



ONCOVALLÈS

Fundació privada d'ajuda oncològica

Publicació gratuïta

Butlletí núm. 4
1er semestre 2008

Present i passat

Editorial

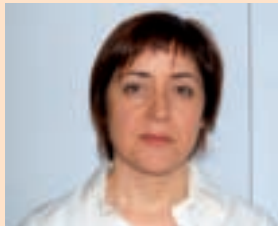
*

Salutacions

*

**Ciència
Olga Silva**

L'entrevista



Carme Cortés
Cap de Departament de
psicooncologia

Comiats

*

Agraïments

*

Col·laboracions

Monogràfic:



**Érase una vez
la vida**

Activitats

*

Projectes

**Delegacions
del Vallès**

SUMARI

Editorial	2
Salutacions	3
Ciència	4
Entrevista	6
Comiats	8
Agraïments	9
Col·laboracions	10
Projectes	11
Monogràfic	12
Activitats	13
Delegacions del Vallès	20
Consells pràctics	26
Fes-te'n soci	28



Editorial

Un camí de llibertat, malgrat les malalties

Aquest número que teniu a les vostres mans és la quarta fita del portaveu mediàtic de la Fundació ONCOVALLÈS. Òbviament és un camí en què les espines i els esculls hi juguen un paper, diria que transcendent, en la talla, en termes escultòrics, de la personalitat de cadascú. Saber conviure amb els problemes esdevé una psicologia, que configura l'estudi de la vida de cada persona, perquè cadascú és l'artista que modela, pinta o dibuixa la seva existència. En els tres primers números, la realitat espinosa hi és present des del testimoni personal explicant experiències, fins al comiat darrer amb un adéu per sempre. Però en aquest camí, hi descobrim flors de fragàncies i olors que ajuden a caminar amb esperança i una alegria autèntica perquè la vida és el do més preuat de la persona. Jaume Rotés Querol, pare de la reumatologia catalana, té un llibre titulat CONVIURE AMB LA MALALTIA. Les seves ensenyances són aplicables a totes les malalties que es creuen en la nostra existència. Un metge, molt conegut a Granollers i el seu Vallès, Màrius Morlans, n'escrigué un altre amb el títol FER COSTAT AL MALALT que segueix la mateixa línia i ens fa pensar en la qualitat de les medicines psicològiques aportades per l'autoestima i per l'estima de les persones del nostre entorn. Aquest número quatre de la nostra revista camina per les mateixes vies dels dos autors esmentats. En una paraula, de les malalties podem aprendre'n una lliçó transcendent: a viure. És la mateixa lliçó que en el darrer sopar ens va fer arribar la pintura donada per la jove Raquel Xamaní Icart amb el títol d' ESTIMAR LA VIDA. Perquè la vida en el món globalitzat dels nostres dies és el TOT més important i al seu servei totes les activitats i circumstàncies de la història, incloses les malalties. No aprendre aquesta filosofia és un signe de malaltia social greu. Les pàgines de la revista de la Fundació Oncovallès no tenen altre objectiu: estimar la vida. Perquè aquest és el camí de la veritable llibertat.

Joan Sala Vila

ANUNCIS D'ONCOVALLÈS

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

La Fundació

Fundació ONCOVALLÈS

Horaris: de dilluns a divendres
 Matins de 10:00 a 13:00h.
 Tardes de 16:30 a 19:00h.
 Av. del Parc, núm.9 6a planta
 Granollers – 08402
 Telèfon/Fax: 93 8700167
 fundacio@oncovalles.org

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
 Caixa Sabadell: 2059 0300 17 8000427141
 Caixa Navarra: 2054 0304 31 9147719412
 Caixa Manlleu: 2040 0290 81 8000204049
 Caixa Manresa: 2041 0128 06 0040029765
 O bé us feu socis a la contraportada de la Revista

Equip de redacció:

Edita: Fundació Oncovallès
 Coordinació: Esther Castañé i Virtudes Hernández
 Consell de Redacció: Carme Grau, Joan Sala i Olga Salavendra
 Col·laboradors: Maria Capel, Anna Mª Llopis i José Alcaraz
 Correctora català: Professorat de Normalització Lingüística
 Disseny i Maquetació: Gràfiques Lloreda
 Impressió: Gràfiques Lloreda, SL. Granollers
 Dipòsit Legal: B-17.858-2.006
 Fotos: Arxiu Oncovallès
 Patrocinadors: Laboratoris Pfizer
 La redacció d'Oncovallès no comparteix necessàriament les opinions expressades en les col·laboracions.

Salutacions

Eulàlia Cladellas i Oliveras

Metge de família i Presidenta de l'Acadèmia de Ciències Mèdiques de Catalunya i Balears (Filial Vallès Oriental)

De la meua experiència del dia a dia en la consulta d'Atenció Primària, em trobo amb persones que em vénen a veure per diferents motius: febre, dolor, angoixa... i altres. Una part important d'aquestes consultes, és per malalties relacionades amb el càncer. Des del principi del coneixement del diagnòstic, comencen moltes incerteses, tot el seu entorn canvia. Molt sovint se senten perduts amb els nous esdeveniments. El que hi ha sovint en comú, és el patiment i el neguit.

Des del món de la salut, i d'una manera integral, se'ls segueix, ajuda i orienta. El més important sempre és el malalt, però al costat d'ell hi ha les persones que l'estimen. És molt important tenir en compte tot aquest entorn, i que les famílies que es troben en aquesta situació, se sentin recolzades i escoltades per un entorn social que les ajudi a tirar endavant.

Per tot això, el fet de disposar a la nostra comarca d'Oncovallès, Fundació Privada d'Ajuda Oncològica, és una oportunitat.

Em consta que Oncovallès ajuda, comparteix, escolta, i està a prop del malalt i la seva família. Amb la bona feina que fan, tenen una xarxa de suport immillorable, com els grans professionals dels hospitals, d'Atenció Primària, i altres especialitats.

Oncovallès és una Fundació independent i que vetlla per la nostra comarca, amb un programa d'activitats molt ampli i que val la pena conèixer. El creixement que ha anat fent en els darrers anys, fa que hagin anat tenint més recursos i puguin donar millor servei.

No hem d'oblidar que la millor lluita contra el càncer, és la prevenció i la detecció precoç d'aquestes malalties. Si entre totes les institucions es fa una esforç de millora i de recursos, els costos poden disminuir, i la salut de la població millorar.

**No hem d'oblidar
que la millor
lluita contra el
càncer, és la
prevenció i la
detecció precoç
d'aquestes
malalties**



Des de la Medicina de Família i l'Acadèmia de Ciències Mèdiques de Catalunya i Balears (la filial del Vallès Oriental), hem organitzat diferents activitats de formació professional i de col·laboració i participació amb Oncovallès.

Els professionals de la salut recomanem que la gent hi contacti, ja que entre tots plegats podem fer que davant d'aquestes malalties, els afectats i familiars es trobin ben recolzats en tots els aspectes, tant mèdics com personals.

La meua experiència professional i personal és de total suport, ja que conec la seva manera de treballar al costat de les persones. Recomano que les persones que no ho coneixen, s'apropin a la seva seu.

Des d'aquí, una felicitació a les persones que amb la seva il·lusió i dedicació personal fan possible que aquesta Fundació tiri endavant.

Ciència

Ser Portador de una Ostomía



Olga Silva
Diplomada en Infermeria
Estomaterapeuta

Persona ostomizada es aquella a la que se le ha practicado un estoma como resultado de una intervención quirúrgica.

Ostomía o estoma significa abertura o boca hacia el exterior. Es la comunicación de un órgano interno con la pared abdominal mediante una intervención quirúrgica que facilita la eliminación de los productos de deshecho de nuestro organismo. Las ostomías se realizan cuando por cualquier circunstancia clínica deben interrumpirse los cauces naturales para la excreción de heces o de orina.

Los estomas pueden ser urológicos, se denominan urostomía (elimina orina) o digestivos (eliminan heces) y estos dependiendo del trozo de intestino exteriorizado se denominan colostomía (colon) o ileostomía (ileón).

El hecho de ser portador de un estoma implica la utilización de una bolsa para la recogida de las heces o la orina, ya que la persona no puede controlar el momento en que se produce la eliminación de estos desechos.

Los cuidados de un estoma se basan en la realización de una higiene correcta de la zona y la elección de la bolsa adecuada teniendo en cuenta las características de las heces u orina eliminados y el estado de la piel que rodea el estoma, también denominada piel periestomal.

Consejos útiles en el cuidado diario del estoma

Los SI de la Ostomía:

- SI, limpiar la piel con agua corriente y jabón neutro secando bien.
- SI, vaciar la bolsa regularmente siempre que este a un tercio de su capacidad.

- SI, medir regularmente el estoma especialmente lo primeros meses.
- SI, tener siempre material de reserva.
- SI, tomar al menos 2 litros de líquido al día, sobretodo los portadores de urostomía e ileostomía.
- SI, contactar con su medico o enfermera consultándole sus temores o dudas.

Los NO de la ostomía:

- NO, frotar con fuerza al realizar la higiene.
- NO, utilizar productos irritantes en la piel que se encuentra alrededor del estoma.
- NO, utilizar aceites y cremas que dificultan la adhesión de la bolsa.
- NO, tomar baños de agua caliente o saunas que pueden aflojar el adhesivo.
- NO, afeitar o depilar el vello, si existe debe cortarse con tijeras.
- NO, deje sus bolsas expuestas al sol.
- NO, deje de acudir a sus controles.



Es habitual que la persona portadora de un estoma al tener que enfrentarse a la nueva situación pueda sentir ansiedad y una inseguridad que afecte a su autoestima. Esta situación se produce por la incertidumbre sobre las implicaciones que la ostomía tendrá en su vida diaria y sus relaciones con los seres queridos.

El ser portador de una ostomía no es motivo para modificar el estilo de vida.

La persona ostomizada no está incapacitada para llevar una vida activa, una vez recuperada de la intervención y superada la enfermedad. La ostomía no es una enfermedad, sino que es una solución a esta.

Resulta más fácil afrontar la nueva situación si se habla y se comparten los sentimientos que aparecen con la familia o aquellas personas que la persona decidida.

Es importante que la persona recupere su autonomía en cargándose de sus propios cuidados. Tiene que buscar la infor-



mación necesaria para conocer su estoma y como manejarlo.

Una vez que la persona se sienta con fuerza debe ir reincorporándose de forma progresiva a la vida que realizaba anteriormente, debe recuperar su vida familiar, laboral, social y sus relaciones afectivas.

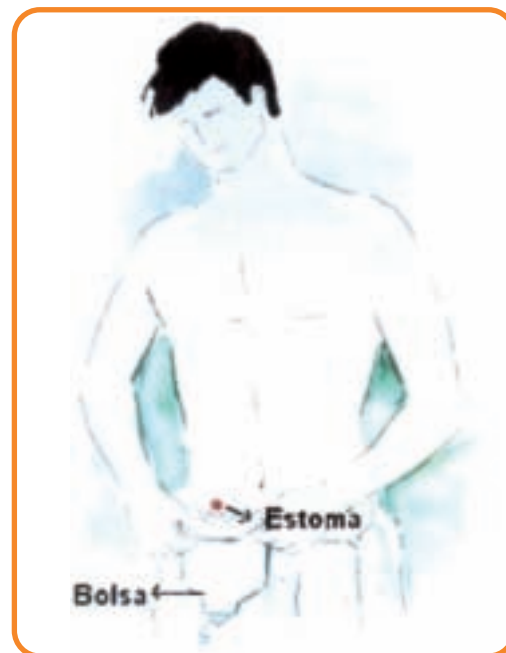
No todas las personas ostomizadas tienen las mismas necesidades y formas de Afrontar la nueva situación, algunas pueden necesitar un apoyo más amplio que el que reciben de su entorno familiar, médico y enfermera de referencia. Existen una serie de asociaciones cuya misión es orientar a las personas ostomizadas que lo necesiten prestándoles diferentes tipos de ayuda: sanitaria, psicológica, jurídica o social. Son asociaciones de autoayuda creadas por personas ostomizadas que ayudan a otros y que no tienen fines lucrativos.

Sus objetivos son:

- Dar a conocer a la persona ostomizada a la sociedad.
- Potenciar el bienestar psicológico, el confort y la seguridad de la persona ostomizada.
- Potenciar los autocuidados de la persona.
- Potenciar el asociacionismo para reclamar a la administración mejoras que ayuden a mejorar la calidad de vida de las personas ostomizadas.

