



ONCOVALLÈS

Fundació d'ajuda oncològica

Publicació gratuïta

Butlletí núm. 9
2n semestre 2010

A	B	C	X	S	S	P	F	D	M	O
O	V	S	F	V	A	L	L	E	S	N
S	O	S	E	Z	J	B	V	Z	X	C
S	O	M	S	S	T	S	G	S	S	O
S	L	I	T	E	R	A	R	I	A	V
A	S	V	A	M	O	R	L	G	D	A
D	R	Y	S	Q	B	K	C	S	A	L

LLETRES PER A LA SALUT

Editorial

*

Salutacions

*

**Ciència:
Dr. E. Barbeta**

**Voluntària
professional**



Montserrat Montané
Taller d'Art-Teràpia

**Jornada
d'Oncologia**

*

Comiats

*

Col·laboracions

*

Actes Socials

Entrevista



M. Dolors Sitges
Germana Vedruna de
l'HGG

**T'informem
*
Xerrades de
Prevenió**

*

**Taules
informatives**

*

**Activitats
*
Agraïments**

SUMARI

Editorial	2
Salutacions	3
Ciència	4
Voluntariat professional	6
Jornada d'Oncologia	8
Comiats	9
Col·laboracions	10
Actes Socials	13
Entrevista	14
T'informem	18
Xerrades de Prevenció	21
Activitats	22
Agraïments	29
Consells pràctics	30



Editorial

Sóc voluntària...!!

Vaig aterrar a Oncovallès després d'haver passat uns anys de lluita com a cuidadora de la meua mare que va patir un càncer.

Arran d'aquelles vivències, em vaig adonar que la malaltia de vegades és molt més cruel, perquè relega els pacients a l'anonimat i a la reclusió, cosa que a mi no em semblava lògic. I com que em va quedar la necessitat de fer-hi alguna cosa més, vaig voler aportar-hi unes quantes hores de la meua vida.

Sóc voluntària, sí, però me n'emporto una bona recompensa! Els somriures, les rialles, les abraçades, les confidències, l'amistat, les lluites personals, els valors humans, l'aprenentatge, els records de les estones compartides amb els que ja no són entre nosaltres i que portaré dintre meu per sempre. I, sobretot, l'amor a la vida dels afectats, que encoratja i dona més valor a la meua pròpia. A mi, fer aquest voluntariat a Oncovallès m'ha omplert aquest buit que em quedava i m'empeny a seguir endavant amb il·lusió.

A dintre de la Fundació sóc un petit granet de sorra, però amb molts granets de sorra es pot arribar a formar una platja on la mar vingui a descansar i pugui donar repòs a molta gent que ho necessita.

Des d'aquesta oportunitat que se'm dona us encoratjo a provar la meravella del voluntariat, a tots els que llegiu aquestes ratlles.

A la Fundació Oncovallès, encara que tenim molts bons col·laboradors totalment incondicionals, li falten recursos materials, perquè en la actualitat és molt complicat recaptar fons. Però la vessant humana és realment reconfortant i l'actitud positiva davant de la malaltia és vital en aquests casos, això està totalment comprovat, i és precisament això el que potencia des dels tallers, les sortides, les xerrades, les obres de teatre, etc.

Dono les gràcies a Oncovallès per aquesta oportunitat d'expressar el que sento. I us encoratjo a continuar endavant amb la vostra tasca que omple un buit important en la societat.

Anna Ma Llopis

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

Fundació ONCOVALLÈS

Horaris: de dilluns a divendres
 Matins de 9:30 a 13:30h.
 Tardes de 16:00 a 20:00h.
 Av. del Parc, núm.9 6a planta
 Granollers – 08402
 Telèfon/Fax: 93 870 01 67
 fundacio@oncovalles.org
 www.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 Navarra: 2054 0304 31 9147719412

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 Castanyer
 Consell de Redacció: Carme Grau, Joan Sala Vila
 Col·laboradors: Maria Capel, Anna Mª Llopis i Melody Moreno
 Assessorament lingüístic: M. Gràcia Balada
 Disseny i maquetació: CiC Comunicació
 Impressió: iGrafic Granollers, S.L.
 Dipòsit Legal: B-17.858-2006
 Fotos: Josep Alcaraz

La redacció d'Oncovallès no comparteix necessàriament les opinions expressades en les col·laboracions. Es demana que tots els escrits vagin signats i que, en els comiats, hi consti el nom.



Salutacions

El repte del dia a dia

Carme Esteve i Orti

Gerent de l'àmbit territorial Barcelona Nord de la Regió Sanitària de Barcelona

El càncer és una malaltia que, avui en dia, s'ha convertit en habitual en el nostre entorn quotidià. Tothom té algú proper que el pateix o l'ha patit i, per tant, el grau de sensibilització i coneixement popular s'ha vist incrementat de manera significativa.

Fa un temps, quan una persona sentia la paraula "càncer", en general, pensava inevitablement en destins tràgics; era el que en deien "el mal dolent". Aquesta actitud està canviant en els darrers anys, i no de manera gratuïta. D'entrada, hem fet una intensa feina en la detecció precoç, recerca i tractament de les diferents patologies oncològiques a nivell mèdic, i això ha permès que afrontem el càncer amb molta més valentia i probabilitats de cura. Però no només la tasca a nivell mèdic ha influït en aquesta evolució favorable, sinó que també s'ha potenciat un aspecte indispensable per superar un càncer: la part emocional. Perquè no sols curen les medicines, sinó un ambient positiu i d'esperit de superació. I aquí hi juga un paper indiscutible l'activitat d'organitzacions com la Fundació Oncovallès.

Oncovallès és un clar exemple que una malaltia veu incrementada exponencialment les possibilitats de cura si, a banda dels procediments mèdics necessaris, es tracta també a altres nivells, amb la implicació de la societat civil que suposa. I ho fa amb l'acció directa al malalt, però també al seu entorn més proper: els familiars i amics que estan al seu costat. En aquest sentit, proporciona un suport emocional especialitzat tant als pacients com als familiars que és cabdal per aconseguir enfrontar-se i lluitar contra el càncer en les millors condicions. A banda d'un suport terapèutic, Oncovallès també aporta recursos dins els programes de treball social que té la fundació per tal de donar cobertura i suport als pacients i familiars des de diferents àmbits. Aspectes que van des de l'atenció nutricional o fisioterapèutica fins a la logopèdia o Servei d'Atenció a Domicili. Però, a més, Oncovallès va un pas més enllà promovent de manera molt activa la cultura de la salut. Així ho demostra la seva aposta clara per l'educació sanitària de la població de la nostra comarca gràcies a la difusió de temes sanitaris vinculats al càncer.

Es tracta d'una tasca digna d'admiració i suport per part de tothom. Per això és un orgull aprofitar aquestes línies per fer un reconeixement públic al gran valor afegit que tots els membres de la Fundació Oncovallès estan donant a les persones que han de conviure amb el càncer. Aquesta tasca ajuda al malalt i al seu entorn a afrontar una de les situacions més difícils de la seva vida... i ens ajuda a curar-lo.

Però el fet que sigui una malaltia estesa i ben coneguda per tots no ens ha de fer abaixar la guàrdia: tenim davant nostre encara un llarg camí a recórrer en la lluita contra el càncer. Segons les dades que recull el Pla Director d'Oncologia, és previst que d'aquí a cinc anys, el 2015, els casos de càncer arribin fins als 46.500. Unes xifres, d'altra banda, força lògiques, ja que es deuen a les previsions d'increment i envelliment de la població al nostre país. Per això hi hem d'estar preparats i des del Departament de Salut de la Generalitat estem treballant en diferents vies per aconseguir minimitzar l'impacte de la malaltia al nostre entorn.

La implementació dels programes de detecció precoç és un dels pals de paller en les estratègies que hem posat en marxa. D'aquesta manera, actualment totes les dones d'entre 50 i 69 anys poden fer-se una mamografia cada dos anys, així com les proves necessàries per detectar el càncer colorectal o el cribatge de càncer del coll uterí amb la implantació de la vacuna del virus del papiloma humà en les nenes de 12 anys, per citar alguns exemples destacats. A més, s'ha creat un circuit de diagnòstic ràpid per als càncers de mama, colorectal i pulmó, gràcies al qual aconseguim que el temps entre l'aparició d'una sospita fonamentada de càncer i l'inici del tractament no superi els 30 dies.

El foment dels hàbits de vida saludable també és una peça fonamental en aquesta lluita contra el càncer. I es fa potenciant aspectes que estan a l'abast de tots, com millorar la dieta i evitar el sobrepès, fer exercici físic moderat i regular, evitar el consum d'alcohol i l'exposició solar en excés, o prendre mesures definitives contra el tabaquisme.

A més, en aquest 2010 està en procés de creació el Registre de Càncer a Catalunya, que permetrà conèixer millor l'impacte d'aquesta malaltia entre la població del nostre país, tant en incidència com en mortalitat... i supervivència. Aquests paràmetres seran fonamentals per seguir treballant en la direcció correcta en la nostra lluita contra el càncer.

Avui en dia, el càncer és la primera causa de mort entre els homes i la segona entre les dones. Però m'agradaria remarcar una de les dades que crec que és de les més significatives d'entre les que aporta el Pla Director d'Oncologia: es registra una reducció de la mortalitat en els casos de càncer d'un 1% anual. I això és gràcies a l'esforç de tots els que treballem en la lluita contra el càncer. La nostra tasca és bàsica per aconseguir canviar aquesta tendència. I aquest és un repte que hem d'aconseguir, de mica en mica, dia a dia.

