Garriga

Amb motiu del dia Internacional del Càncer, Oncovallès La Garriga es va sumar a la campanya **"Posem-li pebrots al càncer"** en l'establiment Condís del C/dels Banys, on les voluntàries van oferir als clients les bosses de pebrots.



Amb motiu del dia mundial del **càncer de còlon**, les voluntàries de la Garriga van posar una taula informativa per fer arribar el missatge de prevenció a tota la població.



Les voluntàries d'Oncovallès La Garriga van estar present a la plaça Can Dachs el dia de **Sant Jordi**, amb roses, espelmes i ventalls fets als tallers terapèutics d'Oncovallès, que oferien a tothom que s'apropava a canvi d'un donatiu per a la Fundació.



Durant l'última setmana de gener i la primera de febrer a la Garriga s'ha fet la **tómbola de joguines reciclades** a la sala Can Dachs. Al mateix espai s'ha fet l'**exposició de quadres** dels alumnes de l'escola EMAD de la Garriga i del pintor granollerí, l'Emili Lloret.



Les voluntàries de La Garriga han col·laborat en la 2na trobada de **roba solidària de Modes Odissea** que en aquesta ocasió s'ha fet a l'espai cedit per Les termes Victoria de La Garriga.



Activitats a Sant Feliu de Codines

Amb motiu del dia Internacional del Càncer, les voluntàries d'Oncovallès Sant Feliu de Codines es van sumar a la campanya **"Posem-li pebrots al càncer"** a l'establiment Condís, on van oferir als clients les bosses de pebrots.



Convenis i col·laboracions

CÀNCER A LA FEINA

Proba pilot al Vallès Oriental del projecte "Càncer a la feina" de la Fundació Catalana d'Entitats contra el càncer (FECEC), de la mà d'Oncovallès. Aquest projecte està destinat a pal·liar els problemes laborals que els afectats de càncer pateixen durant i després de la malaltia, amb la interlocució de les empreses.

Presentació i signatura
Pimec



ABS La Roca



CAP Vallès

La Mútua



Hospital General
de Granollers



Hospital
Sant Celoni

Hospital Mollet



Regidors salut i
serveis socials



Unió Empresarial
Intersectorial



Teix Grup



Programa "repreñ"
la Caixa



Gran Centre



Roda de premsa del seguiment dels
sis mesos treballant la prova pilot del
projecte "càncer a la feina"

CONVENIS 31 AJUNTAMENTS FENT PINYA AMB ONCOVALLÈS

Al 2016 vam presentar Oncovallès a tots els municipis del Vallès Oriental de la mà del Consell Comarcal. Des de llavors s'han anat adherint alguns ajuntaments que no tenien convenis, avui ja són 31 els ajuntaments que col·laboren amb Oncovallès. Creiem que és aquesta la manera de unir esforços per cuidar de la seva gent i donar des d'Oncovallès el serveis que tan malalts com els seus familiars necessiten.

Ajuntament de Lliçà de Vall



Alcalde Sr. Josep Serra i Pere Cladellas, President d'Oncovallès.

Ajuntament Vallgorgina



Alcalde Sr. Josep Mora i Pere Cladellas, President d'Oncovallès.

Ajuntament Sant Pere de Vilamajor



Alcaldessa Pamela Isús, Dolors López, regidora de Benestar Social i Pere Cladellas, President d'Oncovallès.

Presentació Regidora de Salut la Roca



Trobada amb la Regidora de Salut de l'Ajuntament de la Roca del Vallès, la Maria Assumpta López, per parlar de les noves activitats que portarà a terme Oncovallès.

Ajuntament Caldes de Montbui



Sr. Isidre Pineda, 1er tinent d'alcalde, Sra. Pilar Aznar, regidora d'Acció Social i igualtat d'oportunitat i Pere Cladellas, President d'Oncovallès.

Ajuntament Vilalba Saserra



Alcalde Sr. Joan Pont i Pere Cladellas, President d'Oncovallès.

Ajuntament Santa Maria de Palau Tordera



Alcalde Sr. Jordi Xena i Pere Cladellas, President d'Oncovallès.

AL COSTAT DEL MALALT Sumant esforços

15 anys de servei de psicooncologia al departament d'oncologia dels 3 hospitals del Vallès Oriental. Treballem les campanyes de Prevenció amb els 3 hospitals de la comarca, amb l' Institut Català de la Salut, els 39 CAPS del Vallès Oriental i la Mútua, perquè tots els malalts i familiars tinguin les eines necessàries per tirar endavant.

A tots ens uneix el mateix: "el millor pel malalt"



Hospital Granollers. Mónica Botta, Carme Cortés, Pere Cladellas, Dr. Rafael Lledó i Carme Tusquellas.