Prestan los siguientes servicios:

La persona ostomizada no esta incapacitada para llevar una vida activa, una vez recuperada de la intervención y superada la enfermedad



- Informan sobre la ostomía, su cuidado y los materiales a utilizar.
- Realizan formación para la persona ostomizada y su familia.
- Envían periódicamente boletines con información de Interés.
- Orientan y asesoran a nivel jurídico.
- Orientan sobre los recursos legales.
- Dan atención especializada a cargo de profesionales sanitarios, psicólogos y Trabajadores.

En Cataluña la asociación se denomina ACO (asociación catalana de ostomizados) y su delegación en Barcelona podemos encontrarla en:

Hotel Entitats, avenida Mare de Déu de Belvitge nº 20.

Hospitals de Llobregat, 08907

Teléfono: 932635576

E-mail: a.c.o.@wanadoo.es

ORTOPÈDIA DEL VALLÈS

(més de 25 anys al seu servei)

PODOLOGIA

- Especialistes en mastectomia, pròtesi, sostenidors i roba de bany.

Horari:
De dilluns a divendres
Matins de 9.30 a 1.30
Tardes de 4 a 7.30
Dissabtes matí de 10 a 1

C. Sant Jaume, 53
08401 GRANOLLERS
Tel. i Fax 93 870 53 41

l'Entrevista: Carme Cortés

La psicooncologia dins la dinàmica d'Oncovallès



Per Esther Castañé

Cap del Departament de Psicooncologia d'Oncovallès, psicooncòloga de la Fundació Hospital de Granollers: Serveis d'Oncologia, Cirurgia, Ginecologia, Mama, Medicina Interna, i Psicooncòloga de la Fundació Hospital de Mollet: Servei d'Oncologia i Pal·liatius.

Tan sols una breu explicació sobre aquest servei aplicat al món oncològic i de seguida passaré a les preguntes, que ben segur Carme Cortés em respondrà amb encert, tenint amb compte que jo no estic habituada al món de la medicina i molt menys la psicooncologia.

Des de fa un temps, Fundació Oncovallès ha adquirit un compromís de col·laboració amb l'Hospital General de Granollers i amb el de Mollet per tal de poder ajudar a tots els malats de càncer que ho necessitin.

Per poder oferir aquest servei a Granollers col·laborem amb: Unitat de Cirurgia, Unitat de Cribatge de Mama, Unitat de Ginecologia, Unitat d'Oncologia i Unitat de Medicina Interna.

La psicooncologia té la finalitat i l'especialitat d'abordar els problemes del pacient oncològic, amb la intervenció directa sobre ell i els seus familiars.

En els darrers anys s'ha constatat la necessitat de donar atenció psicooncòlogica als malats de càncer i familiars en les fa-

ses dels tractaments comuns d'oncologia: quimioteràpia, radioteràpia i durant tot el procés de la malaltia.

També s'ha de sumar la creació de la Unitat de Cures Pal·liatives i la necessitat d'atendre les persones de dol.

El pacient ve a vostè abans de cirurgia o després?

Ens trobem de tot, tant abans com després. El que sí és cert és que les dones estan més predisposades a demanar ajuda i ho fan abans; els homes són més reticents, potser perquè culturalment demanar ajut ha estat signe de feblesa.

Creu que primer s'hauria de preparar psicològicament el pacient?

Sí, aniria molt bé. Una intervenció prequirúrgica facilita l'adaptació del pacient i pot evitar en molts casos problemes posteriors. Però de vegades no hi ha temps material per a una intervenció psicooncòlogica a causa de la urgència amb la qual s'ha d'intervenir quirúrgicament el pacient.

Què passa quan el pacient s'assabenta del diagnòstic?

La reacció psicològica al diagnòstic és un fort impacte emocional, un xoc. Un diagnòstic de càncer, malgrat els avenços dels darrers anys, automàticament està associat a patiment, desfiguració i possible mort. Es presenten de manera molt intensa sentiments de por, d'injustícia, de tristesa, d'angoixa etc. El pacient necessitarà un temps per poder assimilar aquesta nova realitat.

Com es posa en marxa la dinàmica psicooncòlogica d'un pacient?

A partir del diagnòstic i abans de la intervenció quirúrgica se li ofereix l'ajuda psicooncòlogica. Tenim molta cura que el pacient estigui ben assabentat de les possibilitats que té. Una vegada està informada la persona és totalment lliure d'utilitzar el servei. De vegades durant el procés s'adonen que hi ha alguna cosa que no marxa bé i aleshores és quan demanen la nostra ajuda. Altres pacient demanen suport quan s'han d'enfrontar als tractaments de quimioteràpia i radioteràpia o quan aquests han finalitzat i el pacient es troba amb el repte de seguir amb la seva vida.

Expliqui'm les tècniques psicoterapèutiques que s'apliquen.

Depèn de la problemàtica que es detecta: Primer de tot tractem d'esbrinar el problema o les dificultats que presenta la persona per poder donar-li el suport adient. Les tècniques sempre aniran en funció del cas i del moment; suport emocional, "counselling" (que té com a objectiu potenciar els recursos interns del malalt) i psicoteràpia (tècniques cognitives i conductuals). El tractament adequat serà aquell que millor s'ajusti a les característiques de la persona.

Particularment opino que la seva feina és una investigació i educació pel pacient però pel damunt de tot és humanitat.

Hi estic totalment d'acord. El primer que intento donar-li és caliu, respecte i comprensió. El pacient ha de sentir que l'entenc i comprenc en tot allò que està expressant i sentint. **Imagino la por d'un pacient: a patir dolor, a sobreviure i amb quines condicions. Com s'ho fa per calmar-lo?**

La profunda comprensió humana dels sentiments de por i patiment com a emocions normals i adaptatives, com a sentiments universals davant un diagnòstic de càncer tranquil·litza i ajuda d'alguna manera. No hi ha una talla única per enfrontar-se al càncer i cadascú ha de trobar la seva pròpia forma de fer-li front. Intento saber com s'enfrontava abans als problemes que li poguessin haver sorgit i amb quines eines els va combatre. Busco els punts dèbils i els forts i potencio els forts, que sigui el protagonista de la seva vida i fer-li veure que té un repte que pot assolir amb les seves pròpies capacitats. Mai dono falses esperances, reconec el seu mèrit, i no li resto importància al seu dolor. Intento ajudar-lo a donar un sentit a la seva experiència per encaixar-ho a la seva pròpia història. També hi ha casos que s'han d'enfocar d'altre manera, però sempre recolzant, respectant i animant en tot el que faci falta o necessiti.

És difícil la relació psicooncòleg- pacient?

Cada pacient és únic, diferent i s'ha d'aconseguir una comunicació profunda i humana per poder afrontar totes les seves necessitats. T'has de posar en sintonia amb la persona, guanyar la seva confiança i crear un vincle productiu, s'ha de treballar en equip. No és una feina fàcil i requereix un gran esforç i compromís.

Quines dificultats es presenten quan el malalt es terminal?

Una altra vegada dependrà molt de cada cas concret. És molt important que el pacient no pateixi en silenci, que participi activament en la presa de decisions i les comuniqui clarament a la família. Esbrinar els desigs i necessitats del malalt i fer de pont amb la família en alguns casos serà un treball molt delicat. A vegades et trobes amb la conspiració de silenci (quan els familiars amaguen informació al malalt sobre el seu

pronòstic) i aleshores el pacient es troba aïllat sense poder expressar les seves preocupacions o necessitats. Davant d'aquestes circumstàncies cal intervenir per tal de normalitzar la comunicació amb la família que de manera ben intencionada tracta de protegir el pacient.

Quin sentiment té quan perd un pacient?

Quan vaig començar a treballar se'm va morir una companya de càncer i el sentiment va ser de pèrdua, però també de serenor, alhora un sentiment de gratitud per tot el que aquesta persona m'havia donat i havíem compartit. Amb els pacients em passa el mateix.

Vosaltres els psicooncòlegs necessiteu ajuda exterior?

Sí, al meu darrere hi ha un grup de psicòlegs que ens ajuden a tots els que realitzem una tasca d'aquestes característiques. És molt necessari comptar amb una supervisió. Són ells els qui ens fan costat i més portable qualsevol pèrdua.

Li deu agradar molt la seva feina per arribar a suportar tant de dolor aliè?

Doncs sí, el fet de poder alleugerir el patiment humà quan ho aconseguixes, dóna una gran satisfacció. Personalment és un aprenentatge constant, els pacients són els meus grans mestres.

Penso que el psicooncòleg té un paper secundari (em corregeix si no és així), no creu que això hauria de canviar?

Anys enrere no existia aquesta figura dintre de l'equip mèdic. Ara per sort ja no és així, per tant no hi ha paper secundari. Es treballa de forma multidisciplinària (cirurgians, oncòlegs, radioterapeutes, infermeria, psicòlegs...). Sabem que el tractament ideal del càncer és un tractament integral que aborda la malaltia des de tots els vessants implicats, tenint en compte els aspectes físics, psíquics, socials i espirituals dels pacients.

M'agradaria afegir que el càncer és una malaltia que afecta tota la unitat familiar. Suposa una ruptura amb la vida quotidiana i un important estrès emocional. Requereix un gran esforç d'adaptació dels seus membres per a poder atendre les exigències de la malaltia i dels seus tractaments. Per això, és important el suport psicosocial a la família que a vegades necessita tant suport i ajuda psicològica com el malalt.

Moltes gràcies a la Carme Cortés per les seva amabilitat i paciència amb una inexperta.

Per finalitzar voldria citar Ortega i Gasset en unes paraules molt encertades que considero adients per a aquesta ocasió: *Tant si estem sans com malalts els éssers humans necessitem ser cuidats per viure. Els malalts, per sobreposar-nos a les malalties.* Per fortuna ara comptem amb tot tipus de metges especialistes per ajudar-nos a viure, perquè un dia, si pot ser ben llunyà, puguem morir en pau.

Comiat per als amics

Per A.M.LL.



Goya Salgado

Querida Goya, viniste a conocernos y a participar en cuanto pudiste. Ahora deseamos agradecerle la oportunidad de haberte conocido y haberte dado cuanto estuvo a nuestro alcance. Tu presencia no ha pasado desapercibida y aquí te lo reflejamos con nuestro cariño.



Josep Palé

Per al Josep, el meu estimat, per la teva valentia, per tal com has afrontat la malaltia, per tot això et dedico aquestes paraules:

Els teus ulls brillants em recorden la llum del mar, espero retrobar-te al més enllà i tenir l'oportunitat de veure sortir el sol tots dos junts a l'altra vida.
T'estimo d'aquí a l'eternitat.

MONTSE



Carmen Grima Valiente

El passat mes de Juliol ens va deixar la Carmen Grima, després de passar un temps de recuperació als nostres serveis d'atenció als pacients. La Fundació i tots els que la varem conèixer, donem el condol als seus familiars i amics.

Joan Miquel Ruiz Oliete

La Delegació de Cardedeu vol dedicar un record a Joan Miquel Ruiz Oliete, marit de la nostra companya, Carme Cardoso, i pare de Marta Ruiz Cardoso, que ens va deixar el dia 22 de novembre. Des d'aquest racó una forta abraçada per a elles i el nostre suport.

Cardedeu, novembre 2007

Francesc Montané Corrons



el nostre company ens va deixar el dia 11 d'Octubre de 2007.

*Aquesta nit, torno.
Torno guià per la lluna,
Avui, plena;
Plena d'una intensa llum.
Ara,
amb una llum tan plena de nit i de lluna,
dormiré?*

Cardedeu, 29 Novembre de 2007

Vanesa Duque



No només el càncer se'n duu els éssers estimats. El cor es va endur la Vanessa Duque, ferint tothom qui l'estimava

El passat setembre, vàrem començar la feina als tallers d'Oncovallès amb una gran tristesa. Només arribant de les vacances on regna l'alegria per arreu, ens vam assabentar que la coneguda família Carrizo acabaven de perdre inesperadament, la seva estimada nora Vanessa, a l'edat de 30 anys. No ens volem imaginar el gran dolor que han patit per aquesta irreparable pèrdua, i ni tan sols trobem les paraules de consol més adients per a ells. Des d'aquestes senzilles pàgines us fem saber que som aquí, que ens teniu al costat pel que calgui. Volem fer-vos saber que tota la resta de la família que formem Oncovallès també tenim el cor ferit i tots plegats us donem el nostre més sentit condol Com a membres que sou de la nostra fundació i coneixent-vos a fons, sabem que traureu forces d'on sigui per anar endavant en la difícil i injusta situació que la vida us ha fet viure.