Ciència

"La Lluita antitabac es la primera i més efectiva Via de prevenció del càncer de pulmó"

Dr. Enric Barbeta

Unitat de pneumologia de l'Hospital General de Granollers

Actualment, en el nostre país, el càncer de pulmó és la malaltia oncològica que mata més gent. De fet és responsable de més morts que els càncers de mama, pròstata i còlon junts. Paradoxalment és el tipus de càncer que és pot prevenir més fàcilment, ja que més del 90% del casos de càncer de pulmó es donen en fumadors, i, per tant, si s'eliminés totalment el tabac, aquest tipus de càncer gairebé desapareixeria.

Així doncs, la lluita antitabac és la primera i més efectiva via de prevenció del càncer de pulmó i, per tant, hauríem de donar suport a totes les mesures restrictives amb l'hàbit de fumar.

La detecció precoç

Avui per avui i encara que ara s'eradiqués totalment l'hàbit de fumar, continuariem tenint durant molts anys una nombrosa població que ha estat fumadora i, per tant, susceptible de desenvolupar aquest tipus de càncer. És per això que s'han posat en marxa campanyes de screening o cribatge, que consisteix a fer algun tipus de prova en grups nombrosos de població amb l'objectiu de detectar precoçment la malaltia. Les possibilitats de curar el càncer de pulmó depenen sobre tot del fet que se'n faci un diagnòstic precoç, és a dir quan la malaltia encara està en estadis inicials.

Amb la idea de fer el diagnòstic de càncer en un estadi inicial i per tant amb moltes més possibilitat de curació, en la dècada dels 70 es van fer tot un seguit d'estudis multicèntrics¹, molt ben dissenyats i amb grup control, dirigits a l'screening² de pacients de risc, per edat i tabaquisme acumulat, i basats en la pràctica de radiografies de tòrax i citologies d'esput periòdiques. Tots aquests estudis van mostrar que es diagnosticaven més tumors i en estadi més precoç en el grup sotmès a screening que en el grup control. La taxa de resecció també era superior en el grup sotmès a screening, però la mortalitat no es reduïa en aquest grup. Així doncs durant 20 anys s'ha considerat que, a diferència d'altres tumors (mama, cèrvix, etc.), els screenings en massa no aportaven cap benefici.

A finals dels 90 del segle passat, amb l'aparició d'una nova generació d'aparells de Tomografia Axial Computoritzada, la TAC espiral, que precisa només de 12 a 15 segons per esca-



nejar tot el tòrax i per tant, és aplicable a poblacions nombroses, s'ha plantejat la utilització d'aquesta tecnologia per fer screenings en massa a poblacions de risc³. Amb aquesta tècnica s'obté una taxa de diagnòstics de càncer entre 0,4 i 2,7% en els diferents treballs publicats^{3,4}, amb la major part dels pacients diagnosticats en estadi I. (El càncer de pulmó es classifica en 4 estadis de menor a major gravetat). Desgraciadament, hi ha un considerable nombre de malalts, fins i tot superior al 25%, en qui es troben nòduls d'etiologia benigna^{4,5}, que generen angoixa, proves diagnòstiques invasives i fins i tots toracotomies (operació en què s'obre el tòrax). Els estudis s'han fet als Estats Units i al Japó, països en què l'adenocarcinoma, tumor de predomini perifèric, és el tipus histològic predominant. La TAC és menys útil per diagnosticar càncers de situació central⁴ (escamosos i de cèl·lula petita) fins fa poc predominants en el nostre país. Així doncs, podem concloure que fins al moment no s'ha aconseguit demostrar una relació cost-benefici favorable. Falta demostrar que tinguin efecte sobre la mortalitat i per tant no se'n pot recomanar encara la utilització fora d'assajos clínics.

Els mètodes de screening biològics -marcadors en anàlisi

de sang i alteracions cromosòmiques i genètiques en cèl·lules epitelials de l'esput- estan encara en fase de desenvolupament i recerca 6-8, però amb resultats esperançadors.

Els símptomes d'alerta

Mentre no es millorin els mètodes de screening, qui hagi estat fumador ha d'estar alerta als signes i símptomes clínics de sospita de càncer de pulmó.

Quan ens referim de forma genèrica al "càncer de pulmó" ens estem referint en realitat a diferents tipus de tumors que es desenvolupen a partir de teixits i cèl·lules diferents que tenim als pulmons i que, per tant, tenen comportament diferents. Així la classificació anatomopatològica del càncer de pulmó distingeix quatre grans grups que, a més de les diferències histològiques, tenen també un comportament clínic divers. Aquests quatre grups, per ordre de freqüència de presentació en el nostre medi, són:

Carcinoma escamós o epidermoide.

Adenocarcinoma (inclou el bronquioloalveolar).

Carcinoma indiferenciat de cèl·lula petita (Oat cell).

Carcinoma indiferenciat de cèl·lula gran.

Cada un d'ells té característiques diferents que condicionen la forma de presentació clínica. El carcinoma escamós i el carcinoma indiferenciat de cèl·lula petita tenen una provada relació amb l'hàbit tabàquic, i rarament es diagnostiquen en malalts que no hagin estat mai fumadors. A més són de localització preferentment proximal, és a dir a la tràquea i bronquis més propers i això fa que sovint es manifestin en forma de tos i esputs amb sang.

El carcinoma escamós és el que té menys tendència a fer metàstasis a distància, i per això, en les autòpsies dels pacient que ha mort per aquest tipus de càncer, no es troba afectació fora del tòrax en la meitat dels casos.

El carcinoma indiferenciat de cèl·lula petita és de creixement ràpid, fa metàstasis a distància molt aviat i és el que s'associa amb més freqüència a síndromes paraneoplàsics (síntomes extratoràcics).

L'adenocarcinoma, la freqüència del qual augmenta en els últims anys, és el tumor que més sovint es troba en la perifèria del pulmó (60%) i per tant dona pocs símptomes, sovint es troba per casualitat en una radiografia o una TAC feta per un altre motiu. És de més difícil diagnòstic ja que sovint és massa lluny de la tràquea i no és accessible a la broncoscòpia. L'adenocarcinoma té un subtipus anomenat bronquioloalveolar, sovint de creixement més lent, que té un aspecte en les radiografies que el fan confondre amb una pulmonia.

El carcinoma indiferenciat de cèl·lula gran és el que té una

freqüència de presentació més baixa, sol ser de localització perifèrica i de comportament més incert.

Les manifestacions clíniques de presentació del carcinoma broncopulmonar són molt diverses, segons siguin degudes al mateix tumor, a les possibles metàstasis o a les manifestacions paraneoplàsiques; per això els símptomes i signes de sospita varien segons els tipus histològics.

Tos: el més comú especialment en els tumors centrals (carcinoma escamós i oat cells).

Hemoptisi: indica la pràctica d'una broncoscòpia en qualsevol malalt que hagi estat fumador.

Dispnea (sensació d'ofec): sovint es causada per acumulació de líquid a la cavitat pleural.

Dolor toràcic: apareix quan hi ha afectació pleural o metàstasis costals, més freqüent en els adenocarcinomes. Hi ha un tipus de presentació, anomenada tumor de pancoast, que es caracteritza pel dolor causat per la invasió d'un conjunt de nervis anomenats plexe braquial.

Afonia: és deguda a la paràlisi del nervi recurrent que és el que innerva les cordes vocals. Es dona sobretot en malalts amb tumors de lòbul superior esquerre.

Síntomes neurològics: com a conseqüència de metàstasis cerebrals; és una manifestació freqüent en els carcinomes indiferenciats de cèl·lula petita i els adenocarcinomes.

Síndrome de compressió de la vena cava: apareix sobretot en el carcinoma indiferenciat de cèl·lula petita.

Acropàquia o deformació dels dits en forma de pals de tambor. Encara que es pot associar a diferents malalties, s'associa més freqüentment amb el càncer de pulmó.

Les exploracions complementàries

Aproximadament el 70% dels carcinomes broncopulmonars són de localització proximal, és a dir, accessibles a la visió endoscòpica, i per això la broncoscòpia és la tècnica a través de la qual s'arriba al diagnòstic definitiu en la majoria de casos.

La Tomografia Axial Computoritzada (TAC) sola o combinada amb la Tomografia per Emissió de Positrons són també les exploracions de més ajuda en el diagnòstic i estadiatge del càncer de pulmó.

Per últim només vull recordar que a l'Hospital de Granollers diagnostiquem més d'un centenar de casos nous cada any i que, donat que els recursos empleats en el diagnòstic i tractament del càncer de pulmó no han aconseguit grans resultats quant a la supervivència, mentre es desenvolupen noves estratègies de diagnòstic i tractament, la lluita antitabac és, al moment actual, la mesura més eficaç per lluitar contra aquesta malaltia.



Voluntariat professional

Grups d'Artteràpia a Oncovallès

Montserrat Montané

Màster en Artteràpia per la UB.

Al 2004 ens van proposar des de la Fundació Oncovallès iniciar dos grups d'artteràpia, a fi de col·laborar en la tasca d'oferir un suport emocional i psicològic a les persones que pateixen o han patit càncer, i en algun cas també als familiars d'afectats. La continuïtat d'aquest projecte fins ara, al 2010, fa que pugui sentir-me molt agraïda que s'hagi dut a terme, tant a nivell professional com personal, així com de l'oportunitat de poder compartir a través d'aquest article alguns aspectes d'aquesta experiència, viscuda durant força temps juntament amb la Marta Ballber.

El que s'ha treballat al llarg d'aquests sis anys té un valor afegit, ja que l'artteràpia és encara al nostre país una professió poc coneguda, malgrat que en altres països europeus, als Estats Units o al Canadà, està molt arrelada i fins i tot en alguns inclosa en la seguretat social, com al Regne Unit.