Hospital Sant Celoni. Rafael Gotsens, Núria Pujol, Carme Cortés i Pere Cladellas.



Hospital Mollet. Dr. Jaume Duran, Carme Cortés i Pere Cladellas.



Directora CAP Vallès. Carme Grau, Norma Henríquez i Pere Cladellas.



La Mútua. Pere Cladellas i Jaume Bages Badillo.

C&C COMUNICACIÓN
CREATIVIDAD Y DISEÑO

- Identidad corporativa
- Dirección de arte
- Diseño gráfico
- Ilustración
- Fotografía
- Diseño páginas Web
- Packaging
- Diseño Editorial

La Guatlla, 13 Barri Can Nadal 08410 Vilanova del Vallès
Tel. 93 845 80 43 - e-mail miguel@ciccomunicacion.com
www.ciccomunicacion.com

COL-LABORACIONS

Gràcies a l'ajuda dels nostres col·laboradors podem portar a terme activitats com les tómbols de joguines, de la mà de Fraikin amb els seus camions i de les donacions de joguines de l'Escola Giroi. L'escola Lledoner i Mestres Montaña ens han fet donació del 10 % dels guanys de les seves cooperatives. L'empresa d'ambulàncies Falck VL també ens ha ajudat, organitzant un torneig de pàdel amb els seus treballadors a benefici d'Oncovallès. Gràcies a tothom podem portar a terme projectes que necessiten els malalts i els seus familiars com ara el projecte dol, gràcies a les aportacions de Bankia.

Amb l'Associació Meritxel Buira, de Bigues i Riells, que també es dedica a acompanyar a malalts de càncer i familiars, signem la renovació del conveni, compartint vivències i informació.

També hem arribat a un acord de col·laboració amb l'entitat Ambcavalls, que a partir del setembre ajudarà als nostres malalts amb coatching, equitació terapèutica i aprenentatge amb cavalls. I amb la UEI s'ha fet la presentació de la Fundació amb l'objectiu d'una propera col·laboració.



Signatura conveni Falck VL amb el seu equip directiu i el Pere Cladellas.



Equip de treballadors solidaris de Falck VL.



Signatura renovació conveni amb Fraikin



Laura Sánchez de Bankia i Pere Cladellas



Eduard Emiliano, president Fundació Meritxell Buira i el Pere Cladellas.



Reunió amb l'entitat Ambcavalls



Escola Giroi (La Garriga)



Lliurament del xec cooperatives Lledoner.



Presentació d'Oncovallès a UEI.



Lliurament del xec cooperatives Mestres Montaña

LES GEGANTES AMB TU

Les gegantes de Sant Pere de Vilamajor, encapçalades per la Mercè Torrells, una afectada de càncer de mama han treballat durant un any per aconseguir que totes les colles geganteres de Catalunya fessin activitats arreu el

país per aconseguir fons per el treball d'investigació que porta a terme la Vall d'Hebron Institute of Oncology i per a Oncovallès.



Grup de gegantes de Sant Pere de Vilamajor amb el xec per a Oncovallès.



Ens agrada que t'agradis

Per això la teva bellesa és la nostra passió



**Tractaments
Corporals**

- Exfoliants
- Peeling Corporal
- Tractaments Reductors, Anticel·lulític, Reafirmants

**Tractaments
Facials**

- Higiene facial
- Peeling ultrasònic
- Sous Mer Facial (Antiarrugues)

Plaça de la Corona, 16
Granollers
T. 93 879 11 59

Cursa Camí dels Ibers

El 12 de març a La Roca del Vallès es va fer la Cursa Camí dels Ibers, la recaptació de la qual ha estat destinada aquest any a Oncovallès, per poder portar a terme els projectes pels malalts de càncer i els seus familiars.



Lliurament xec

SERVEIS COMUNITARIS

L'IES Celestí Bellera va signar un conveni amb Oncovallès perquè alumnes de 3er d'Eso poguessin venir a fer treballs comunitaris a la Fundació, per tal de conèixer el món del voluntariat. Els joves voluntaris han passat per tots els tallers terapèutics de la Fundació: reciclatge, solidari, coixins del cor i logística. També ens han ajudat en activitats que fem al carrer, com la taula informativa del càncer de còlon, durant la campanya "posem-li pebrots al càncer" i a la tómbola de joguines a la Fira de l'Ascensió.



Agenda

XV SOPAR BENÈFIC DE LA FUNDACIÓ ONCOVALLÈS

Us fem arribar la informació corresponent al **XV Sopar Benèfic de la Fundació Oncovallès**, per tal que en prengueu nota a les vostres agendes.