Una forta abraçada de tots, per a tots.

E.C.



- 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

Agraïments

Agraïment a “la Caixa”

Des de les nostres pàgines volem donar les gràcies a l'entitat de “la Caixa”. Ens va visitar el director de la zona, el senyor Francesc J. Cantó, per conèixer els nostres projectes i saber de les nostres mancances i inquietuds. Durant la seva visita s'adonà de la nostra compromesa tasca i naturalment de les despeses que tantes activitats comporten. Ens va oferir el seu suport incondicional amb una ajuda de 5.000 euros, que ben segur seran molt ben vinguts a la nostra seu i a tots els pacients que se'n beneficiaran. En nom de tota la gran família que formem Oncovallès, moltes gràcies al senyor Francesc J. Cantó per la seva visita i suport i a l'entitat de “la Caixa” per la seva col·laboració.

E. C.

Brindem amb cava al concurs Oncovallès Poètic

El passat més de juny, al mateix temps que celebràvem la revetlla de Sant Joan, es van lliurar els premis d'ONCOVALLÈS POÈTIC. L'acte es va celebrar a la coneguda sala Tarafa. Volem fer un especial esment a les Caves Freixenet, que van obsequiar amb cava a tothom qui va assistir-hi. Des de la nostra fundació volem agrair sincerament la seva col·laboració per permetre'ns brindar amb un producte que tant ens agrada.

Ja ho diu la dita: el cava va bé per als malats! Freixenet ho posa a la pràctica!

E. C.

Un regal especial

En el passat sopar del dia 6 d'octubre totes les senyores vam tenir la grata sorpresa de part de les perfumeries Júlia d'un fantàstic necesser. Ens hi van posar a dins unes quantes coses, però volem mencionar-ne una de molt especial, que ens va fer les delícies a totes les dones: una fantàstica crema d'alta qualitat de Guerlain que va il·luminar les nostres cares. Des de la nostra revista volem agrair la seva col·laboració i volem que sàpiguen que van aconseguir fer-nos sentir com vertaderes artistes amb un rostre perfecte. Gràcies de nou pel seu detall.

E. C.

Agraïment a Caixa Navarra

Una vegada més volem agrair la col·laboració especial que de nou ha tingut amb nosaltres CAIXA NAVARRA.. Seguint la seva línia d'Obra Social, per segona vegada consecutiva ens ha afavorit amb una generosa aportació. Comptant amb el tarannà del senyor Lavado, responsable de l'entitat de Granollers al carrer de Joan Prim i també de Vilanova del Vallès i de tots els seus col·laboradors, no es van quedar curts a l'hora de fer-nos a Oncovallès, un munt d'elogis per la tasca que desenvolupem. Una tasca que, sense cap mena de dubte, el senyor Lavado, el personal del seu equip i els clients, que són al cap i a la fi els qui decideixen què es fa amb el quaranta per cent de beneficis, nosaltres no podríem dur a terme, alguna de les nostres activitats.

Ajudes com la que vostès ens donen ens encoratgen per seguir endavant en la nostra difícil lluita, però a la mateixa vegada esperançadora, ja que els malalts de càncer més desfavorits podran gaudir de més suport i ajuda en tots els àmbits i, a part, podem distribuir i proporcionar noves teràpies als altres.

Gràcies de nou a l'entitat, al personal i als clients per la seva encertada decisió. Esperem poder-los demostrar ben aviat els resultats.

E.C

Gràcies Revista del Vallès

La solitud en la lluita contra malalties greus i mortals esdevé, algunes vegades, motiu descoratjador per deixar la lluita. Però hi ha un revulsiu que dóna força per continuar la lluita, que en paraules del doctor Nuland en el seu llibre Como morimos esdevé un lligam absolutament indestructible fins i tot en la mort, que és l'amor. L'amor té moltes maneres de manifestar-se i no necessàriament de forma afectuosa i emotiva si no també en forma d'una ajuda, a primer cop d'ull freda però en la realitat afectiva com potser col·laborar econòmicament en aquesta lluita. ONCOVALLÈS dóna les gràcies a la Revista del Vallès per l'oferiment del 0'7 % dels seus beneficis de l'exercici 2007 a la lluita contra el càncer.

La Fundació



Obert tots els dies de l'any

*Farmàcia Perfumeria
Anàlisi clínica*

Plaça Maluquer i Salvador, 11

Tel. 93 879 40 29

08401 Granollers

marimany001@cofb.net

Col.laboracions

L'herència de Xernòbil

Sóc una malalta de la informació, m'empasso tot el que puc i més, em falta temps per llegir totes les coses interessants que constantment tenim a l'abast i no cal dir que avui dia amb Internet tenim l'opció afegida d'esbrinar la informació que a vegades ens costa trobar en una enciclopèdia, una revista seriosa o en algun article del diari.

No vull pas ferir les ments sensibles, ni que ningú agafi por, tan sols és la meua opinió i mai cap metge m'ha dit que aquesta opinió sigui factible.

Sí que n'he parlat bastant amb persones fora de la medicina i elles en canvi no tenen cap escrúpol d'admetre el mateix que jo: La pols radioactiva també va arribar al nostre país, i possiblement ha afectat a bona part de la població. I si no és així que algú em digui per què d'uns anys ençà i ha hagut un augment de càncer tan elevat, llevat d'altres malalties.

Ho deixo plasmat i que cadascú se'n faci la seva pròpia idea.

Vint-i-dos anys després del desastre, seria hora de tornar a avaluar les conseqüències.

Han passat vint anys del desastre nuclear més gran de la història.

El mes de setembre del passat 2005 es va presentar el Fòrum de Xernobil, format per set agències de les Nacions Unides, més el Banc Mundial i els governs de Rússia, Bielorrússia i Ucraïna emetent un gran informe sobre el desastre.

Es va dir que van morir 2 homes immediatament, 26 a causa de la radiació en les setmanes següents, i 19 des d'aleshores. Altres 134 tenen malalties greus a causa de la radiació i poden morir d'aquí a poc. També 4000 nens tenen càncer de tiroides.

L'informe prediu que, en teoria, poden morir 8950 persones a llarg termini.

Més del 92% dels 7.4 milions d'involucrats van rebre dosis de radiació que els nivells naturals permeten, per tant, és possible que és produeixin poques morts.

Sorprenentment l'informe descobreix que no hi ha hagut impacte profund per a la salut.

La suma és tranquil·litzadora afirma Michel Repacholi de l'OMS.

Em pregunto si tot això és cert, o tan sols ens volen evitar la por i que no ens amoïnem?

Personalment penso que tot plegat és una gran mentida. Només s'ha de veure l'increment de càncer, infarts de miocardi, avortaments, esterilitat etc., i, fins i tot, les malalties genètiques que s'han desenvolupat al llarg d'aquests vint-i-dos anys.

La pols de submicron és altament radioactiva i per molt que l'Institut Kurchatov de Rússia digui que no ho serà fins d'aquí a cent anys, jo em nego a creure tal afirmació.

No he d'anar gaire lluny per cercar-ne un bon exemplar: jo mateixa en sóc una de tants; fa tres anys era una dona amb una salut de ferro, sense antecedents familiars de càncer, fent vida sana i dieta mediterrània, no havent fumant mai ni abusat del alcohol i vaig patir un càncer d'alt grau de malignitat.

A la meua senzilla manera de veure (no en sé res de medicina), la pols de submicron que duia el núvol radioactiu es va estendre per tota Europa. En no ser de manera uniforme ja que va dependre de les condicions meteorològiques també va arribar al nostre país. Aquesta pols m'ha regalat una malaltia que, a més a més, està agreujada amb una lesió molt dolorosa a la cama i per la que necessito prendre anestèsia diàriament, a part de una coixera de per vida i altres coses que prefereixo no esmenar.

Com jo, hi ha un munt de persones afectades per diferents tipus de malalties que vint anys enrere eren gairebé desconegudes, o se'n parlava ben poc.

És correcte que l'OMS ens pugui mentir tant descaradament i els governs de tota Europa li permetin, tot i sabent la gran quantitat de diners que els costa?

Que s'amaga realment al darrera de Xernobil i que ens espera als europeus a curt i a llarg termini?

Jo tan sols voldria una resposta sincera.

Esther Castañé

Em sento útil

Encara que formo part de l'equip d'aquesta redacció, no estic habituada a escriure massa, ja hi ha altres persones que ho fan, el que comporta que jo pugui dedicar-me a ajudar els companys fent la tasca de secretària o en alguna altra cosa d'utilitat. La setmana passada Oncovallès em va demanar de fer un voluntariat i anar a recollir una malalta recentment operada a l'hospital, per dur-la a una casa d'acollida i així ho vaig fer.

No us podeu imaginar el profit que en vaig treure. Va ser un plaer sentir-me útil envers algú que ho necessita, però sobretot la satisfacció personal d'haver ajudat una immigrant que no té ningú en aquest país que li ofereixi una mà amiga per caminar en aquest difícil entrellat que és la malaltia del càncer.

Ella està contenta amb el servei sanitari, amb Oncovallès i amb el Xíper per la seva ajuda. N'està amb mi i amb l'altra voluntària, Dolors G; que també ens va acompanyar. Sovint l'anem a visitar, per ajudar-la en les mancances que pugui tenir.

Jo em sento afortunada, perquè fa anys vaig passar per aquest procés i no em va mancar el suport i l'estima dels meus. Mai em van fallar! Ara sóc immensament feliç per poder donar una mica del meu temps i un pessiguet de tendresa i comprensió a aquesta dona. A mi no em costa res i per a ella és una cosa que no té preu, un tresor molt valuós i ho agraeix amb les seves dolces paraules, l'única cosa que té per donar.

Des d'aquí us proposo un benestar especial: ajudeu a Oncovallès en el voluntariat. No us podeu imaginar que bé que us sentireu amb vosaltres mateixes.

Maria Capel

Projectes No t'aturis i camina amb la malaltia. De gener a juny del 2008

GENER 2008

REFLEXOLOGIA DOLÇA

Tots els Dilluns, de 10 a 13 h. Visita concertada
A càrrec de Anna Mª Bataller

Av. del Parc 9, 6a Granollers

TALLER TERAPÈUTIC D'EXPRESSIÓ EMOCIONAL: A través de la vessant teatral els afectats poden exterioritzar les seves emocions

Dilluns, del 7 gener al 16 de juny de 17 a 19 h

A càrrec: Olga Pey

Av. del Parc 9, 6a Granollers

Apunta-t'hi! (Places limitades). Gratuït

TALLER D'ART I AMISTAT:

teràpies saludables

Dimarts, del 8 de gener al 17 de juny, de 17 a 19 h

A càrrec de Nani Minguión, Conchi Fernández i

Mercè Navarro

Av. del Parc 9, 6a Granollers.

Apunta-t'hi! (Places limitades). Gratuït

ART-TERÀPIA INDIVIDUAL:

Un viatge interior mitjançant la pràctica artística

Dimarts, 9 de gener al 12 de març, de 12 a 13 h.

Visita concertada

A càrrec de Montserrat Montané

Av. del Parc 9, 6a Granollers.

Apunta-t'hi! (Places limitades). Gratuït

TALLER DE RISOTERÀPIA:

Vine a riure amb nosaltres

Dimarts, 9 gener al 27 de febrer, de 17 a 18.30 h

A càrrec d'Òscar Giménez, Psicòleg Clínic

Av. del Parc 9, 6a Granollers.

Apunta-t'hi! (Places limitades). Gratuït

TALLER DE LLETRES:

Vols formar part de l'equip de la revista Onco-

vallès?

Dimarts, del 9 de gener al 18 de juny, de 17 a 19h

A càrrec d'Esther Castañé, Virtudes Hernández i de la mà de l'escriptor Joan Sala Vila

Av. del Parc 9, 6a Granollers.

Apunta-t'hi! (Places limitades). Gratuït

GRUP D'ART-TERÀPIA:

Construïm un mandala

Dimarts, del 9 de gener al 12 de març, de 10 a 11h

A càrrec de Montserrat Montané i Marta Ballber

Av. del Parc 9, 6a Granollers.