Així doncs m'agradaria aprofitar per poder oferir una idea de què és l'artteràpia i de quina forma pot beneficiar les persones afectades de càncer o els familiars.

L'ATE (Asociación Profesional Española de Arteterapeutas), defineix la nostra professió de la manera següent: "L'artteràpia és una professió d'àmbit assistencial que es caracteritza per l'ús de mitjans i processos artístics per ajudar a contenir i a resoldre els conflictes emocionals o psicològics de les persones". Caldria afegir que l'orientació és psicodinàmica (a hores d'ara hi ha altres formacions amb diferents orientacions), i que la creació artística és una via complementària a la paraula; l'obra no és un fi en si mateixa, ni l'objectiu és proporcionar coneixements artístics, sinó que és un mitjà per facilitar l'expressió personal. Per aquesta raó l'artteràpia està especialment indicada quan hi ha dificultats de comunicació o hi ha coses difícils de dur a la consciència o de traduir en paraules.

Es pot treballar de forma individual o en grup; en aquest últim cas, bona part del benefici té a veure amb la cohesió que es produeix entre els seus membres, amb l'afecte i el suport mutu.

Sovint, al voltant de l'artteràpia, com en altres intervencions d'objectius semblants, hi ha fantasies respecte al terme "teràpia"; potser en el nostre país encara s'associa a trastorns men-

tals, quan en realitat la gent que acostuma a acudir a la teràpia, malgrat les dificultats que pugui estar travessant, acostuma a ser, em sembla a mi, la gent que pertany a la part més sana de la societat, la que té ganes de ser conscient, de veure i viure la vida d'un altra manera. En un món dissenyat per "distreure's", això de ser conscient, de responsabilitzar-se de la pròpia vida, d'assumir la llibertat innata, no està gaire potenciat.

Ja que a Oncovallès és el que més s'ha fet, em centraré en els grups d'artteràpia, que des del principi han estat formats per dones (val a dir que els homes també hi són ben vinguts, però no hi vénen). Segurament la característica que els pot distingir amb més claredat d'altres tipus de grups és la confidencialitat; això, juntament amb el que suposa la possibilitat d'expressar-se amb mitjans artístics, fa que es pugui viure l'experiència de treure enfora i de compartir qualsevol sentiment o situació d'una forma sentida com a segura. D'altra banda, és un lloc on tot allò que un porta pot ser entès de forma molt directa, tenint en compte també que hi ha emocions i pensaments difícils sovint de compartir en l'entorn familiar o en altres contextos. Alhora, es respecta en tot moment el ritme de cadascú; si un té ganes de parlar, parla, i, si no, no ho fa, i d'igual forma pel que fa a treballar amb els materials. El més important és ser-hi i mantenir el compromís amb la resta del grup i amb un mateix.

Per assistir a un grup d'artteràpia no cal saber pintar ni tenir coneixements artístics, ja que la finalitat del que fem és disposar d'una eina més per comprendre. Cal senyalar també que no és un espai on anem a parlar de càncer, ni de res establert; es treballa amb el que el grup porta en cada sessió, i llavors veiem que hi cap tot: els fills, l'abans i el després del càncer, el marit, amics, feines, pèrdues, canvis... Hi cap el riure i el plorar, el parlar o l'estar en silenci mentre es pinta, i amb tot això es va consolidant el vincle entre els membres del grup i jo mateixa.

Quant al treball intern d'aquest grup, el que em sembla més destacable és el seu recorregut. En aquest sis anys hi ha passat moltes persones, que d'alguna manera segueixen presents amb molt d'afecte, però hi ha un cert nombre que ha mantingut la seva continuïtat i ha format un nucli molt sòlid,

com el llevat mare, capaç de mantenir la cultura del grup i de rebre la gent nova, que és com l'aire fresc amb les seves aportacions al conjunt.



En els últims temps el grup està format per persones que pateixen o han patit la malaltia i també per algú que ha estat cuidant i ha perdut un familiar afectat. Aquesta situació, que potser es podria considerar poc òptima en un primer moment, ha estat una excel·lent oportunitat, finalment molt enriquidora, per treballar el sentiments i el punt de vista de "les dues bandes".

El benefici seria en principi millorar el benestar emocional i psicològic de les persones afectades, malgrat que em sembla clar que aquesta millora sempre podrà ser un factor potenciador del benestar físic.

Revisant altres experiències de grups similars, podem

veure que els temes que es treballen tenen molts aspectes en comú, i que podem estar força d'acord en allò que es podria destacar com a més important. En un estudi fet al

Canadà i als Estats Units, ja que el grup estava format per persones dels dos països, les autores, Collie, Bottorff i Long (2006), senyalen els mateixos punts centrals: que els grups d'artteràpia, juntament amb la feina per part de les psico-oncòlogues, poden ser una bona via de suport psicosocial, que esdevenen sovint un refugi on resguardar-se de la tempesta del càncer i de les pèrdues, un lloc on poder potenciar l'autoestima i on sentir-se acceptat, on reduir l'estrès i adquirir més poder sobre la pròpia vida, on ser més conscient i on poder expressar-se lliurement sense judici, on tenir l'oportunitat d'abaixar la guàrdia i mostrar parts d'un mateix que en altres llocs no seria possible. És

també un espai on es revisa i es reforça el sentiment d'identitat, del sentit de la vida i de les seves prioritats. Personalment afegiria que el que acaba sorgint és el sentiment d'apreciació de la pròpia individualitat, alhora que, gràcies al grup, es pot sentir la universalitat de les emocions i vivències, i sobretot que el que pot comportar el càncer i el treball en les sessions és la pèrdua de la il·lusió d'immortalitat; pèrdua que implica un guany molt valuós: una profunda valoració de la pròpia vida, del fet d'existir, ara i aquí, independentment de totes les coses que hi passen.

Montserrat Montané

ORTOPÈDIA DEL VALLÈS

(més de 25 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. 93 870 53 41 - Fax. 93 879 41 37
ortodelvalles@terra.es

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

Jornada d'Oncologia

Jornada d'Oncologia Atenció primària – hospital

Dijous 18 de març 2010

Lloc: Auditori de Can Palots Canovelles

Organitza:

Filial Vallès Oriental ACMSCB

Oncologia Vallès Oriental

ICS-SAP Granollers

-Taller d'Afrontament personal i familiar de la malaltia oncològica i la seva evolució.

Moderadora: Sra. Assumpta Trias, DUE, PADES Granollers.
Sra. Carme Cortès, Psicòloga, Unitat Oncologia, HGG,
Fundació Oncovallès.

Sra. Olga Bosch, Psicòloga, PADES – CREU ROJA.

Dintre de la jornada d'Oncologia la ponència titulada "Afrontament personal i familiar de la malaltia oncològica i la seva evolució" va començar amb una introducció del tema de la malaltia oncològica i les seves característiques especials. També es va parlar de les repercussions personals i familiars que representa per als afectats. Es va descriure l'impacte emocional del



diagnòstic i del tractament d'una malaltia oncològica, així com els diversos tipus i respostes d'afrontament que manifesten tant els pacients com les famílies i els cuidadors. Com a part central de la ponència es va fer una descripció/ reflexió de les principals emocions associades al procés llarg de la malaltia.

Per concloure es va dir que els aspectes mèdics i psico-socials tenen la mateixa importància pel malalt de càncer, de manera que l'atenció a les emocions i sentiments del pacient i de la seva família ha de formar part de l'atenció integral de les persones diagnosticades de càncer.

Carmen Cortés

Responsable de Psicooncologia
FUNDACIÓ ONCOVALLÈS



-Taller d'Alimentació:

Sra. Glòria Gómez, Dietista, Fundació Oncovallès.
Sra. Celia López González, ABS Canovelles.

En el Congrés d'Oncologia, va destacar, entre altres activitats, la nutrició dins el marc oncològic. Més de 25 professionals sanitaris, metges i infermeres, van participar en aquest taller, i van deixar palesa la importància de la nutrició al començament dels tractaments oncològics, tant amb la quimioteràpia com amb la radioteràpia. També en tota la malaltia per provar de pal·liar efectes secundaris com els vòmits i les nàusees i aconseguir una ingesta suficient per poder mantenir un bon estat nutricional del pacient.

Tots plegats van arribar a la conclusió que amb les eines necessàries millorarà la qualitat de vida dels nostres pacients.

Glòria Gómez

Responsable de nutrició de la Fundació Oncovallès



FARMACIA ARIMANY

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

Comiat per als amics

Anna Ma Llopis

T'ho dirà la mar
bressolant l'escuma.
T'ho dirà el vent
acariciant la pell.
T'ho dirà el sol
escalfant la ferida.
Que ineludiblement
el ponent n'és present.

Pepi Pagès

Balbina Gramage i Calabuig
Jesús Báguena Martínez
Rosaura Garrell Saló

Reposen en pau

RIS Ò 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



centre de formació de perruqueria i estètica

parc estudi
som el teu futur...



Generalitat de Catalunya
Departament
d'Educació

• **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**

Col·laboracions

Enyorant en Joan Barbany

Joan Barbany i Pujol va néixer a Granollers l'any 1927, sota el bressol d'una família botiguera. Ja des de ben petit va saber què era el negoci de botiguer. Els seus pares li van fer estimar la botiga, tant, que va ser sempre un gran visionari per al negoci. Va estimar tant la botiga que fins a l'últim dia de la seva vida va ser-hi al capdavant.

Però no només va estimar la botiga, en Joan va ser un dels millors esportistes, a la seva joventut, que va tenir Granollers. El seu esport va ser sempre l'handbol, en què va jugar sempre com a davanter i destacar com el gran goleador de la seva època, i per això va tenir el sobrenom d'"El pasmo del Vallès", per la seva fúria goleadora. Juntament amb amics va ser el patró fundador de la Fundació B. M. Granollers. Un esport tan estimat que ho va contagiar a bona part de la seva família.