Lloc: Hotel Ciutat de Granollers

Dia i hora: Divendres, 24 de novembre 2017, a les 20.30 h

Xerrada Taula Rodona: "La integració dels avenços diagnòstics i terapèutics i la investigació en el tractament del càncer en un model de medicina sostenible"

Ponents:

- **Dr. Miquel Hernández-Bronchud**, oncòleg de l'Hospital General de Granollers exvocal del Pla Director d'Oncologia del Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya, exvocal de la Comissió Nacional de l'Especialitat d'Oncologia Mèdica del Ministeri de Sanitat i Igualtat, de Madrid, i fundador i actual president del Comitè Tècnic Sanitari d'Oncovallès.
- **Dr. Josep Taberner, MD PhD**
Head, Medical Oncology Department Vall d'Hebron University Hospital Vall d'Hebron Institute of Oncology (VHIO) Acadèmic electe de la Reial Acadèmia de Medicina de Catalunya.

Els ponents estan acompanyats a la taula del senyor **Pere Cladellas**, president de la Fundació Oncovallès i de l'**Il.lm. Sr. Josep Mayoral**, alcalde de Granollers.

Com cada any comptarem amb la presència de les màximes autoritats catalanes.

Durant el sopar, farem el nostre tradicional sorteig. Enguany serà d'un quadre cedit per la pintora **Eva Arrizabalaga**, pintora de Cardedeu que va estudiar Belles Arts a la Universitat de Barcelona i a Califòrnia amb el pintor Nathan Oliveira.

Tiquet per al sopar: 60 euros

Es podran adquirir fins divendres 17 de novembre.

Fundació Oncovallès, Av. del Parc, 9, 6a planta, Granollers
Tel.: 93 870 01 67 fundacio@oncovalles.cat

Podeu fer **ingrés al c/c: La Caixa ES87 2100-0009-7302-0157-0199**. Si us plau, **indiqueu el nom de la/les persones** a qui correspon l'ingrés.

La seva solidaritat és el motor per mantenir els serveis que ofereix la nostra fundació als malalts i familiars de càncer de totes les poblacions del Vallès Oriental.

Conduirà l'acte, la periodista i voluntària **Clara Armengol de VOTV**.



FIRA DE LA CARBASSA Sant Feliu de Codines

23-24 de setembre

COL·LECTA A SANTA AGNÈS

27 d'agost

FIRA DE NADAL DE GRANOLLERS

16 de desembre

FIRA DE NADAL DE SANT FELIU DE CODINES

17 de desembre

DIADA CÀNCER DE MAMA

19 OCTUBRE



Activitats al Vallès Oriental

Enguany voldríem fer participar a totes les persones dels casals de la Gent Gran, clubs esportius i també a totes les escoles que ens vulguin acompanyar. L'any passat 4.000 desitjos van omplir el llaç al mig de la Porxada.

T'agradaria ser voluntari?
Afegeix-te a la festa!



Millora i benestar

- Acollida i acompanyament
- Psicooncologia
- Grup d'Ajuda Mútua-Atenció al Dol
- Nutrició
- Logopèdia
- Reiki
- Fisioteràpia i pressoteràpia
- Acupuntura Oncològica
- Servei d'imatge i Ortopèdia
- SAD (Servei d'Ajuda a Domicili)
- Treball Socials
- Ayurveda

Atenem i orientem les demandes socioeconòmiques mitjançant els serveis socials pensats pels usuaris.

Tallers terapèutics

Grups d'ajuda Mútua: un entorn on poder compartir.

- Taller de "Coixins del cor"
- Taller solidari
- Taller de reciclatge
- Taller de logística

Aula de Teràpies Complementàries

NOUS TALLERS

DE GENER A ABRIL: 2º curs de Reiki

Terapeuta Isabel Defez

D'ABRIL A JUNY: Art-teràpia "L'Art de cuidar-nos"

Terapeuta Núria Molina

Terapeuta Isabel Defez "Cercles terapèutics"

DE GENER A DESEMBRE: Dansa del ventre

DE SETEMBRE A DESEMBRE: Mobilitat i coordinació

Risoteràpia

Taller de lletres

Treballem a la revista on plasmem el dia a dia de la Fundació: Ciència, Salut i Prevenció, actes i activitats.