Apunta-t'hi! (Places limitades). Gratuït

TALLER DE RELAXACIÓ:

Tècniques de relaxació i respiració

Últim dijous de cada mes de gener a juny, a les 17h

A càrrec de Núria Ferrer, Psicòloga clínica

Av. del Parc, 9 6a Granollers.

Apunta-t'hi! (Places limitades). Gratuït

MARÇ 2008

GRUP D'ART-TERÀPIA:

Contes, Dibuixos i Paraules

Dimarts, del 26 de març al 18 de juny, de 10 a 11h

A càrrec de Montserrat Montané i Marta Ballber

Av. del Parc 9, 6a Granollers.

Apunta-t'hi! (Places limitades). Gratuït

XERRADA: 'CÀNCER DE PULMÓ'

'Càncer de pulmó: Estratègia de prevenció'

Dijous, 13 març a les 17 h

A càrrec de Dr. Enric Barbeta, Cap del departament de

pneumologia de la Fundació Hospital/Asil de Granollers

Av. del Parc 9, 6a Granollers.

Apunta-t'hi! (Places limitades). Gratuït

MAIG 2008

XERRADA: 'VIRUS PAPILOMA HUMÀ'

'Noves perspectives en la prevenció del càncer de coll uterí'

Data a confirmar

A càrrec de Dr. Felipe Ojeda, director de ginecologia i obstetrícia acompanyat de la Dra. Guadalupe Peñalva,

Ginecòloga, sinòloga i coordinadora del programa de detecció precoç de càncer de mama del V. Oriental.

Av. del Parc 9, 6a Granollers

Apunta-t'hi! (Places limitades). Gratuït

XERRADA DE FISIOTERÀPIA:

'Prevenció, Manteniment i Tractament en Oncologia'

Dates a confirmar

A càrrec de Noèlia Molina, Cap del departament de

fisioteràpia d'Oncovallès

La Garriga i Cardedeu.

Apunta-t'hi! (Places limitades). Gratuït

XERRADA NUTRICIÓ:

'Aliments que ens poden ajudar a prevenir el Càncer'

Dates a confirmar

A càrrec de Glòria Gomez, Biòloga i Nutricionista d'Oncovallès

Cardedeu i Paret del Vallès.

Apunta-t'hi! (Places limitades). Gratuït

XERRADA:

'Tractaments actuals quirúrgics i reconstructors'

Data a confirmar

A càrrec de Dr. Miquel González, Cirurgià plàstic i

reconstructor de l'Unitat de Mama de la Fundació

Hospital/Asil de Granollers

Parets del Vallès.

Apunta-t'hi! (Places limitades). Gratuït

JUNY 2008

XERRADA:

'Faig químiu, puc conduir?'

Dates a confirmar

A càrrec de Dr. Lluís Corbera, Metge especialista en medicina del treball i director centre mèdic reconeixements de la Mútua del Carne

Parets del Vallès i Cardedeu.

Apunta-t'hi! (Places limitades). Gratuït

Assegureu la vostra salut

A partir de
25€
al mes per persona,
sense talons ni cost
addicional.

Truqueu ja al **93 860 01 56**
i contracteu una pòlissa sanitària.

GRANOLLERS: Plaça Pau Casals, s/n • 08400 • Tel. 93 860 01 56 • Fax 93 870 43 55
CALDES DE MONTBUI: Pl. Maragall, 55 • 08140 • Tel. 93 865 35 04
SANT CELONI: Dos de Maig, 1 • 08470 • Tel. 93 867 45 06

www.mutua.org • comercial@mutua.org

Monogràfic: Érase una vez... la vida

CONTINUACIÓ

¿Esperas algo de esta experiencia?

Espero que realmente sirva para optimizar la muerte, para esperarla sin desesperar, como una prueba más de la vida. Pero esta prueba de la vida, la muerte, es la única que todos sabemos con certeza que debemos afrontar. Al comprometerme con este proyecto, espero que también me ayude a resolver mejor las dudas que puedan surgir cuando me apriete el dolor, la descomposición del cuerpo, se acerque la despedida de todo lo conocido. El hecho de conseguir que se grave todo el proceso de mi muerte me da la responsabilidad de mostrar que se puede morir con cierto dolor, eso sí, porque ya me duele pensar que me separaré de mi amado entorno humano, pero también quiero convencerme y convencer de que morir es pasar a otra etapa de crecimiento de otro tipo, es viajar a la aventura sin saber a dónde, ni cómo, ni con qué bagaje, ni con quién. Es necesario morir para la vida en esta tierra. Es el proceso que hay que seguir después de conseguir nacer. Entonces, sabiendo esto, ¿a qué temer? Sólo es cuestión de hacer todo lo que se pueda por la vida mientras vives y el morir es algo más que hacer. ¿Qué hacer qué después? No sería divertido vivir sabiendo lo que vivirás. Pues el morir igual.

¿Influencia en tu vida cotidiana este proyecto?

Este proyecto me mantiene alerta, más despierta. Las subvenciones que solicité para Oncovallès las 2 semanas anteriores me mantuvieron alerta también. El proyecto del documental, ahora que estamos más metidos en ello, también me despeja y da ganas de esforzarme así no me puede el sopor de los calmantes. Sí, me influye en la vida cotidiano de la manera que he explicado, a nivel de mi psique.

¿Has pensado alguna vez en cómo puede terminar el proyecto? ¿Y cuándo?

Al principio pensaba que acabaría más o menos en 6 meses, incluso he creído que se produciría algún ingreso en hospital y tendríamos allí que hablar. También he pensado que si entraba en el hospital ya no saldría. A la vista está que no ha pasado nada de eso y que mi cuerpo no se encuentra peor. Ahora pienso en otro año más. Aunque, cada vez que me puede un dolor o me aparece por algún sitio inesperado lo primero que pienso es que ya me toca hacer el viaje. Cuando llegaron para ayudarme a pasar del váter a la cama lloré de dolor por todo el cuerpo y pensaba que si me estuvieras grabando lloraría igualmente y al reposar en la cama e irse calmando, sonreíría, como lo hice al cabo de un ratito, no sé cuánto. Creo que el proyecto debe estar abierto a nuevas aportaciones. En cuanto a filmarme me gustaría que se vieran también momentos dolorosos y cómo se superan. Y, por supuesto, el final, el final visible humanamente, hasta 15 o 30 minutos después de haber expirado por última vez, por si acaso sale algún suspiro más. Pero me gustaría que el documental no acabara con mi muerte sino que fuera el principio de un buen morir o de los intentos del buen morir de mucha más gente. Y si es posible que sirva a superarse en cada etapa de la vida que no es más que el camino hacia la muerte.

¿Hasta dónde te gustaría que te siga?

Sólo hasta mi muerte, no hace falta que me sigas con la cámara más allá. ¡Ji ji!. Sería muy egoísta por mi parte quererte llevar al otro lado cogiditos de la mano ¿Te imaginas? El caso es que ni siquiera sabemos si alguien no espera para no sentir frío, ni miedo, ni oscuridad (incertidumbre). Ahí está la parte de aventura de esa otra andadura. Aprovecha tú lo que puedas en esta vida que yo también la voy aprovechar. Sólo me tienes. Sólo me tienes que seguir hasta donde tú te creas capaz. Y lo harás por el proyecto, por tu proyecto inicial y porque también has conseguido hacerlo mío; así es que piensa que vale la pena aunque me muera mañana mismo. Lo



Sólo es cuestión de hacer todo lo que se pueda por la vida mientras vives y el morir es algo más que hacer

único que sentiré, si me muero pronto, es no poder ayudarte más en esta vida, pero encontrarás quién lo haga, sigue con tus antenitas puestas y hazlo por todas las personas que creen (aunque todavía no lo sepan ni se lo haya dicho nadie, pero lo llevan dentro) en lo provechoso para muchísima gente que va a ser tu proyecto.

¿Sientes Claro tu lugar en el proyecto?

Tú deberías decirme hasta dónde quieres que me meta y por dónde acordamos empiece. Y ya está, así de fácil.

¿Estás enferma?

Pues eso es lo que se dice de mi cuerpo, que está enfermo, que algo tiene que no lo deja funcionar físicamente como añitos atrás, pero en mi conjunto: cuerpo-mente-espíritu, más lo que sea, puedo decir que ¡En mi vida había tenido tanta felicidad durante tanto tiempo! Y este estado se debe en buena parte a la enfermedad física contraída. En consecuencia: estoy pero no me siento enferma.

¿Te sientes vulnerable?

Aunque me sienta débil en muchas cosas no quiere decir que fácilmente me puedan hacer sentir mal. Voy asumiendo mis disminuciones a la par que fortaleciendo mi ser total. Las disminuciones físicas, incluso las mental por la morfina no son capaces, hasta ahora, de hacerme sentir como la nada.

¿Tienes miedo a no despertar?

¡Ni mucho menos! Sería una manera de morir agradable para los demás que quedan vivos y no dudo de que también sería agradable para mí.

¿Qué dolor es más rebelde?

El producido por el esfuerzo físico de ir de vientre ...el que permanece sin descanso más de 24 h., el que me produce Iris cuando veo que se crispa sin razón y busca la culpa fuera de sí misma. No se deja ayudar. Me siento inútil.

¿Te asusta el dolor?

No me asusta tanto el dolor porque lo conozco. Cuando me sale algún dolor desconocido me hace pensar en si será el principio del fin, entonces empiezo a observarlo como si no fuera mío, intento relajarme y si no lo consigo y el dolor continúa aumentando a pesar de haberme tomado algún calmante, pues llamo al médico. Creo que cada vez voy temiendo menos el dolor. Me quejo, eso sí, incluso llego a llorar pero con menos miedo. (CONTINUARÁ)



Muntatge fotogràfic: José Alcaraz

Activitats

Desfilada de llenceria i bany

El dia 7 de Juny, a dos quarts de cinc, com estava previst, es va celebrar a la 1a planta de la Mútua del Carme, la quarta desfilada de roba íntima i vestits de bany. S'obrí l'acte amb una xerrada de la doctora Guadalupe Peñalva, ginecòloga, que va ressaltar la importància de les mamografies i ens va parlar del programa de detecció

precoç del càncer de mama, a través de l'Oficina Tècnica de Criatge que es du a terme a la Fundació Hospital asil de Granollers, del qual ella és la coordinadora. Aquest programa està adreçat sobretot a dones de 50 a 69 anys, que és el col·lectiu de més alt risc.

Després el Dr. Miquel González, cirurgià plàstic i que forma part de l'equip de patologia mamària també de la Fundació Hospital Asil de Granollers, ens va explicar com n'és de important que a les dones que s'han de fer una mastectomia se les informi de totes les possibilitats que tenen per després sentir-se millor amb el seu cos, deixant palès que l'última decisió la pren sempre la pacient.

I ja sense més preàmbuls es va passar a la desfilada amb els últims models de roba interior i la col·lecció d'aquest estiu 2007 de vestits de bany de la prestigiosa firma Anita Care, que dona la màxima seguretat i una òptima adaptació per a dones sotmeses a una mastectomia, encara que també hi ha dones que sense haver patit cap operació els agrada aquesta firma per la comoditat a l'hora de portar les peces.

I la Pilar, la Conchi, la Virtú, l'Antònia i la M. Àngels, les nostres especials models, pentinades i maquillades per a l'ocasió, per l'Esther de "Ris o Llis", es varen llençar a la passarel·la amb tota la gràcia que elles tenen, amb la roba tan variada i afavoridora d'Anita Care, de estampats i colors tan bonics com atrevits que varen agradar a tothom.

Aquesta temporada la col·lecció estava inspirada en les selves de l'Àfrica i Amèrica del Sud.

Assistiren a l'acte unes 150 persones, que varen gaudir de la tarda i aplaudiren sense parar les models per la seva gràcia i simpatia demostrades al llarg de la desfilada i a les quals se les va obsequiar amb un val regal per a les instal·lacions de l'Hotel Balneari Termes de la Garriga en agraïment a la seva dedicació.

Des de la fundació d'Oncovallès donem també les gràcies a les firmes col·laboradores: ANITA CARE, a la MARTA de l'ORTOPÈDIA DEL VALLÈS, a l'ESTHER DE LA VEGA de RIS O LLIS, a la MÚTUA DEL CARME i a l'HOTEL BALNEARI TERMES de la Garriga.