Una altra faceta, no tan coneguda, va ser la música. Podríem resumir que en Joan va ser un gran amant de tot allò que tingués a veure amb la cultura. A Granollers va ser una de les persones que a qualsevol entitat, persona o grup que li demanés ajuda, sempre li ofería alguna cosa.

En Joan es va casar amb la Lola Grau i d'aquesta relació van néixer la Maria Fe, l'Amadeu i la Gemma.

Què més podríem dir d'en Joan Barbany, doncs que sí, que és veritat que era un enamora't de la botiga, de l'esport, de la cultura..., però si hi ha una cosa que realment estimava en Joan era la seva família,

juntament amb la Lola, intentaven de tenir com més dies millor la taula de casa seva plena dels seus fills, gendres, jove i, sobretot, de tots els seus néts, uns néts que adorava; amb ells havia jugat a handbol, havia sortit a pescar, a buscar bolets, a esquiar, en definitiva, feia d'avi, ja que, com sempre deia ell, "ara em toca fer d'avi". Realment per als qui vam ser al seu costat sempre va ser l'avi Joan.

En Joan ens ha deixat, en diumenge; com va dir el seu fill Amadeu, "era tan bon botiguer que ens ha deixat en diumenge". Sempre portarem alguna cosa d'ell dins nostre, un consell, un somriure, una abraçada, una tarda de pesca, un partit d'handbol, un... allò que cadascú en un moment de la seva vida va compartir amb ell.

Adéu, Joan Barbany. Adéu, avi Joan.

La família Enrique-Doncel, formem part de la Junta d'Oncovallès. Tots junts volem agrair el suport de la família Barbany a la Fundació.

Enyorem les paraules que en Joan ens dirigia els matins, quant ens trobàvem fent un cafè. "Seguiu amb aquesta bona tasca", ens deia somrient. Paraules com aquestes carreguen les piles dels que intentem fer menys feixuc el dia a dia dels nostres pacients i dels seus familiars.

Gràcies, Joan.

Pepi Doncel i Víctor Enrique.

Fundació Oncovallès

Recordant Antoni Botey

Antoni Botey ha tingut sempre un gran compromís amb la ciutat de Granollers, persona molt altruista, sempre preocupat de donar suport als altres en els seus projectes per a la nostra ciutat.

Les seves dites: "la il·lusió supleix sempre les mancances" i "saber valorar les petites coses que resulten sempre ser les més grans".

I la seva filosofia: "ensenyar a compartir sempre amb tothom, sense discriminació" i també "sembla i recolliràs".

L'Antoni, doncs, ha estat sempre un voluntari de mena. I també amb la seva il·lusió involucrava de ple tota la seva família. Amb la seva dona, la Rosa Baró, i també el seu net en Pep van ser uns dels primers voluntaris

d'Oncovallès. I, a més, sempre era present en els innumbrables moviments socials de la nostra ciutat.

Durant molts anys va ser el president del gremi de Galeries d'Art de Catalunya i molt premiat dintre del món de les arts plàstiques per la seva tasca –com ell deia– feta amb molt amor, tal com ell ho feia tot.

El 27 de gener d'aquest any ens va deixar, als 81 anys d'edat. Però abans va posar l'últim esforç per poder reunir tots els fills i poder compartir amb ells el seu últim adéu.

ENS HA DEIXAT UN HOME BO

Anna Ma Llopis

Comiat Fermí Pagès

En Fermí Pagès ens ha dit adéu. En Fermí era un home que, tot i que no tenia una gran talla física, sí que tenia una gran talla moral.

Era una persona excel·lent, molt ben educat i amb un cor com una casa de pagès. Sempre patia per totes les que treballem per ONCOVALLÈS i ens cuidava i, fins i tot, podríem dir que ens mimava amb la seva ajuda i les

seves atencions de tota mena absolutament desinteressades.

Tota la junta d'Oncovallès (delegació de La Garriga) el portarem al cor i el recordarem sempre.

Matilde Arnau

Presidenta

Manel Busquets i Pou ens ha deixat.

La vida contínuament ens dona males passades. Sempre ens dol perdre algú, no importa la seva trajectòria, ni el seu tarannà, la pèrdua dol profundament.

Més profund és el dolor quan aquesta persona ha treballat de voluntari colze a colze amb la gent d'Oncovallès.

En Manel, va ser un dels primers voluntaris. Ens deia mig amoïnats: que podré fer jo? En què us podré ajudar?

No cal dir que ben aviat li varem trobar feina. Ell sempre ha fet de tresorer, primer al carrer Corró i després a la nova Seu.

Quan ja no podia perquè es cansava molt, li portàvem la feina a casa, així quan hi anàvem, fèiem la xerradeta i li fèiem companyia. El que no sabem si li fèiem a ell, o ell

a nosaltres. Sempre disculpava amablement les nostres absències: "ja se jo, que teniu molta feina", ens comentava com si res la setmana passada.

Bon viatge amic Manel, t'enfiles en pau, cap a la Pàtria de la bona gent on trobaràs sense dubte la solidaritat i generositat que durant molt de temps has sembrat entre nosaltres.

T'enduus una bona collita! Reparteix-la a tots els col·laboradors, amics i coneguts que et trobaràs per allà.

De nou bon viatge i moltes gràcies amic Manel! Adéu.

Els teus companys d'Oncovallès.



Assegureu la vostra salut

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

▶ 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: Pi 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

Col·laboracions

Qué significa ser profesional voluntario

«Oncovallès necesita el voluntariado. De otra manera, no podría funcionar. Y su labor, como Fundación, cada día es más importante». M. Cofreces, profesional voluntario.

En la actualidad, el voluntariado está muy extendido. Y ampliamente valorado. Así y todo, faltan voluntarios. Las necesidades son muchas. Aumentan continuamente. Y el aporte personal nunca es suficiente. Además, ha llegado un momento en el que ya no basta dedicar unas horas al voluntariado. Se necesita una mayor implicación. ¿Cómo? Se lo preguntamos a Miguel Cofreces, que lleva más de seis meses colaborando con Oncovallès como profesional voluntario.

— ¿A qué te dedicas en tu vida profesional?

Trabajo en diseño gráfico y publicidad, para diferentes sectores, desde hace más de 20 años.

— ¿Has tenido otras experiencias como voluntario?

No, Oncovallès es mi primer contacto con el mundo del voluntariado.

— ¿Cuánto tiempo dedicas a Oncovallès?

Alrededor de unas cuatro horas semanales. Aunque algunas veces, es un poco más.

— ¿Qué es lo más importante en la labor del voluntario?

La profesionalidad. No como voluntario, sino en una determinada área de actividad. Es decir, su especialización profesional. Además de su interés, claro. Aunque los voluntarios seamos muchos, el que sigue faltando, es el profesional voluntario.. A nivel médico o asistencial está bastante bien cubierto. Pero en otras áreas de la Fundación, no. Por ejemplo, ahora necesitamos un voluntario comercial. Yo me ocupo del marketing directo, elaboro el mailing que se envía y hago el desarrollo gráfico. Pero el seguimiento, el marketing telefónico, las visitas, todo eso es labor de un comercial profesional. Porque él o ella son los especialistas. Saben introducirse en las empresas y conseguir una entrevista para explicar y mostrar cuál es nuestra misión, logrando así el apoyo y la colaboración que se espera de las empresas.

— ¿Porqué recomiendas hacerse voluntario?

Cuando conoces una Fundación como ésta, la actividad que realiza, los objetivos que alcanza, las personas que la integran, el esfuerzo y el cariño que le dedican, realmente te



engancha. Colaboras un día con un folleto, otro con una campaña y vas viendo que, como persona, también puedes ser útil. De una manera desinteresada, aunque no del todo. Si te pasas allí unas horas y entregas, además de tu tiempo, tu trabajo, sabiendo que has participado en algo importante, sales con las pilas cargadas. Te das cuenta de que con lo que tú haces o das, estás colaborando y ayudando a muchas personas que lo necesitan.

— Entonces, ¿el voluntario recibe más de lo que da?

Cuando veo a personas de diferentes edades que pasan por la fundación, o se atienden en otros lugares, se me desmonta todo. Pienso que no hay derecho a que esta enfermedad nos castigue así. Pero enseguida reacciono en positivo y hago lo único que puedo hacer. Ayudar y colaborar para que todos seamos un poco más felices..

— ¿Cómo definirías al profesional voluntario?

Todos necesitamos compartir con los demás. No sólo nuestro tiempo, sino lo mejor de nosotros. En el caso del profesional voluntario, comparte su experiencia y sus conocimientos. A cambio, recibe la satisfacción de haber sido útil a otras personas que, de no haber sido por su colaboración, no podrían tener eso que tú puedes y sabes hacer.

Oncovallès necesita el voluntariado. De otra manera, no podría conseguir. Y su labor, cada día es más importante.

Hebe Prado

Actes Socials

Oncovallès i l'Ajuntament de Vilanova del Vallès arriben a un acord de col·laboració

La Fundació d'Ajuda Oncològica Oncovallès i l'Ajuntament de Vilanova del Vallès han signat un conveni de col·laboració amb l'objectiu d'impulsar programes de voluntariat social en aquest municipi. En la signatura del conveni assisteix l'alcalde de Vilanova del Vallès Oriol Safont, la regidora de salut Yolanda Lorenzo i el president d'Oncovallès, Pere Cladellas.

D'aquesta manera, ambdues entitats col·laboraran a partir d'aquest moment, en programes conjunts de voluntariat social. A més a més, el conveni també contempla la creació d'un marc de treball conjunt en els programes d'atenció al malalt i als seus familiars.