- Premi Poesia i Prosa Pepi Pagès-Oncovallès poètic.
- Altres publicacions

Servei de Psicooncologia Oncovallès a:

- Fundació Privada Hospital Asil de Granollers
- Hospital de Mollet
- Hospital de Sant Celoni Fundació Privada

Salut i prevenció

- 19 de gener a les 18 h a la seu d'Oncovallès: Nutrició holística a càrrec de la coach i terapeuta Maria Molina
- 3 de maig a les 18 h a la seu d'Oncovallès: "Ayurveda l'art de vida" a càrrec del terapeuta Joel Parera

CAMPANYES DE PREVENCIÓ sota el lema

"LA PREVENCIÓ VA PRIMER"

Taules informatives als carrers de Granollers i Vallès Oriental, amb Salut Pública dels ajuntaments de la Comarca, als hospitals de Granollers, Mollet i Sant Celoni, als centres d'Atenció primària del Vallès Oriental, a la Mútua del Carme i a CEMAV.

15 de febrer

Dia Internacional del Càncer Infantil.

- Tómbola i encants solidaris.e

31 de març

Dia Mundial del Càncer de Colorectal.

- Taller de Nutrició "Els beneficis dels sucus verds" a càrrec de Montse Abanades, directora d'Hidroscin Oncology i Sheila Ferras, tècnica superior en dietètica i naturopàcia, autora del llibre "Els sucus verds" by juissen del Xevi Verdader

31 de maig

Dia Mundial sense Tabac.

- Amb la col·laboració del CAPS Vallès i S.Miquel amb la infermera Lidia Molinès i Gemma Casanovas.

13 de juny

Dia Europeu del Càncer de Pell.

MARATÓ D'ACTIVITATS, DESFILADA DE PETITS I GRANS I COL·LECTA ANUAL

- 17 de juny, de 09:00 a 14:00 hores a la Porxada, commemorant la setmana europea del Càncer de Pell grans i petits, tots donant suport!
- Xerrada "La importància de la Fotoprotecció en el cuidat de la pell" a càrrec Florentino Pontes, farmacèutic Llicenciat de La Roche Posay.

19 d'octubre

Dia Europeu del Càncer de Mama.

- 21 d'octubre "Gran festa Popular a la Porxada". Diverses activitats amb entitats de la ciutat, Zumba amb el CNG, botifarrada, tallers d'imatge i ortopèdia, encesa del llac d'espelmes i actuació de l'escola de dansa Swing.
- Porxada:** tallers i activitats participatives per a grans i petits tot donant suport.

Activitats per recaptar fons a Granollers i comarca

- Tómbola de joguines reciclades
- Els Encants d'Oncovallès
- Roses per a la vida
- Sopars benèfics
- Fira de la Carbassa
- Col·lectes anuals
- Fires de Nadal
- Concerts solidaris

15 ANYS
AMB VOSALTRES
2017
UN ANY D'ACTES
I SORPRESES

Vine, gaudeix de les festes d'Oncovallès!

- Missa anual d'Oncovallès
- Lliurament premis Concurs Dibuix "Els petits voluntaris fan grans dibuixos" a la Seu d'Oncovallès
- Caminades populars
- Festa literària XII Concurs Pepi Pagès (patrocinada per Pruna i fills i l'Ajuntament de Granollers)
- Sortida sorpresa
- Sopar de Nadal de Voluntariat

Taller de reciclatge

Porta'ns tot allò que ja no necessitis i que es pugui reciclar, nosaltres li donarem una segona oportunitat!

Truca'ns i fes-te soci!
93 870 01 67



Recollim tot el material d'ortopèdia que ja no facis servir. El farem arribar a qui no el pot comprar i ens el tornaran quan ja no el necessitin.



Reflexions

ELS ORÍGENS

15 anys d'acompanyar pacients i familiars. Sembla una contradicció, però ha estat així, Oncovallès neix del dolor, de la ràbia i de la impotència que sent una família, que sembla que els somnis que tenien per dur endavant a la seva vida s'anaven complint. Però la malaltia del càncer entra a les cases sense clau, arriba i desmunta tot allò que fins ahir estava bé. Així ens va passar a nosaltres amb la mare. El diagnòstic va ser clar: "No es pot fer res", i res vol dir res, només procurar complir els seus últims desitjos durant els tres mesos de vida que li quedaven.

La família ens vam sentir tant impotents i sols que el nostre pensament, després que ens deixés la mare, va ser poder acompanyar als pacients i a les seves famílies perquè no es sentissin tant sols com nosaltres.



Carme i Pere



CARE

Anita me cuida

Flour CUP A-E, www.anita.com/care





T'agrada conduir?

UN LLOC TAN ÚNIC COM LES TEVES EMOCIONS

DESCOBREIX-HO A PRUNA MOTOR

Pruna Motor

Ctra. C-17 km 19,060
Tel.: 938 61 89 23
Granollers

Via Sèrgia 2
Tel.: 937 41 48 48
Mataró

www.pruna.bmw.es