A.M.Llopis

RIS O LLIS

CONFECCIÓ I MANTENIMENT DE PERRUQUES

ESTHER DE VEGA

Alfons IV, 16 - 08401 Granollers
Tel 93 879 42 52 - Fax 93 879 67 66
info@risollis.com www.risollis.com



• CICLES FORM. GRAU MITJÀ

- Perruqueria
- Estètica P. D.

• PROGRAMES DE GARANTIA SOCIAL:

- Auxiliar d'estètica
- Auxiliar de perruqueria

Per a més informació:

C/ Josep Umbert, 36-40 baixos - Granollers
Tel. 93 879 81 10 - Tel/Fax 93 879 55 74
e-mail: parcestudi@worldonline.es

**MATRÍCULA
OBERTA**

Festa literària: Oncovallès poètic

Per Joan Sala Vila

Recull de les poesies guardonades els anys 2006 i 2007, del Concurs de Poesia Pepi Pagès.

En el llibre hi trobem cinc apartats força diferenciats, però tots ells amb l'alè vital de la Pepi, ressò de les seves vivències i de les seves relacions de convivència. A manera de pròleg, el president d'Oncovallès i la seva esposa fan un emocionat recorregut pels camins de l'amistat plens de fites emotives. No podem oblidar que la portada del llibre és un dibuix de l'espós recordant les roques de Lloret quan ecollaven tots dos els missatges poètics de les ones del mar. Providencialment els sotrats de la vida en els darrers anys van convertir la seva existència en una farga creativa a través de la paraula i la poesia es convertí en la millor de les medecines.

Una síntesi de la seva biografia a cura de la família, filla i espós, ens traça la trajectòria d'una vida que en els primers anys les dificultats econòmiques de la postguerra no li facilitaren estudis. Amiga de les tradicions, fent de les festes populars el jardí de la seva vida, hi descobrí aquella llavor que es convertí en companyia de l'espós, compartint aficions, tot descobrint en el ball la metàfora de la bellesa i riquesa interior de llurs vides. Dissortadament una greu malaltia, que canvià el rumb de la seva vida, fou el profeta d'una realitat poètica. La poesia és la meva vida, repetia sovint. Amb molt d'encert clou la síntesi biogràfica un poema plé d'un vitalisme alliberador.

Els tres primers poemes corresponen als guardonats en el primer concurs. Tots tres amb l'alè de la llibertat d'una mirada amorosa i d'una vitalitat que no mort.

En la segona convocatòria se li va voler donar, al concurs, una altra orientació i els organitzadors optaren perquè el premi consistís en la publicació de les millors col·leccions de tres poesies que es demanaven als concursants. La voluntat era publicar les deu millors, però el jurat només escollí les quatre que segons el seu criteri mereixien ésser guardonades. Tots els poemes escollits palesen un rerefons del més enllà, bastint humanament una mística desitjable de companyia inacabable. Demanarem a cada guardonat la lectura d'un dels tres poemes. La primera col·lecció la va presentar Esther Castanyer. Respira l'amistat forjada els dies de treball del taller de poesia i altres trobades, sorprenent la seva poesia per la força de la interioritat, fruit de saber viure amb la malaltia. *"L'espasa penja de la branca esquincada / dolor punyent que s'enfila infinit / no ofega el neguit"*. Poema dur pel seu missatge. Una ferida pot esdevenir una nova porta a la felicitat. Li demanaria a l'Esther la lectura del poema VIDA NOVA, un testimoni d'amor i d'esperança.

Carme Criado, concursada amb tres poemes que són un cant a la vida i a l'amor. *"Tú declaras al pit / l'art de viure / de gaudir la bellesa / la remor dels sons"*. Escoltem els sons d'un poema que és una definició metafísica i lírica de la identitat del ser humà. Carme Criado ens llegeix el poema SÓC.

Josep Pagès, amic en els viatges poètics de la Pepi, glossa en un dels tres poemes un altre del mateix títol de l'amiga, un poema de mètrica clàssica amb una transcendent esperança. *"No és la branca d'una arbrada / ni la que el llamp ha mig partit / ets brancatge d'una fageda / que de bell nou ha florit"*. Una imatge poètica arrencada del mirall de l'amistat però al Sr. Pagès li agraïriem la lectura del sonet "A la amiga Neus".

El darrer poema dels guardonats és un clam de protesta contra les malalties que se n'emporten persones com la Pepi, fruit d'una coneixença nascuda en les tertúlies del Niu d'art de Parets del Vallès. Agraïriem que el seu autor el Sr. Bertran ens el llegís.

La darrera part del llibre és la xerrada que Jordi Julià va fer amb motiu del lliurament de premis del primer concurs. El seu títol "Nulla dies sine cura" és una invitació a no deixar mai la medicina de la poesia, remei no només de l'esperit sinó també del cos, com ho testimonien malalts com Marius Torres, Salvat Papassé i també la Pepi Pagès. La lectura d'aquest treball serà per a tots una meditació confortable perquè ens insinua que el remei el portem tots en el nostre interior, com defensava Antoni Pascual, quan li van diagnosticar el càncer que li causà la mort, la material, però no la de l'esperit.

La última pàgina del llibre ens presenta un poema de Jordi Julià, UN NOU ALÈ i ens els darrers versos ens anuncia la clau de la porta de l'esperança. *"L'heura apaga els colors en la metàstasi / i imposa el seu verd fosc de la necrosi / però entre el negre ermot un formigueig / fabril de pugó blanc troba en la saba / l'energia vital, fe en l'esperança"*.

L'espectacle literari a càrrec del grup de Teatre de la Fundació Oncovallès i de les seves rapsodes va merèixer els aplaudiments del nombrós públic que durant la degustació, gentilesa de les empreses FREIXENET i ÀREA DE GUISONA, va gaudir d'un agradable espai de tertúlia per poder fer els comentaris adients i felicitar personalment les artistes.

Muntatge fotogràfic: José Alcaraz

III Concurs de poesia “Pepi Pagès”

Organitza ONCOVALL S, fundació de Granollers i comarca de la lluita contra el càncer

BASES

1. El concurs és obert. Cada concursant pot presentar un màxim de tres poemes i cada poema no pot tenir més de trenta versos.

2. El tema és lliure. Cal enviar dues còpies i original, a doble espai i lletra 12.

3. Termini de presentació, el dia 31 de març de 2008. Cal enviar els poemes a Oncovallès, Avinguda del Parc 9, 7 a. 08400 Granollers.

4. S'atorgaran tres premis en metàl·lic i amb els trenta millors poemes es publicarà un llibre seguint les instruccions

dels membres del jurat. La publicació del llibre inclou els drets d'autor en la seva primera edició. Hi ha tres premis en metàl·lic!

Primer: 250 euros

Segon: 150 euros

Tercer: 100 euros

5. El jurat estarà format per especialistes en literatura catalana i el seu veredicté serà irrevocable.

6. El veredicté i la presentació del llibre es faran públics en una festa literària a celebrar el més de juny en dia, hora i lloc que es comunicaran oportunament.

7. La participació en el concurs pressuposa l'acceptació d'aquestes bases.

Granollers, octubre de 2008.

Oncovallès amb Pep Bou i Jordi Massó

Una gentilesa de l'empresa fabricant del KH7 facilità la presència d'Oncovallès a una representació de l'espectacle CLARS DE LLUNA que Pep Bou i Jordi Masó presenten al Teatre Tívoli de Barcelona. Una sexantena de membres de l'entitat aplaudiren amb entusiasme, agermanats amb el gran nombre de públic que omplia el teatre, les varia-

des i poètiques escenes que els dos artistes granollerins desgranaven sobre les fustes de l'escenari. La data del 14 de juliol de 2007 esdevindrà una fita històrica en el capítol d'activitats de la Fundació Oncovallès estretament lligada a la generosa col·laboració de l'empresa de la família Lloreda. Com a cloenda de l'acte, l'artista Pep Bou, en feu un públic reconeixement que va merèixer els aplaudiments de tots els assistents. L'actuació de les 17h. del dissabte 14 de juliol fou una manifestació de granollerisme tant a l'escenari com a platea.



Joan Sala Vila

Passat, present i futur d'Oncovallès

Cinquè aniversari commemoratiu i sopar a l'Hotel Ciutat de Granollers.



Uns tres-cents ciutadans de Granollers i comarca del Vallès Oriental demostraren la seva solidaritat en els actes organitzats per la Fundació Oncovallès, coincidint enguany amb la celebració del seu cinquè aniversari. PASSAT, PRESENT i FUTUR era el tema a desenvolupar en l'acte acadèmic que precedia al sopar. La presidència de la taula rodona la constituïen, l'alcalde de Granollers, Sr. Josep Mayoral, el president d'Oncovallès, Sr. Pere Cladellas, el tresorer Sr. Josep Lluís López Galindo, el cap d'oncologia de l'Hospital de Granollers Dr. Miquel Hernández-Bronchud, el Dr. Carles Vallbona, especialista en medicina preventiva i comunitària, la Dra. Maria José Torres, directora del SAP Granollers-Mollet, el Dr. Rafael Lledó, director de l'Hospital de Granollers, el Dr. Ramon Cunillera, director de l'Hospital de Mollet i el Dr. Xavier Mate, director de l'Hospital de Sant Celoni. L'anàlisi del treball d'ahir i d'avui centrà el debat des de l'òptica pròpia de cada participant, recalcant tots la tasca de la Fundació Oncovallès. Una de les característiques que tots els conferenciantes ressaltaren fou l'exquisida relació existent entre els hospitals i la fundació, un exemple, com digué el Dr. Vallbona, no només local i comarcal sinó també mundial.

Un brindis amb cava donava pas al segon acte, un sopar

benèfic amb la finalitat de recaptar fons. La quantitat recaptada fou de 8.950 euros. Durant el sopar, la projecció d'unes gravacions en vídeo recordaven la història de l'entitat des dels seus inicis fins a la darrera activitat d'enguany. Tots els assistents al sopar foren obsequiats amb un lot de Júlia, perfumeria, per a les senyores i un llibre per als senyors, donació d'un particular. A tots la Fundació els agraeix la seva solidaritat. El sopar el presidí l'alcalde de Granollers, Sr. Josep Mayoral, la representant de la Generalitat, Maria Lluïsa de la Puente, directora general de planificació i evolució del departament de sanitat, el president d'Oncovallès Sr. Pere Cladellas. Un dels trets protagonistes del sopar fou el sorteig d'una pintura, donada per Raquel Xamaní Icart, filla de la pintora granollerina Àngela Icart i néta del també pintor Jaume Icart. La sort afavorí Esther de Vega i Casassas. Es sortejaren també dues invitacions per a una estada de cap de setmana per a dues persones cadascuna, gentilesa de la direcció de l'Hotel Ciutat. Uns parlaments emotius del Dr. Vallbona, de la representant de la Generalitat i de l'alcalde de Granollers van cloure la trobada de la solidaritat 2007.

Joan Sala Vila



Presentació pintura Raquel Xamaní



Muntatge fotogràfic: José Alcaraz

Ningú ha vist altre bellesa que la que hagi pogut veure en la realitat. Imaginar-se o crear un tipus superior a la realitat només és possible que per la idealització d'aquesta realitat. Però la bellesa que un artista, per gran que sigui, posi en un quadre o en una estàtua, ell té d'haver-la vista en la realitat.