Ambdues entitats han signat un conveni per impulsar programes de voluntariat social a Vilanova del Vallès



Conveni KH-Lloreda S.A.

Conveni de col·laboració entre KH-Lloreda S. A. i Oncovallès, Fundació d'Ajuda Oncològica.

Projecte de Psicooncologia adreçat als malalts de càncer ingressats a la Unitat de Medicina Interna de l'Hospital General de Granollers i també als seus familiars. Un cop rebuda l'alta continuaran el seguiment a la Seu Central d'Oncovallès.

Ajuts com aquest d'empreses solidàries fan possible que Oncovallès camini cada dia al costat dels malalts, per proporcionar-los confort i qualitat de vida.

Gràcies.



- 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

Entrevista

ENTREVISTA a les Germanes Vedruna de l'Hospital de Granollers

Em trobo en un petit despatx de l'hospital acompanyada per la germana Dolors Sitjes. Ella representara a les seves companyes fent de pont entre elles i jo per aquesta entrevista.

Per als que no la coneixen, la Dolors Sitjes, és una de les germanes Vedruna, però, a la vegada, és una dona moderna i actual, molt preparada i qualificada i amb un encant especial que m'ha robat el cor.

Abans de començar l'entrevista vull fer cinc cèntims de la seva fundadora.

Biografia de la fundadora. Joaquina de Vedruna va néixer en una família burgesa. Va estar casada amb l'advocat i terratinent de Vic Teodor del Mas, amb qui va tenir vuit fills. El seu home morí al 1816 i en quedar-se vídua es va traslladar amb els fills a les seves terres de Vic. Allí va ser on va pensar ingressar al convent de les carmelites d'aquesta localitat catalana. Pensament que no va realitzar, perquè l'esperit la va conduir cap a uns altres "camins".

Vida religiosa. Va dedicar la resta de la seva vida a activitats d'ensenyança i assistència als malalts, El seu director espiritual, el caputxí Esteve d'Olot, li aconsellà que fundés, al 1826, la Congregació de las Germanes Carmelites de la Caritat. El bisbe de Vic, Pablo Jesús Corcuera, li va demanar que fos d'inspiració carmelita. El mateix bisbe en va escriure la regla el 6 de febrer de 1826 i el 26 de febrer del mateix any, ella i vuit dones més van pronunciar els seus vots.

Després del desterrament a França entre 1839 i 1843, a causa de les seves idees absolutistes, va tornar i va fundar vint-i-dues comunitats. Tenint en contra els desafiaments produïts per la inestabilitat política, la congregació es va estendre per tot Espanya i Hispanoamèrica.

Mort i canonització. Finalment, la malaltia l'obligà a abandonar el seu lloc com a superiora de l'orde i, encara que morí a causa d'un brot de còlera a Barcelona, durant els quatre darrers anys de la seva vida fou víctima de paràlisi. Morí el 22 de maig de 1854 a l'edat de 71 anys. Joaquina era coneguda pel seu gran sentit de l'oració, la confiança pro-



funda en Déu i la caritat desinteressada. Fou beatificada pel papa Pius XII al 1940 i canonitzada al 1959 pel papa Juan XXIII.

La Congregació de les Germanes Carmelites de la Caritat-Vedruna és present a Granollers des del 1855. Inicien la seva activitat tenint cura de les persones malaltes i dels infants. El 15 de desembre de 2006 s'atorgà la Medalla de la Ciutat, entre altres, a la Congregació de les Germanes Carmelites de la Caritat-Vedruna pel reconeixement a la seva tasca de voluntariat, servei assistencial i acompanyament espiritual de les persones malaltes i dels seus familiars, també de les capes socials més desafavorides, i per la seva intensa activitat en l'àmbit educatiu i a favor del benestar. També s'ha d'afegir que generacions d'exalumnes agraeixen a les Carmelites Vedruna l'ensenyament rebut des del 1859 fins al 1987, a l'escola del carrer Guayaquil.

Quina és la raó de ser de la vostra congregació?

Perquè, per a l'època de 1826, la dona era exclosa de tenir formació. La nostra fundadora era de Barcelona, de família benestant, i ella sí que en tenia, per tant va veure la necessitat de donar educació cristiana i cultura a les noies i a la infància. També se sentia atreta pels malalts. Anava a la nit a vetllar-los, per si sola, no calia que ningú l'hi digués.

Ben aviat es van unir a ella diferents grups de joves que, constituïdes en comunitat van començar a donar resposta allà on se les demanava: hospital de Berga, de Solsona, d'Olot i de Granollers. L'ajuntament els donava la casa i la mantenició i elles atenien tots els serveis que els hospitals d'aquella època generaven. I és de destacar la cura que l'hospital tenia de les persones indigents.

Per mantenir-se, també feien altres serveis a la població i fou així com ben aviat van dedicar-se també a la docència, que generalment era pagada amb espècies.

Quines són les prioritats i accents de la vostra missió?

Són exactament les mateixes que ella tenia: la cura dels malalts i ancians, i l'atenció dels infants i joves, expressada en forma d'educació. I, encara que l'objectiu o missió sigui la mateixa, la "forma" ha canviat considerablement. Nosaltres hem tingut la sort de poder comptar amb el suport que ofereixen les administracions, fet que ha afavorit poder donar resposta a totes les persones, indiferentment del seu estat social.

Per què són tant importants per vosaltres l'educació i la sanitat?

Són importants, perquè tant l'educació dels infants i joves com la cura de la salut -cadascuna amb les seves peculiaritats- porten l'empremta de la seva condició fràgil i vulnerable. I què millor que estar-hi a prop i estimar. És bonic veure com la nostra Congregació no exclou; i en cada país on estem la manera d'educar i cuidar és diferent.

Pensem que l'educació és bàsica i forma mentalitats. Potser els alumnes d'avui seran els polítics del dia de demà. Seran ells qui hauran de determinar la societat del futur. Actualment la nostra missió, pel que és refereix a l'educació, va més enllà de nosaltres. Els educadors laics són els continuadors de l'obra de Joaquima de Vedruna i a nivell de Congregació, des de fa anys que els oferim uns programes de formació en carisma congregacional. Les Vedruna no volem que es perdi aquell estil tant característic que Joaquima va impulsar. La senzillesa, l'alegria, l'amor i la proximitat amb la gent del poble són part del seu llegat. Tot sovint comentem que el fet d'haver estat primer mare de família li va donar una sensibilitat molt característica.

I, quant a la cura dels malalts, mai no hem tingut centres propis, però sí que podem dir que allà on estem "ens ho sentim com a nostre" i hi procurem donar el millor de nosaltres mateixes. Concretament aquí, a l'hospital, hem viscut diferents etapes. Etapes que ens ha portat a caminar amb els ulls i el cor obert i en què les necessitats, també han estat diferents. Les nostres tasques han estat diverses: direcció i supervisió, infermeres i auxiliars, serveis generals i d'altres llocs... I ara actualment, algunes, voluntariat.

Com us interpel·len els malalts i tots els que sofreixen, des la fe i des del vostre carisma?

En el fons del nostre ser sempre hem procurat que qualitat professional i evangeli es donessin la mà. Joaquima de Vedruna, al temps que va ser una dona molt humana, també va ser una dona molt exigent. Volia que les germanes, en el treball, sabessin harmonitzar amor i tendresa amb responsabilitat i professionalitat. Comunitàriament ens sentim cridades a anunciar la Bona Notícia de Jesús i a col·laborar eficaçment en el seu projecte. Alleujar i acompanyar el sofriment i oferir una òptima qualitat humana han estat sempre els nostres objectius fonamentals. I hem procurat donar-hi resposta, no parlant o fent grans "sermons", sinó amb el propi testimoni de vida.

Quins són els reptes avui, o signes dels temps, que us interpel·len a donar una resposta de la fe?

Molt senzill, estimar les persones amb qui ens trobem. Pensem que davant una societat mancada de valors i alhora tan deshumanitzada, transmetre pau, serenitat, estimació, confiança i esperança, des de la proposta de vida que fa Jesús de Natzaret, és ja una bona resposta. Sentir il·lusió per la vida i omplir-la de sentit és una gran missió. Nosaltres en diem "la missió dels petits gestos".

D'on traieu les forces per viure prop dels necessitats, creant fraternitat?

De dos eixos: passió per Déu i passió per la humanitat. Passió que a la pràctica es tradueix en el fet de saber estar amb Jesús i viure des d'Ell. La vida en comunitat, tot i que no podem negar que genera dificultats, és una mediació que ens

ajuda i enriqueix. Sostenir-nos les unes a les altres, posar els bens en comú, pregar juntes, celebrar l'eucaristia, compartir, dialogar, discernir, gaudir del lleure i de la festa... Tots són elements que creen fraternitat i et donen força.

En aquests temps tan canviants, quin sentit té la consagració a Déu i als altres?

Per nosaltres té tot el seu sentit, perquè, de no ser així, penso que ja no hi seríem. El que Déu vol per a la humanitat és que la persona visqui. Sí, que tingui vida i vida en abundància. Déu vol fer de la terra una casa habitable per tothom, on tots ens puguem asseure a la mateixa taula i compartir. Déu ens atrau i de la seva atracció neix el compromís i disponibilitat amb el seu projecte. Personalment visc la consagració des de l'amor i la llibertat i m'omple totalment.

Ara em basaré en les normes que va imposar la primera germana fundadora:

L'amor, com a punt de partida.

Estimar i ser el rostre viu de Déu. Sense fer diferències ni excloure ningú.

La relació familiar, senzilla propera.

Sí, tant el sentit de família com el crear una relació senzilla i propera són un valor molt nostre. Avui en el nostre entorn hi ha molta solitud i hem de pensar que una gran majoria de persones, i més especialment la gent gran, se sent molt sola. És una característica nostra tenir-ne cura. Les persones molt grans generalment no compten. I és per això que a nivell congregacional, l'atenció a aquestes persones és una prioritat.

L'alegria, com a factor essencial.

"Sigueu senzilles i alegres", recomanava Joaquim de Vedruna a les germanes. I a les que estaven a l'escola els deia: "Procureu que mai ningú marxi enfadat a casa". Una paraula amable i un somriure pot arribar a ser molt important per a una persona necessitada.

Una educació motivadora que sorgeix de la part positiva.

La dedicació als joves també va ser una de les seves prioritats. I avui, des de l'educació formal, procurem educar i formar persones que siguin aptes pel demà. Utilitzant les seves paraules deia: "Formeu esperits forts i diligents". Els nostres mestres procuren fer emergir dels alumnes allò que cadascun té de millor en ell mateix.

El compromís amb els interessos dels pobres, la promoció de la justícia i la solidaritat.

Sí, a nivell congregacional des de fa anys ens hem compromès a treballar a favor de l'eradicació de les causes de la pobresa i a promoure la justícia i la pau. Ens marquem objec-

tius per a un període de sis anys. I els últims (agost del 2005), en referència a aquest àmbit han estat: Ètica del suficient, comerç just, desenvolupament sostenible, educació elemental i salut bàsica per a tothom. I el "com" ho desenvolupem, està en funció de les "realitats" on estem. La riquesa d'una Congregació és que podem ser presents en molt llocs, i allà on no arribem unes hi poden arribar les altres. Actualment estem en quatre continents i aproximadament a 24 o 25 països. Ja ho veus, quina diversitat! Pensem que la manera d'encarnar el carisma a cada lloc demana la seva "especificitat". L'important és que el fonamental no es desvirtui: ser Jesús avui tot irradiant esperança i amor sense fronteres.

S'identifiquen amb aquests cinc punts, o la congregació ha canviat prou per ser totalment o parcialment diferent?

Ja ho he anat dient... La forma és molt diferent, però bàsicament i en conjunt és el mateix. Educar, guarir i alliberar.

Quantes germanes formen la comunitat de l'hospital?

En aquest moment, al 2010, deu germanes. N'hi ha dues que fan voluntariat a Barcelona, on atenen persones indigents i la realitat dels "no estimats" (dit amb paraules textuais d'una d'elles); una altra, també treballa a Barcelona a l'escola de Cintra amb nens del carrer. Les set restants estem aquí a l'hospital. I, d'aquestes, quatre estan jubilades laboralment, però no "vitalment", fet que les porta a implicar-se en diferents tipus de serveis voluntaris tant de l'hospital com de la residència. I les tres que encara estem en edat laboral treballam al servei religiós de l'hospital, al sociosanitari i a la residència.

Quan de temps fa cadascuna que treballeu a l'hospital de Granollers?

Molts d'anys. Algunes quaranta. I la que menys, trenta-set anys.

S'ha remodelat l'hospital, vostès hi fan les mateixes tasques o hi ha hagut canvis?

Sí, ha canviat molt. Fins a la dècada dels 60 al 70, les germanes ho fèiem tot i ho portàvem tot. I aquest tot vol dir des de tasques de neteja a tasques de direcció. Ara, en benefici de tots, les coses han canviat i nosaltres podem dir que, sense moure'ns d'aquí a l'hospital, hem estat molt "itinerants". La perpetuïtat en els llocs no és bona per a ningú i un dels objectius de la comunitat, davant dels canvis que sempre s'han donat, ha estat el de ser facilitadores. Actualment el canvi també ens ve donat per la jubilació. Fet que fa molt raonable que les nostres tasques han de canviar.

Viu en el convent o en alguna part de l'hospital?

Nosaltres no som conventuals. Vivim en una part de l'hospital i evidentment la porta de casa nostra sempre està

oberta a tothom. Joaquina de Vedruna volia que les comunitats fossin acollidores, i aquest valor el treballem molt.

Com és paguen les despeses si ara viuen en la pobresa voluntària? I qui us ajuda, a vosaltres?

El cert és que les germanes vam passar dificultats fins a la dècada dels 60 aproximadament. Però a partir dels anys 70 tot i que encara no estàvem al règim de la Seguretat Social la nostra situació econòmica va anar canviant. La Congregació sempre ha tingut un contracte amb el Patronat i aquest s'ha anat modificant periòdicament. Sempre hem estat molt ben ateses, apreciades i valorades. Al llarg de molt anys (fins al 89-90) part de la nostra retribució econòmica l'hem revertida a l'hospital. Amb la concertació amb l'ICS, la situació de precarietat econòmica que durant molts anys va viure l'hospital va anar canviant. I a nivell de congregació, sense deixar d'invertir generosament en dedicació i temps, sí que van prioritzar altres projectes. El Patronat, aquesta contribució nostra, sempre l'ha reconegut i aquest ha estat un dels motius del perquè, en la renovació dels Estatuts de la Fundació, ens van nomenar protectores.

És gratificant treballar amb malalts?

Molt, sempre es rep més que no pas es dona. Per poc que facis l'agraïment és infinit. S'aprèn constantment. L'hospital és una escola de vida. Diàriament estem en contacte amb el sofriment i aquest, vulgues o no, et qüestiona i

et remet a l'Essencial de la vida. Alhora ens permet estar connectades amb la societat. Realitat que ens enriqueix i ens ajuda a relativitzar moltes "coses" que a voltes paralitzarien la nostra donació. Ben segur que si haguéssim optat per la vida conventual rebríem altres coses, però aquestes no.

Se senten realitzades i han complert els objectius envers la missió per a la qual es van preparar?

Sí, ens sentim plenament realitzades i els objectius envers la missió els renovem cada dia. Hi ha èpoques que vius amb més intensitat i sense dificultats, altres que tot t'és més feixuc i sense adonar-te'n entres pel camí de la rutina. Som humanes, i passem bones i males èpoques, com tothom. Ens apliquem a cuidar-nos. Un cuidar-nos que vol dir cultivar l'esperit, donar sentit al viure, sentir pau, practicar el perdó... Per nosaltres, aquesta dimensió és molt important i ens capacita per poder cuidar els altres.

El meu agraïment a aquestes magnífiques germanes, dones lluitadores que tant han fet per la nostra comunitat i que han ajudat Granollers i comarca. També vull fer una menció especial d'agraïment al franciscà Jordi Alcaraz que ha tingut el detall d'ajudar-me a formular les set primeres preguntes. Evidentment deixa entreveure un cert misticisme i profunditat, cosa que sé perfectament que no és al meu abast.

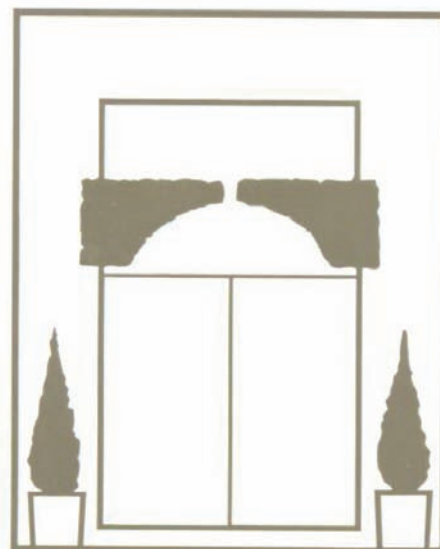
Esther Castanyer

CC COMUNICACIÓN
COMUNICACIÓN GLOBAL

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

Imprenta offset. Imprenta digital. Producción de CD (personalizados). Serigrafía. Carteles.

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



Decoració - Interiorisme - Regals d'empresa

Regals
Ester

Pl. Porxada, 34 GRANOLLERS T. 93 870 69 52

T'informem

Atalaya amb Oncovallès
Pensa-hi !
'La teva salut és la millor bellesa'

19 d'octubre
dia mundial
del de càncer
mama



Juga i fes que tots hi guanyem!



SOPAR COMARCAL A BENEFICI DE LA LLUITA CONTRA EL CÀNCER

a GRANOLLERS - Divendres 12 de novembre 2010
 L'hora està pendent de confirmar.

Xerrada taula rodona:

'Continuïtat assistencial en Oncologia al Vallès Oriental'

Ponents: Dr. Miquel Hernández-Bronchud, Dra. Eulàlia Cladellas,
 Dr. Joan Padrós, Dr. Germà Morlans i Dr. Carles Vallbona.

Tiquets: Av. del Parc 9, 6a planta

No t'aturis i camina amb la malaltia. 2010

SERVEIS	TAULES INFORMATIVES
GRANOLLERS Acollida i acompanyament Visites Concertades Dilluns Logopeda Dilluns i Dimecres Reiki Dimarts, Dijous i Divendres Psicooncologia Dimarts i Dijous Fisioteràpia i Pressoteràpia Divendres Nutrició	GRANOLLERS 19 d'octubre, Dia Mundial del Càncer de Mama.
ATENCIÓ I ORIENTACIÓ	ACTIVITATS (PER RECAPTAR FONS)
Imatge i Ortopèdia	GRANOLLERS I DELEGACIONS Roses per a la Vida Col·lecta anyal Desfilada Tómbola de Joguines Reciclaes Sopar Benèfic Caminada Popular Xocolatada Solidària Mostra d'Entitats Firaestoc Festa literària V Concurs Pepi Pagès (Patrocinat per Pruna i fills) Festa Nadalena: "Pastorets + Torronada" Nadal: Concurs de dibuix Petits grans artistes
TALLERS TERAPÈUTICS	SORTIDES CULTURALS
Dilluns Taller d'Expressió Emocional Dimarts Taller d'Art i Amistat Dimecres Taller de Lletres Dimecres Taller d'Art-Teràpia Divendres Taller de Mobilitat i Coordinació	14 de juliol Visitem Guissona (Patrocinat per Àrea de Guissona). 22 de desembre Nadal
SERVEI DE PSICOONCOLOGIA	D'aquestes sortides en poden gaudir totes les delegacions.
Hospital General de Granollers Fundació Privada Hospital de Mollet Hospital de Sant Celoni Fundació Privada	Vine, t'informarem, orientarem i ajudarem ! Truca'ns ! 93 870 01 67

La sanitat a la nostra comarca. Creixement i ampliació.