(Paraules del pintor Torres García) L'artista, que ens acompanya avui està en aquesta línia, i encara podem anar més lluny, quan Torres García ens recorda el pensament d'un filòsof modern referint-se als músics: "que revelaven l'essència més íntima del món, i expressaven la sabiduria més profunda, en un llenguatge que la raó no entén." Expressió aplicable, també, als artistes plàstics. Les paraules del filòsof estan en la línia del públic que acostuma a dir jo no hi entenc, però a l'hora d'escollir sempre s'enamora de les millors pintures. La raó és una incidència vital. S'identifiquen amb la vida i aquesta identificació és una característica molt important en la pintura de Raquel Xamaní Icart. Però, tal vegada, us preguntem: qui és aquesta pintora? Senzillament pertany a la nissaga artística Icart. Avui dia és una de les figures artístiques del Vallès Oriental i de Granollers millor situades en el món de les arts plàstiques. Resideix als E.U. i treballa en la secció artística de

la Universitat de Filadelfia. Podríem dir que és el braç dret artístic del President de la Universitat, essent la responsable del Centre d'economia CREATIVA. Quan sentim la paraula economia, automàticament pensem en diners. No és exactament així. La paraula economia, etimològicament, ens parla de tot allò que garanteix una societat del benestar i conseqüentment reverteix en la producció de riquesa, conseqüència d'una sèrie de circumstàncies. L'economia creativa es la participació de l'activitat artística en el model de vida del benestar. I òbviament també genera riquesa. Riquesa moral, cultural, social i

financera. La pintura que Raquel Xamaní Icart ha donat a la Fundació Oncovallès es mou en el sentit comentat fins ara. Però va més enllà. L'artista amb un estil molt figuratiu i amb una tècnica personal treballada en base a dos colors, el marró i el blanc, palesa l'angoixa i l'esperança existents en una aital situació. És admirable com només amb dos colors, tan contrastats, aconsegueix efectes de llum que trameten sentiments tan dispars com la por i l'esperança. La pintura, que se sortejarà, avui, podríem dir que és la fita de l'esperança, recolzada en la solidaritat humana,

**és una pintura
que acarona, que
cerca la llum en la
foscor i troba la
manera de conviure
amb els propis
sentiments i amb
els dels altres**

expressada per la figura de la cadireta, tantes vegades emprada en els nostres jocs infantils. Tota la sèrie és un cant a la vida, que des dels primers indicis de la malaltia, la solidaritat representada per l'encaixada de dues mans, esdevé fonamental perquè ens diuen "estic amb tu", mentre una llàgrima denuncia l'angoixa i tot seguit la flama d'un llumí ens marca el camí a seguir trobant en la fe en un mateix i en els altres la medicina indispensable, que serà més eficaç

quan unes mans em diuen que no estic sol i una cadireta simbolitza la solidaritat del meu entorn. La pintura de Raquel Xamaní Icart és una pintura que acarona, que cerca la llum en la foscor i troba la manera de conviure amb els propis sentiments i amb els dels altres.

Joan Sala Vila



19 d'octubre Dia Mundial del Càncer de Mama

Tots units per uns llacets roses que commemoren el Dia Mundial del Càncer de Mama

Des de la Fundació d'Oncovallès es muntaren diverses taules informatives a l'Hospital General de Granollers: la Mútua del Carme, el CAP Vallès i davant de Perfumeries Atalaya, amb l'objectiu principal de conscienciar la ciutadania de la importància que té la detecció precoç en aquest tipus de càncer.

El nostre agraïment des de la fundació d'Oncovallès a les perfumeries ATALAYA, que varen col·laborar molt activament i amablement, obsequiant amb regals d'una prestigiosa marca a tothom qui passava per les seves instal·lacions portant el llacet rosa identificatiu a la solapa.

Tal com diuen i seguint el seu lema: "Tu per damunt de tot" ens van permetre posar una taula informativa davant la porta.



Muntatge fotogràfic: José Alcaraz



El dijous dia 15 de novembre a les 5 de la tarda i a la seu d'Oncovallès, va tenir lloc la xerrada "Emocions i Salut" a càrrec de la Senyora. Cristina Llagostera, llicenciada en psicologia i espe-

Emocions i salut

cialitzada en psicologia clínica.

La convocatòria va ser tot un èxit i la sala era plena de gom a gom, amb l'assistència d'unes setanta persones.

La Cristina va ser molt planera a l'hora de fer les seves explicacions de com canalitzar les nostres emocions i com de vegades carreguem la nostra ràbia en persones que no en tenen cap culpa. S'ha de parlar, explicar-ho, anar descarregant emocions i no esperar a no poder més.

També ens va donar les eines necessàries per tal d'arribar a conèixer-nos i conèixer els nostres sentiments quan demanen per sortir.

Al final en un molt bon ambient, els assistents a l'acte van fer preguntes a les quals la Cristina va anar responnent amb la amabilitat que la caracteritza.

Sortida de Santa Llúcia

El dijous 13 de desembre, va tenir lloc la sortida de Santa Llúcia. A l'estació de França ens vàrem aplegar més de trenta persones, comptant voluntaris/es i afectats/es, per agafar el tren cap a Barcelona.

Despertàvem gran expectació per allà on passàvem i els viants ens varen arribar a dir si érem de la Cubana, o un grup de modistes (Santa Llúcia és la patrona de les modistes). Però evidentment no era el nostre cas i explicàvem que érem de Granollers d'una associació contra el càncer i que el que es volia transmetre era la joia i l'esperit

nadalenc amb la nostra simpatia.

I al davant de la Catedral, mentre passejàvem pel mig del mercat de Santa Llúcia, vàrem fer de marc nadalenc a un reportatge que s'emetia en directe per a TV3. Després ens vàrem encaminar a la plaça de Sant Jaume per admirar el magnífic pessebre instal·lat



aquest Nadal 2007. D'allí i continuant amb la gresca festiva, cap al berenar de germanor.

La xocolata amb xurros i l'animació d'una divertida sobretaula on se'ns va regalar a tots de part d'Oncovallès el típic ramet, sinònim de "Bona sort" que es desitja la gent aquests dies de Nadal, ens va refer a tots i quan sortírem per agafar el tren de tornada a Granollers ja ningú sentia fred.

Un any més, la trobada de Santa Llúcia ha tornat a ser la data més entranyable de la qual tots els assistents gaudim amb escreix.

Fundació Oncovallès i Club Natació Granollers units

Col·lecta anual i II Marató Solidària a benefici d'Oncovallès

El passat dissabte 15 de desembre, la II Marató Solidària coincideix ja tradicionalment amb la col·lecta anual d'Oncovallès que es portà a terme pels carrers i places de Granollers amb la col·laboració d'entitats socials de Granollers i dels Barris Can Bassa i Sant Miquel; tots junts sota el lema:

Omple la guardiola contra el càncer: 1 € + = + ajuda.

Una Marató per lluitar contra el càncer, que enguany es portà a terme a les instal·lacions del CNG, oberta a tothom (socis i no socis) i que combinà diverses activitats.

En aquesta II Marató Solidària, es realitzaren tres activitats a la vegada, en sessions de 30 minuts: ciclo indoor, b-pump i pilates, és a dir, treball cardiovascular, de tonificació general i sessió més terapèutica, respectivament. Unes activitats punteres i molt diferents entre elles, amb què es pretén arribar al major públic possible i contribuir a què tothom col·labori en una jornada que combinà esport, salut i solidaritat.

La Fundació Oncovallès destinarà el fons recaptat de la Marató Solidària a dotar amb tot el material necessari per a l'any vinent el



Taller anomenat d'Art i Amistat, un projecte engegat fa dos anys, conduït per tres monitores Nani Minguillón, Conchi Fernández i Mercè Navarro, i que enguany compta amb 27 participants que cada dimarts a la tarda es reuneixen a la seu de Granollers d'Oncovallès. Un taller en què a través de les manualitats es creen vincles d'amistat i on les monitores també són el fil conductor per la possibilitat de necessitar alguna altra teràpia.

Les inclemències del temps, no van pas minvar a un bon nombre de voluntaris que fins a ben entrat el capvespre i quan el fred ja feia estrangols, varen fer de la guardiola la seva companya de disabte.

Tot i així, la recaptació va arribar als 16.000 €, gràcies com sempre a la generositat que sempre la ciutadania ha demostrat envers els malalts i les seves famílies.

Olga SC

La torronada

Com ja és habitual en aquestes dates, el dia 20 de desembre es va donar per tancada la temporada 2007 a Oncovallès. Per aquest motiu s'organitzà una festa d'acomiadament d'any a la Sala Tarafa. Hi van assistir unes quaranta persones. L'escriptor, poeta i col·laborador d'Oncovallès Joan Sala Vila s'encarregà de fer una excel·lent presentació. Les actrius i l'actor del taller d'expressió corporal molt ben conduïts per la seva professora Olga Pey van escenificar els pastorets i alguns d'ells van llegir uns bonics i adients poemes de Josep Maria de Segarra que van emocionar a tothom quedà ben palès l'esperit nadalenc.

Després vàrem poder gaudir de la típica torronada, amb què ens van obsequiar els supermercats ÀREA DE GUISONA. El cava va ser un detall de caves Freixenet. Una vegada finalitzat l'acte, KH LLOREDA va oferir un estoig de mostres dels seus preuats productes. Tot plegat va



fer que totes i tots els assistents sortissin eufòrics i contents.

Des d'aquestes pàgines volem agrair sincerament la seva col·laboració a les tres empreses, ja que amb la seva ajuda fan una mica més suportable la càrrega que les persones afectades duen al damunt, i fan que un dia qualsevol es transformi en màgic.

E. C.



Delegació de Parets



II Desfilada de roba de bany, llenceria i exposició de pròtesis 2007

Dimecres dia 27 de juny, a 2/4 de 8 h de la tarda, al teatre Ca n'Oms de Parets, vam fer la II desfilada de roba de bany, llenceria i exposició de pròtesis. La Paquita, la nostra presidenta, va donar la benvinguda a tothom i va agrair a la nova regidora de Sanitat i Gent Gran, la senyora Amèlia Marquino, la seva presència a l'acte i va felicitar-la pel nou càrrec.

Va agrair als nostres patrocinadors, la Marta de l'ortopèdia del Vallès i el Josep Manel d'Anita Care, tota la feina que van fer. També a la Perruqueria Cut By A.R. Group Estilistes per la seva aportació amb els pentinats i maquillatges a les models, així com al Centre Físio-Spa del Vallès per l'obsequi que també els van fer.

Va presentar la Carme Cortés, cap de psicooncologia d'Oncovallès i la Sílvia Crespo, psicooncòloga de Parets i de la Roca.

La Carme va parlar de l'atenció i l'ajuda individualitzada que es pot donar a tots els malalts de càncer davant la nova situació i la Sílvia de com es poden tractar els problemes derivats del càncer de mama en tots els àmbits de la vida de la malalta i com es poden afrontar situacions que es plantegen en el dia a dia.

El Josep Manel d'Anita Care va presentar les models i els models de banyadors i de llenceria que portava cada una d'elles. Van desfil·lar amb música i amb uns banyadors preciosos i acolorits, amb pareos, para-sols de colors i ventalls.

Les representants del Centre Físio-Spa del Vallès van obsequiar les models i també les perruqueres amb una sessió de jacuzzi, hidromassatge, cromoteràpia i aromateràpia.

Hi van assistir unes 80 persones i tothom va coincidir que va ser un acte molt bonic; el públic hi va participar moltíssim i s'ho va passar molt bé, les models es van sentir molt còmodes per la proximitat del públic i també va ser molt emotiu.

Finalment, la Paquita va donar les gràcies a tothom per l'assistència a l'acte.



Dia Mundial del Càncer de Mama

El divendres dia 19 d'octubre a Parets, vam posar 3 taules informatives, a l'acadèmia eren els mateixos alumnes els que donaven la informació i repartien els llacets roses: A les 20 h, al teatre de Ca n'Oms, vam fer una xerrada per parlar de les persones intervingudes de mastectomia, s'aconsellava la fisioteràpia com a prevenció d'un possible linfedema.

La senyora Noèlia Molina, cap del Departament de Fisioteràpia d'Oncovallès va parlar de la importància del massatge limfàtic. Va ser una xerrada molt planera i amena. També ens va acompanyar la senyora Amèlia Marquino, regidora de Salut de l'Ajuntament de Parets que dona el seu suport a Parets contra el càncer.

Hi van assistir unes 50 persones i tothom va felicitar a la senyora Noèlia, ja que va ser una xerrada molt entenedora i a l'abast de tothom.

Va tancar l'acte la M. Teresa Farrés, donant les gràcies a tothom per la seva assistència.

Col·lecta de Parets



El dissabte 29 de setembre d'enguany vàrem fer la col·lecta anual, amb cinc taules repartides per tot el poble:

Cal agrair la col·laboració de tots el parents. Creiem que després de tres anys de vi-

da que té la Fundació Oncovallès aquí a Parets, el poble ja coneix tota l'ajuda que es pot oferir als malalts de càncer i als seus familiars.

Aquest any hem recaptat 3.165 €. Des d'aquí volem donar les gràcies a tot el voluntariat que hi ha col·laborat desinteressadament. Volem fer una crida a totes aquelles persones que vulguin formar part d'aquest voluntariat.