El dia 4 de juny el president de la Generalitat de Catalunya, José Montilla va inaugurar el nou CAP a La Garriga.

A la Mútua del Carme, la Consellera de la Salut de la Generalitat de Catalunya Mari-na Geli va inaugurar el passat dia 18 de juny el centre de medicina avançada anomenada CEMAV. Aparells de ressonància magnètica, tac, radiologia convencional, digital i telecomandament i densitometria.

El dia 18 de juliol s'inaugurà el nou Hospital de Mollet del Vallès.

Malgrat encara algunes mancances, ben segur que els nostres malalts hi sortiran guanyant amb aquestes eines noves i modernes.

Santa Agnès de Malanyanes

Col·lecta anual el dia 22 d'agost



Oncovallès al Parlament de Catalunya

El 6 de maig, Oncovallès va tenir l'honor de poder anar al Parlament de Catalunya per donar-se a conèixer.

L'equip en ple va ser rebut per una comissió de Sanitat.

En aquesta important i transcendent presentació, ens va acompanyar la regidora de sanitat Maria del Mar Sánchez per donar-nos el seu suport incondicional com sempre ha fet amb la nostra fundació.

El doctor Carles Vallbona, que no va poder assistir-hi, va escriure una carta per a tots els parlamentaris, a més de demanar-nos que els donéssim a cadascun d'ells el llibre "Amb Granollers al cor". D'aquesta manera podrien veure la tasca d'un dels tallers terapèutics: el taller de lletres.

Un dia especial i entranyable que sempre tindrem en la nostra memòria.

La Fundació

Nous Tallers Terapèutics

Oncovallès sempre avantguardista es proposa donar nous serveis pels seus malats mitjançant tallers on puguin desenvolupar les seves inquietuds artístiques, o bé d'ajuda amb els següents tallers terapèutics:

Taller de Musicoteràpia,

La musicoteràpia té com a finalitat desenvolupar potencials o restaurar les funcions de l'individu de manera que aquest pugui assolir una millor integració intrapersonal o interpersonal i, conseqüentment, una millor qualitat de vida a través de la prevenció, rehabilitació i tractament, objectius terapèutics rellevants per satisfer les necessitats físiques, emocionals, mentals, socials i cognitives.

Taller de Cristal·loteràpia,

- Introducció a les teràpies vibracionals
- Que són els cristalls
- Característiques físiques i terapèutiques
- Breu història dels cristalls
- L'estructura dels cristalls
- Els cristalls de quars
- Drusas
- El cristall personal
- La família del quars
- Com treballar amb cristalls per al desenvolupament persona

Taller de Creixement Personal,

- El poder del pensament positiu
- Influència de la respiració i la relaxació sobre les emocions
- El poder de la suggestió
- Iniciació a les lleis de la ment
- Tècniques de control mental

Dia i hora per confirmar

Apuntant-hi

La unitat mòbil 'Oncologikoa, luz para la esperanza' va fer parada a Granollers

Les sessions informatives es van realitzar a càrrec de personal especialitzat. La unitat mòbil va estar a la ciutat el 3 i 4 d'agost a la plaça Barange (de 10 a 14 hores i de 17 a 21 hores)

Des de l'Ajuntament de Granollers, el departament de Salut Pública i la Fundació d'Ajuda Oncològica Oncovallès, vam fer arribar aquesta campanya d'informació a tots els municipis del Vallès Oriental que hi donem servei, que la unitat mòbil Oncologikoa, luz para la esperanza va fer parada a la ciutat granollerina. Es tracta d'una campanya informativa realitzada des de l'Obra Social de la Caixa de Guipuzcoa San Sebastian,

adreçada a la població en general. D'aquesta manera, la unitat mòbil va comptar amb cinc pantalles informatives. Les sessions informatives van tenir una durada de 50 minuts.

La Fundació Oncovallès



Nueva campaña de captación de fondos

Ayudar produce beneficios

Este es uno de los eslóganes de la nueva campaña de captación de fondos dirigida a las empresas y que les invita a colaborar, tanto por solidaridad, como por los importantes beneficios que aporta esta acción solidaria.

La campaña se apoya en una carta y un folleto explicativo que, bajo el título de **"Ayúdalos, ayúdanos"**, presenta a la fundación y a sus actividades, informando detalladamente por qué, para qué y cuáles son las diferentes formas de colaborar con Oncovallès.

Como ya es habitual, la planificación, creación y producción de esta campaña ha sido elaborada íntegramente en la fundación y a través de nuestros voluntarios.



Oncovallès
Fundació
d'Ajuda Oncològica

18 de maig del 2010

Benvolgut Srs.

Ajudar produeix beneficis

Ajudar, proporcionant a las personas malaltes de càncer una atenció global i eficaç, no sols en els aspectes biològics i orgànics sinó també en tots aquells aspectes psicològics i socials que necessiten aquestes persones i els que els envolten. produeix beneficis importants per a la seva empresa.

Beneficis fiscals:

- Deducció íntegra del 35% de l'import de la quota o donatiu.

Beneficis empresarials

- Aporta valor a la seva empresa:
 - Una empresa col·laboradora demostra la seva sensibilitat i la seva implicació amb la societat.
- Presència de la imatge de marca de l'empresa col·laboradora en els actes que es facin i també en tot el que generin els mitjans de comunicació.

Ajudem les persones treballant en els factors socials que incideixen en el procés salut malaltia, en la prevenció i també en el tractament de problemes psicosocials que apareixen com a conseqüència de la malaltia.

Col·laborem amb els professionals implicats (metges, infermers, fisioterapeutes, treballadors socials, religiosos, etc.), des del moment del diagnòstic i durant tot el procés terapèutic, amb la feina interdisciplinària dirigida cap a un fi comú, el d'optimitzar el benestar i la qualitat de vida del pacient i de la seva família.

Som la Fundació Oncovallès i li presentem un programa que li valdrà la pena valorar i estudiar la possibilitat de qualsevol altra manera de col·laborar.

Agraïm per endavant la seva col·laboració i esperem que els objectius es complin.

Esperem notícies seva.

Cordialment,



Oncovallès
Fundació
d'Ajuda Oncològica

Nuestros objetivos

Oncovallès, Fundació d'Ajuda Oncològica, fomenta con prioridad el bienestar de los enfermos afectados de cáncer, favoreciendo la educación sanitaria mediante la difusión de temas de prevención, factores de riesgo, calidad de vida y aspectos vivenciales y humanos de las enfermedades oncológicas. Proporciona apoyo emocional especializado mediante terapias psicológicas a los pacientes y familias que lo necesitan. También, ofrece soporte y ayuda a los enfermos de cáncer y su entorno más próximo, mediante la movilización de los recursos de la sociedad y los programas de trabajo/ayuda social de que dispone la Fundación. Actualmente, más de cincuenta profesionales están vinculados a la Fundación, la mayoría como voluntarios.

Algunos motivos para colaborar con nosotros

- Más de setenta años de experiencia trabajando en la lucha contra el cáncer.
- Transparencia y buenas prácticas.
- Cumplimos con todos los criterios de una Fundación.
- Auditoría externa.
- Publicación anual de las cuentas.
- Apoyo y reconocimiento social en el Vallès:
 - 1.787 pacientes.
 - 247.600€.
 - 286 voluntarios ocasionales.
 - 34 voluntarios profesionales.
 - 190 entidades colaboradoras.
- Valor de marca.
- Apoyo de instituciones hospitalarias, así como de profesionales acreditados dentro de la medicina oncológica.
- Presencia en medios de comunicación.



Servicios y talleres



Psicooncología
Fisioterapia
Osteopatía
Terapia de Reiki
Trabajo Social
Servicio de ayuda a domicilio
Logopedia



Nutrición y quimioterapia



Cuidado de la imagen



Orientación ortopédica



Terapia a través de los talleres



Conferencias
La salud es cosa nuestra.
Prevención.



Actividades
Participación de los propios pacientes.
Recaudar fondos.



Salidas
Convivencia.
Cultura.



Ayúdalos, ayúdanos
Programa dirigido a personas afectadas de cáncer y su entorno
Apoya esta iniciativa
Oncovallès
Fundació
d'Ajuda Oncològica

Xerrades de prevenció

La medicina de família al teu costat

La xerrada va estat molt profitosa. Més de 50 persones van gaudir d'aquest acte. El metge de família ens pot ajudar també en el dia a dia del malalt de càncer i dels seus familiars. L'equip està format pel metge, una infermera, una treballadora social, auxiliars i administratius. L'atenció primària inclou prevenció de malalties i promoció de la salut, fases terminals, cures pal·liatives i dol, al centre, o a domicili.

Moltes coses noves de les quals la majoria no sabem com arribar ja que moltes no es coneixen.

Al torn de preguntes quedà palès que el metge de família pot conèixer molt bé tant la persona malalta com el seu entorn, i això ho fa tot més fàcil.