Com diu el cofundador i president d'Oncovallès sense els voluntaris no seria possible la nostra tasca.

Sopar benèfic 2007 a Parets del Vallès



El dia 30 de novembre passat, es va celebrar, un any més, el sopar benèfic anual de Parets del Vallès. Primer es va fer la presentació del llibre *Realitat defugida, viure i conviure amb el càncer*, escrit pel senyor Marc Perpinyà i Ortega. L'acte va ser molt emotiu, perquè les paraules que va pronunciar van ser d'una sensibilitat extraordinària. El fet de sentir en primera persona tot el procés de la malaltia per un noi que ara ja és adult, però que quan es va manifestar era tan sols un nen de 12 anys, ens va fer esborronar a tots.

També hi va participar el doctor Constantino Sábado Álvarez, pediatra oncològic de l'Hospital de la Vall d'Hebron, que l'ha portat i acompanyat en tot el procés.

Mossèn Josep Maria Ballarín, sacerdot i escriptor no hi va poder assistir, però va voler ser-hi present a través de les seves paraules, que transcrivim a sota:

Bona gent.

Hauria de ser ací, entre vosaltres, per acompanyar el meu amic Marc. I dic acompanyar perquè la presentació del seu llibre pla que se la sap fer sol.

M'ho descurdava. Em diuen mossèn Ballarín, un capellà que he passat trenta-cinc anys albirant-me Berga des de la maredeu de Queralt. Ara ajuda el rector de Gósol, però no he deixat pas del tot Berga.

Així que soc del jurat d'un aplec que en diuen "protagonistes del demà" que ha de triar un dels nois o noies que es mereixen el premi.

Us he de dir, potser sense que sigui al cas, que tots els escrits que rebem de fa anys són en un bell català. Amb una sintaxi que

ja voldrien a TV3.

Tornant al cas, quan en fou aquest, premiàrem l'escrit d'en Marc. S'ho mereixia. Ens férem amics i ens vam entendre bé, potser perquè jo també sé què és una llarga malaltia i que un metge et doni un any de vida, tot i errant-la de més de seixanta anys, almenys per ara.

Us dic això perquè puc entendre el llibre d'en Marc per dintre, per dintre i com és d'alliçonador. No us ho esclafollo perquè espero que el llegiu.

Però hi ha un tret que vull remarcar-vos:

El primer, tant se val, és l'actitud dels pares. Veien el fill malalt de debò, en sentiren la sotragada, però varen lluitar al costat del fill. Els conec, no són gent que se les faci d'heroica. Són gent del pa de cada dia, la que ha fet aquesta terra molt més que qualsevol garlaire. Sense fer-s'hi veure mica, tingueren el coratge d'empassar-se els plors per encoratjar el fill.

El fill, en Marc, també és un noi normal, un dels que va a l'escola, despunta o no despunta però no esgarrapa. De mena callat, guarda moltes paraules per dir i les ha dites amb una prosa que té sons musicals de la seva veu. Ho dic perquè li conec la veu.

Les tres més importants que tinc per dir-vos, ho són tant d'importants i fondes que no hi calen massa revolts.

En Marc és una lliçó per a qualsevol jove i per a qualssevol pares, encara que no es trobin en un cas tan greu com el seu.

Aquest xicot és un exemple de coratge, rebotant de metge a metge, d'hospital a hospital i què més, mai no me l'imagino esgallabrat. I la darrera és la més bella, la més bella per a un jove com ell o com un de vell com jo:

En Marc s'ha salvat perquè tenia i té ganes de viure. Nogensmenys. De viure ser jove sense escabellar-se.

Mossèn Ballarín

A continuació es va fer el sopar dins un ambient de cordialitat i d'alegria. En acabar es van sortejar diferents premis, que eren donacions de persones i entitats de Parets que es van voler solidaritzar i col·laborar amb l'objectiu del sopar: recollir fons per ajudar els malalts i els familiars de les persones afectades de càncer.

Rosa Maria Velázquez

Obra de teatre a benefici d'Oncovallès Parets contra el Càncer

L'import de l'obra de teatre: "Montserrat, Marta i Maria" que es va fer el dia 23 de desembre de 2007 al teatre Can Rajoler de Parets, el van donar a Parets contra el càncer i va ser de 1.235,85 €

Delegació de Mollet

Dia Mundial del Càncer de Mama

L'hospital de Mollet va unir-se a Oncovallès, en el Dia Mundial del Càncer de Mama. Durant tot el matí, divendres passat, a l'entrada principal del centre hi havia una taula amb informació de la malaltia amb l'objectiu de conscienciar de la importància que té una detecció precoç.

Segons va explicar, davant els mitjans de comunicació, el Dr. Anton Vallès, del Servei de Ginecologia, l'any 2006 l'hospital va detectar 47 casos de càncer de mama, i enguany fins a data d'avui n'ha registrat 37. D'altra



banda, el Dr. Santiago Escrivà de Romaní, oncòleg del centre va manifestar que el component hereditari en aquests casos de càncer és d'un 5% a un 10%.

Enguany és la segona vegada que l'hospital col·labora amb Oncovallès amb una iniciativa d'aquest tipus. L'hospital des del mes de març té signat un conveni amb Oncovallès per oferir ajuda mitjançant el servei.

Sònia Bartrés i Sanuy

Foto cedida per Molletamà

Delegació de Santa Agnès de Malanyanes

Col·lecta a Santa Agnès de Malanyanes

Es els dies 25 i 26 d'agost es va fer la col·lecta de Santa Agnès de Malanyanes, amb una recaptació de 979 euros. Des d'aquí encoratgem a tothom que amb la seva solidaritat fa possible la nostra tasca d'ajuda al malalt oncològic i als seus familiars.

E.C.



- Disseny
- Impressió comercial
- Producció editorial
- Packaging
- Cartelleria gran format
- Dades variables

Oficina comercial
(de dilluns a dijous de 16 a 20 h.):
C/. Girona, 56 · 08402 GRANOLLERS
Tel./Fax 93 870 20 07

C/ Nòria, 11 nau E (Pol.Ind. Valldoríolf)
08430 LA TORRETA (La Roca del Vallès)
Tel. 93 870 23 06 · Fax 93 879 11 95
e-mail: info@grafiqueslloreda.com

Delegació de La Garriga

‘La lluita contra el càncer de mama és cosa de tots’

A la sala d'actes de la Biblioteca de la Garriga en el Dia Mundial del Càncer de Mama el 19 d'Octubre, tots anàvem engalants amb uns llacets roses per commemorar la diada. La presentació va anar a càrrec de la presidenta de la Garriga d'Oncovallès, la senyora Matilde Arnau. Seguidament va intervenir el Regidor de Benestar, Família i Sanitat, el senyor Oriol Ramon. Com a representants de la Fundació van ser-hi presents Antònia Mesas, coordinadora de la logística de la Xerrada i Olga Salavedra com a vicepresidenta.

Va tenir dues parts ben diferents i a la vegada, totalment vinculades. La primera sota el títol de la Xerrada: 'la lluita contra el càncer de mama, és cosa de tots', va estar presentada per la cap del Departament de psicooncologia i psicooncòloga dels hospitals de Granollers i Mollet del Vallès, Carme Cortés; qui ens va fer una àmplia projecció de les eines de suport que ens poden ser útils davant d'un diagnòstic de càncer de mama.

La segona, tractava sobre 'El càncer de mama i la sexualitat', va ser exposada per la psicooncòloga de la Fundació i de les delegacions de Parets i de la Roca del Vallès, Sílvia Crespo qui d'una manera distesa i entenedora ens va fer reflexionar com pot ser la vida en parella després d'una mastectomia: operació quirúrgica de càncer de mama, fins i tot amb un ventall molt més ampli de sensualitats.



Olga SC

Sopar a benefici de la lluita contra el càncer a la Garriga

Grup del Taller d'expressió emocional

Muntatge fotogràfic: José Alcaraz

El passat dissabte dia 1 de desembre al restaurant "La Cabaña" de la Garriga, prop d'un centenar de persones es varen reunir en un acte de solidaritat. Hi assistiren les màximes autoritats de la població, com també nombroses personalitats.

Abans del sopar es va presentar amb un emotiu acte el llibre "Oncovallès poètic" que és un recull dels poemes guardonats en les dues convocatòries celebrades amb anterioritat, dels premis "Pepi Pagés". El senyor Joan Sala Vila va fer una magnífica introducció parlant de com agradava a la Pepi la poesia i com gaudia quan la componia.

En el mateix acte es varen recitar poesies del llibre a càrrec del grup del taller d'expressió emocional, conduït per la senyora Olga Pey. També ens va recitar una de les seves precioses poesies inclosa en el llibre la senyora Esther Castanyer.

Després del sopar hi va haver un sorteig per a tots els assistents; gràcies a la gentilesa de nombroses cases comercials de la Garriga, i també com a peça principal, una samarreta signada per a la ocasió pel jugador del Barça Ronaldinho. Tot plegat gràcies a les diligències i al bon fer de la delegació d'Oncovallès de la Garriga, encapçalada per la seva presidenta, la senyora Matilde Arnau.

Va ser una vetllada memorable; esperem retrobar-nos tots plegats l'any vinent!

Anna M. Llopis i Olga SC



Delegació de Cardedeu

El projecte de creació de la delegació de la fundació Oncovallès a Cardedeu s'inicià el passat mes d'abril, quan la Marga i la Judit es van conèixer a la fira de Sant Isidre de Cardedeu, on la fundació participava. De seguida es van posar a treballar juntes per definir què és el que volien fer i com podrien aprofitar el temps del qual disposaven. D'idees, en tenien moltes, i de ganes de realitzar-les, també. Com que totes dues treballen fora de casa, es van organitzar per trobar el temps que requeria tirar endavant el projecte: establir un calendari de reunions, realitzar totes les tasques de difusió de la delegació, a la televisió de Cardedeu i en algunes revistes de la comarca, distribuir fulletons informatius als establiments de la vila, entrevistar-se amb diferents organismes i institucions, preparar i organitzar les trobades amb la gent de Cardedeu interessada a formar part de Fundació, etc.

D'aquesta manera, amb molt d'esforç i dedicació, però també amb moltes ganes de tirar endavant aquest projecte, ha pogut ser possible fer-lo realitat i que s'hagin anat afegint a la Marga i la Judit altres persones de Cardedeu interessades a col·laborar en la iniciativa, tant malalts, com familiars, i voluntaris. Tant és així, que com que el grup s'havia anat fent gran, han hagut de canviar el lloc per fer les reunions, perquè se'ls havia quedat petit. Ara tenen previst fer trobades setmanals al Casal d'Avis de Cardedeu.



19 d'octubre Dia Mundial contra el Càncer de Mama

El passat dia 19 d'octubre, la delegació de Cardedeu, amb motiu del Dia Mundial del Càncer de Mama. Va instal·lar una taula amb tríptics informatius a la plaça de l'Església.

Durant tot el dia hi van participar voluntaris i voluntàries de totes les edats, i fins i tot es van repartir díptics informatius i llacets a l'IES Raspall. També hi van col·laborar empreses i comerços de la població, com Agespro Assessors, el quiosc del centre, la Ferreteria Montseny i la carnisseria de la plaça d'Anselm Clavé.

El total de tots els donatius recaptats va ser de 1.792 €, que es destinaran a nous projectes, activitats i ajudes que puguin necessitar els malalts o familiars de la fundació a Cardedeu.

Mostra d'entitats

Els dies 20 i 21 d'octubre, la delegació de Cardedeu va participar en la 3a Mostra d'Entitats. Durant tot el cap de setmana, en l'antiga fabrica Tèxtil Rase, prop de 50 entitats van donar a conèixer les seves activitats a la població.

La delegació va vestir l'stand que els van assignar amb fotografies d'esdeveniments on Oncovallès ja havia participat a Cardedeu, com la passada Fira de Sant Isidre, i amb retalls de premsa i pòsters. També es va poder veure durant tota la Mostra la presentació "Passat, Present i Futur". Ah, i un cistell de fruita fresca com a recordatori de la importància de menjar bé = a salut. Al llarg dels dos dies hi van passar molts voluntaris i els seus familiars. Ens

van visitar amics i coneguts, i es va donar informació sobre les activitats de la Fundació en general, del que s'està fent i també dels projectes de la delegació de Cardedeu.

Diumenge van a-

companyar-nos Olga Salavedra (vicepresidenta i responsable de Comunicació), el seu marit Ernest Beltran, Pepita Doncel i el seu marit Joan Enrique. Juntament amb els membres de les altres entitats, vam gaudir d'una magnífica paella, amenitzada per músics de l'Escola de Música de Cardedeu.

La Marga i la Judit volen aprofitar l'avinentesa per donar les gràcies a totes aquelles persones que han confiat en aquest projecte des del principi, que els han donat suport, i que tenen la mateixa intenció i ganes de tirar-lo endavant.



Signatura del conveni

El dia 15 de novembre tingué lloc la signatura del Conveni entre l'Ajuntament de Cardedeu i la Fundació Oncovallès. Els signants varen ser l'alcalde, senyor Jaume Masferrer i Sala, i el president d'Oncovallès, senyor Pere Cladellas i Ros.

Van ser-hi presents, per l'Ajuntament, els senyor Jaume Fort i Mauri (regidor de Sanitat, Esports i Formació) i el sr Esteve Palaus i Pol (Regidor d'Acció Social i de la Gent Gran) i de la Delegació Cardedeu contra el Càncer, la senyora Marga González, presidenta, i la senyora Judit Jofre, vicepresidenta. També ens va acompanyar Mònica Cladellas, secretària del Patronat de la Fundació.

En un ambient distès es va parlar de la tasca feta fins ara, i finalment es va tancar l'acte amb un brindis amb cava.



Judit Jofre

Conferència

El dia 22 de novembre es va celebrar al Centre Cultural de Cardedeu la conferència "La prevenció del càncer", a càrrec del doctor Josep M. Campos i Tarrech, cirurgià i endocrí de l'Hospital General de Granollers.

Hi van participar prop de 70 persones de totes les edats, que van seguir amb gran interès les explicacions que ell doctor Campos va oferir, amb un llenguatge força entenedor i acompanyat d'una acurada presentació.

En finalitzar, el públic va fer unes quantes preguntes de viva veu i, a la sortida, alguna consulta en particular al doctor.

La Televisió de Cardedeu va fer el seguiment de l'acte, que va ser emès dins del telenotícies local.

A la sortida, el regidor d'Acció Social, senyor Esteve Palaus i Pol, va saludar el ponent i els membres d'Oncovallès.

Marga González



Delegació de La Roca



La Roca contra el càncer

En primer lloc volem destacar la dedicació i la bona predisposició que posa el nostre voluntariat en totes aquelles tasques i reunions per a les quals es convocat. Poc ens pensàvem en començar aquest camí d'ajuda als malalts de càncer i als seus familiars que podríem comptar amb tantes persones disposades a regalar part del seu temps i del seu bon ànim per a un projecte tan solidari com és aquest.

Varem ser presents en la Mostra d'Entitats que es va celebrar el passat mes de juny donant informació a tothom que s'acostava a nosaltres per tal de saber tant de temes relacionats amb el càncer com de possibilitats i formes d'ajudar les persones que tenim al nostre abast. El fet que hi hagi gent que vol saber de la nostra feina ens encoratja a continuar treballant amb il·lusió i amb ganes d'oferir-nos per a allò que els calgui.

El dia 9 de setembre, diumenge de Festa Major, varem fer la col·lecta anual per la Roca contra el càncer. Va ser molta la gent que va voler contribuir-hi amb la seva donació per tal de poder fer realitat el nostre projecte d'ajuda a les persones del

nostre poble que vulguin fer servir tot allò que els podem oferir. Un cop més es va fer palès el sentiment de solidaritat que sempre demostra el nostre poble.

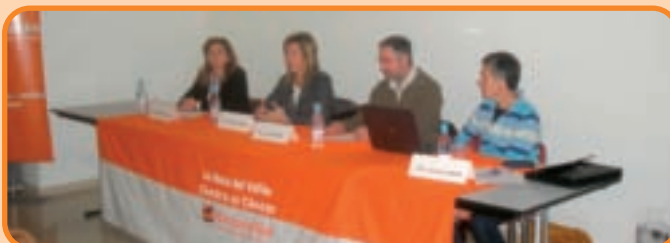
Per tal de tenir present que el dia 19 d'octubre era el Dia Mundial del Càncer de Mama, dies abans les voluntaris varen estar preparant els llacets roses que aquell dia es varen distribuir per botigues i entitats del poble. Volem agrair a tots ells la seva col·laboració en permetre'ns deixar les cistelletes amb els llacets que gratuïtament podia agafar tothom que així ho desitgés.

Xerrada de prevenció; 26 de Novembre dia mundial de càncer de còlorectal

Varem iniciar la roda de xerrades sobre la prevenció del càncer aprofitant el dia mundial del càncer còlorectal. En aquesta ocasió i centrant-nos en aquest tema, ens va oferir la xerrada la Dra. Carme Galitó, especialista del aparell digestiu, acompanyada del Dr. Prats, metge de família, i compartint taula amb la regidora Montserrat Ametller i la presidenta de La Roca contra el Càncer.

Volem aprofitar la benentesa per agrair la bona disposició i col·laboració de tothom, així com l'assistència de les prop de 60 persones que no varen voler perdre's aquesta xerrada sobre prevenció, detecció, tractaments, etc del càncer còlorectal.

Sílvia Crespo



Espurnes Famoses

Buscando el bien de nuestros semejantes, encontramos el nuestro

Plató

Nunca vaciles en tender la mano; nunca titubees en aceptar la mano que otro te tiende.

Joan XXIII

La amistad duplica las alegrías y divide las angustias.

Sir Francis Bacon

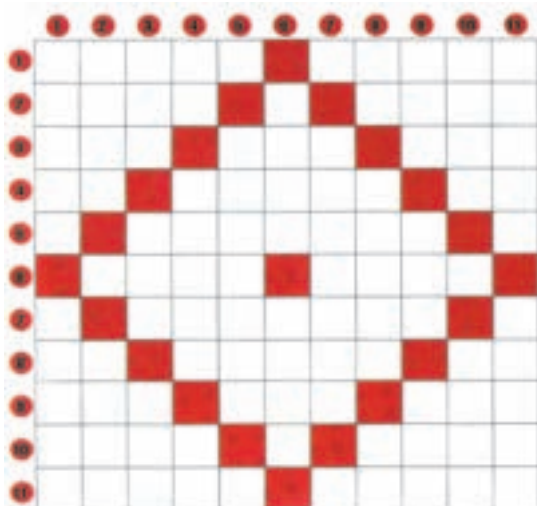
Si supiera que el mundo se acaba mañana, yo, hoy todavía, plantaría un árbol.

Martín Luther King

Solució



Crucigrama



Consells pràctics

El suc de poma sense colar té fins a quatre vegades més de polifenols (anticancerigens) que el colat.

Les maduixes frenen el desenvolupament del càncer de boca i de còlon.

Controlar l'estrès

Qualsevol contacte físic redueix la tensió, però el massatge també augmenta la concentració d'oxitocina, una hormona que ajuda a disminuir la pressió arterial i el ritme respiratori, i alleuja l'estrès. El massatge suec és el més relaxant, però es tenen quasi els mateixos resultats amb una frega a l'esquena, mans i peus aplicada per algun familiar.

Per relaxar-se no es necessita massa temps. N'hi ha prou amb 10 respiracions profundes, per trobar alleujament. Per provar-ho, seu en un lloc tranquil, tanca els ulls i inhala aire poc a poc. Concentra't en l'aire que entra pel nas i baixa per la gola. Expulsa'l pel nas. Augmenta a poc a poc el temps de relaxació fins a arribar a 20 minuts al dia.

Acudits

Per què els de Lepe tenen una ampolla buida a la nevera ?
- Per els convidats que no volen res.

L'estadística és la ciència que pot demostrar que si tens el cap en el gel, i els peus dins el foc, de mitjana et trobes bé.

Què li diu el cafè al sucre?
-Que amarga seria la meua vida sense tu !

E. C.

HORIZONTALES

1. Leña o carbón encendidos. Descubras lo que está cerrado u oculto. 2. Tela de seda lisa y brillante. Mil en romanos. Ropa y pequeño ajuar que uno tiene para el uso preciso y ordinario. 3. Al rev., quiero. Establecimiento donde los clientes consumen bebidas y algún alimento, como tapas o bocadillos. Monja. 4. Media mamá. Hornazos, bollos en forma de rosca adornado con huevos. Dios Solar de Heliópolis en la mitología egipcia. 5. Argón. Gestionan o intrigan con algún designio. Azufre. 6. Pedazo cortado de una fruta para su cata. Res vacuna macho de más de un año y que no pase de dos años. 7. Radio. Atraigo enormemente, ejerzo una gran atracción sobre alguien. Atomo. 8. Voz de mando. Fiesta o reunión nocturna con baile y música. Silaba sagrada. 9. Preposición. Llamada de socorro. Composición musical en compás de tres por cuatro que se canta y se baila en las islas Canarias. 10. Al rev., cojo con la mano una cosa. Sur. Argolas. 11. Anfíbios anuros de cuerpo rechoncho y ojos prominentes. Error o equivocación que es grande y no tiene disculpa alguna.

VERTICALES

1. Dicho o hecho que se ejerce sobre alguien para reírse de él sin intención de molestarlo. Pieza metálica con dos roscas internas en sentido inverso que sirve para unir tubos. 2. Parte de una planta que nace del tronco. Cien. Capital de Italia. 3. Parte que sobresale de ciertos recipientes que sirve para sujetarlo. Artículo femenino, plural. Impar. 4. Para detener a las bestias. Doños materiales o morales. Repetida significa los pelos que se dan en la puerta para llamar. 5. Área. Bóberias, necedades. Letra que forma la mayoría de los plurales. 6. Extremidad del cuerpo humano que va desde la muñeca hasta la punta de los dedos. Bóvidos salvajes muy parecidos al toro, pero de mayor tamaño. 7. Área. Acciones características de la persona rara o extravagante. Carbono. 8. Bohío. Elemento compositivo o pre-fijo que significa "carne". Voz de mando. 9. Igualdad en la altura o en la superficie de las cosas. Nave. Furta. 10. Al rev. y fem. que ha dejado de funcionar. Cincuenta. Mamíferos carnívoros plantígrados. 11. Malt germinado para hacer chicha. pl. Hago masa mezclando harina o un producto semejante con agua.



Artículo n.º 8176



Artículo n.º 1046



Artículo n.º 8254



Tender Body Care

Copos:
AA-A-B-C-D-E-F-G-H

Artículo n.º 5760X

Anita
UniqueBodyWear
since 1985



Por favor, mándenme
información gratuita de:

Nombre - Apellido

Calle

C.P. - Población

Anita Spain S.L. • Ronda Maris 1 • Local 223 B
08192 Sant Quirze del Valls (Barcelona)
Teléfono: 93 746 44 27 • Fax: 93 710 42 92
E-mail: anita.sp@anita.net

www.anita.com

AnitaCare®

Corsetería, prótesis y moda de baño
para mujeres mastectomizadas.



LA VIDA POR DELANTE



Oncovallès
Fundació Privada
d'Ajuda Oncològica

Fes un donatiu!
6 euros a l'any
ens poden ajudar molt!

Fes-te soci!

Sr./Sra.

DNI Adreça

Població Província C.P.

Data de naixement Tel. Mòbil

Sol·licita l'admissió de col·laborador amb La Fundació Oncovallès amb una quota de (marcar casella corresponent) amb càrrec al compte corrent o llibreta del banc/caixa

	Entitat:	Oficina:	DC:	
Núm. de compte:				
Signatura:	☐ 6 euros	☐ 30 euros	☐ 60 euros	
	☐ Altra quantitat	Euros		
	☐ mensual	☐ trimestral	☐ anual	
	Data:			

Caldes de Montbui - Av. Josep M^a Fontcuberta, 128
Palau Solità
L'Ametlla del Vallès - Passeig de l'Ametlla, 17
Sant Feliu de Codines

Mollet del Vallès - C/ Sant Llorenç, 41
Granollers - Av. del Parc, 9, 6a. planta
Santa Agnès de Malanyanes
La Roca del Vallès - Plaça de l'era, s/n

Cardedeu - C/ Acàcies, 1
Parets del Vallès - Av. Catalunya, 74
La Garriga - Carretera Samalús, 2-4