La Fundació



Dr. Alejandro Cerracant. Metge de família

Prop d'un centenar de persones participen en la xerrada de Raimon Solà

L'escriptor presentava el seu darrer llibre titulat 'Cómo ser feliz cada día'. La interacció entre Solà i el públic va ser constant durant tot el col·loqui



Prop d'un centenar de persones van participar aquest dimecres en la xerrada de Raimon Solà, que presentava el seu darrer llibre titulat 'Cómo ser feliz cada día'. Durant la xerrada, organitzada per la Fundació d'Ajuda Oncològica Oncovallès, l'escriptor va donar als presents un seguit d'eines per afrontar els problemes del dia a dia i va destacar la importància de valorar tant les coses positives com les negatives. Així mateix, Solà va parlar de "pensar menys i sentir més" i com "les coses necessiten el seu temps". L'escriptor també va posar sobre la taula aspectes com la confiança i l'acceptació.

La publicació de Solà ensenya a pensar amb la ment i sentir amb el cor, superant dificultats i traient el millor de cada persona, ja que la felicitat és una actitud interior, una decisió que es pren cada dia. L'acte va tenir lloc a la sala Once de Granollers.

Marina Careta

Responsable de Comunicació Oncovallès

Taula Informativa - Dia sense tabac 31 de maig

Si fumes, tu també et cremes

Cremes la teva salut

- La teva esperança de vida es pot veure reduïda en 20 anys.
- Tens risc de patir malalties cardiovasculars, càncer de pulmó, de laringe, de boca o bufeta, entre altres.

Cremes la salut dels teus

- El fum causa molèsties i malalties als que t'envolten.

Cremes la salut de tots

- Els més joves poden voler imitar-te.
- I també cremes els teus diners i els de tots!

I si ho deixes...

- La teva respiració es torna més regular i natural.
- Recuperes el gust, l'olfacte i el bon alè.
- La teva pell, el teu cabell i les teves dents tenen un aspecte més saludable.
- Et sents millor i més fort.
- Gastes menys i pots estalviar.
- Allargues la teva esperança de vida i la de tots.



Activitats

KH-Lloreda

Fa ja uns quants anys que per aquestes dates la fundació rep la invitació de l'empresa KH-Lloreda. I un cop allà es fan interessants xerrades dels productes que ja hi ha al mercat o bé de nous que estan a punt de sortir al mercat, se'ns demanen suggeriments i ens aclareixen dubtes que poden sorgir a l'hora de fer servir els seus productes de neteja. Ens tracten sempre amb molta cura i amabilitat, cosa que agraïm any rere any.



Aquesta vegada, com que no es podia fer front a la despesa d'un autocar per desplaçar els assistents, es va optar perquè una representació de l'empresa KH-Lloreda vinguessin fins a la seu d'Oncovallès.

Així doncs el dia 11 de febrer l'Emma i el Jordi ens van venir a parlar dels seus productes Zas / KH-7 / Desic / Sin manchas, etc.

La tarda, encara que fos freda i ventosa, no va frenar l'assistència, que va ser mol concorreguda.

L'Emma ens va anar explicant els noms dels productes i les seves aplicacions més efectives.

Després va començar un joc que ens va engrescar a tots per intentar trobar nom a productes nous. La participació va ser massiva i va fer que tots els assistents s'ho passessin d'allò més divertit, jugant amb les paraules. Es col·laborava amb molt entusiasme per trobar els noms més adients per als productes. Tothom va comentar que va ser una experiència terapèutica i didàctica.

En un ambient tan distès i distret el temps va passar sense adonar-nos-en. Havíem estat jugant una hora i mitja llarga, amb els noms i l'associació d'idees.

D'allà van sortir coses molt interessants i qui sap si futurs logos per poder anomenar productes que han de sortir ben aviat al mercat.

En acabar l'acte, i com sempre fan, els assistents, a més de haver passat una bona estona, també ens vam endur un magnífic detall de la prestigiosa marca, que sempre sap posar la guinda a una tarda tan agradable. Moltes gràcies a la empresa Lloreda per la seva generositat envers Oncovallès!

Anna Ma Llopis

El pintor Emili Lloret realitza una exposició solidària amb Oncovallès

El Restaurant Món Ibèric ha acollit la mostra solidària a càrrec de l'artista granollerí Emili Lloret. El pintor va exposar el seu art en aquest establiment gastronòmic els mesos d'abril i maig amb una mostra titulada "Aus Solidàries", on els visitants poden apreciar obres de Lloret entorn aquesta temàtica. La inauguració de la exposició, va comptar amb la presència del president de la Fundació Oncovallès, Pere Cladellas.

Les obres estaran exposades i a la venda en el mateix restaurant. El pintor, i els restauradors Glòria i Eloi han cedit els beneficis de l'exposició a la Fundació Oncovallès.

"La Fundació Oncovallès, agraeix gestes com aquesta que fan possible la continuïtat del nostre projecte, donar suport als malalts de càncer i els seus familiars."



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

Participació d'Oncovallès a Firaestoc

La Fundació Oncovallès va participar el passat dia 6 de març a Firaestoc, una activitat organitzada des de l'Associació de Comerciants Gran Centre de Granollers. Durant la jornada, la Fundació va recaptar més de 1.000 euros en donatius, superant la xifra de l'edició anterior. Els diners recaptats durant la jornada es destinaran a donar suport als malalts de càncer i als seus familiars.

D'altra banda, Oncovallès vol agrair tots els voluntaris la tasca que van desenvolupar el dissabte, així com la feina realitzada prèviament, i donar les gràcies a totes aquelles persones que es van apropar fins la parada de la Fundació per col·laborar amb Oncovallès tot adquirint un objecte a canvi d'un donatiu. Recordar, a més, que els objectes que es podien adquirir durant la jornada, havien estat donats anteriorment per persones anònimes amb la voluntat de col·laborar amb l'entitat.

La Fundació



Tómbola Solidària

Des de la Fundació Oncovallès volem agrair la solidaritat de tots els visitants de la fira. Cal ressaltar que en un any de crisi tothom va col·laborar com cada any. Totes les joguines es van transformar en euros, malgrat la pluja.

Volem destacar amb escreix la iniciativa del pares que formen generosament els seus fills en la solidaritat per cedir les seves joguines per aquesta tasca. Igualment donem les grà-

cies a Joguines Cladellas per oferir-nos les seves joguines reciclades, a Urbaser per traslladar-les.

Un agraïment especial al president de la fira per cedir-nos l'espai, a tots els voluntaris d'Oncovallès i al voluntariat petit de les escoles de Granollers.

Els diners recaptats aniran destinats als Tallers terapèutics per als malalts i els seus familiars.



Per Sant Jordi, un marc, un llibre i una rosa

El Taller d'Art i Amistat i el Taller Solidari d'Oncovallès ha treballat per Sant Jordi com ja és tradicional.



Ja té 5 anys el Taller Terapèutic d'Art i Amistat! En el que s'hi ha anat creant uns vincles d'amistat i suport molt importants, cada dimarts a la tarda les seves tres monitores tenen cura dels malalts, per si veuen necessari algun altre tipus de Teràpia.

Aquest any neix el Taller Solidari, conduït també per tres monitores i un grup de voluntaris que amb les seves boniques manualitats faran possible que els vallesans continuïn sent tan generosos com sempre.



Com cada any hem estat a Granollers, Mollet del Vallès, La Garriga, Cardedeu i La Roca del Vallès !!!



“Un any més, l'esforç dels nostres voluntaris queda compensat veient les nostres taules plenes de persones que s'apropen fent un donatiu a canvi d'una rosa, un llibre o un marc.”

Des de la Fundació Oncovallès gràcies !!!



joansitjes

1 8 7 4

www.joansitjes.com

Pl. Porxada 25
08401 GRANOLLERS
T. 93 879 40 90 F. 93 879

Pl. Paradís
08500 VIC
T. 93 886 38 58

joansitjes@joansitjes.com

Desfilada 2010

El 28 d'abril es va fer la desfilada de llenceria i roba de bany per a dones mastectomitzades. Per primera vegada es va fer al local social de l'ONCE a l'avinguda Sant Esteve. Cal destacar la generositat i la calorosa acollida que ens van brindar tot el personal.

Ens va saludar i va obrir l'acte la regidora de sanitat, Maria del Mar Sánchez, animant i admirant la tasca d'Oncovallès i el seu voluntariat.



Amb un fons de la Porxada com a decorat van començar fent de nous voluntaris d'animació els alumnes de Parc Estudi amb una passada de roba de Mac Key, amb unes peces informals, al so de la música i amb la gràcia que hi posa el jovent.

Després va començar ja la desfilada de llenceria i bany.

Les models, les mateixes dones afectades que amb molta valentia mostraven el seu cos sense cap mena d'inhibició, amb la mateixa cura que si fossin models professionals, van lluir els models dels dissenyadors d'Anita Care, Virginia i Josep Manel, dos joves innovadors que van presentar uns models que van encantar al públic en general. Les noies van desfilat amb una llenceria sòbria i elegant, adequada a les seves necessitats amb tots els requisits que comporta dur una pròtesi adaptada a la roba interior o a un banyador.



Pel bany uns teixits exquisits de licra de qualitat, resistent a tota mena d'imprevistos com pot ser la pèrdua de brillantor o a la mateixa aigua. Estampats basats en la natura, de flors tropicals, paisatges africans, imitació de pells i geometries. Tot encaixat en els colors de la nova temporada. Vam poder gaudir en extrem amb la diversitat de biquinis, banyadors i tanquins, molt ben coordinats amb tops, pareos, bates vaporoses etc. La meua felicitació per aquesta magnífica col·lecció.

Ris o Llis, com ha fet des de sempre, ens va delectar amb uns pentinats molt creatius adients per a l'ocasió i amb el maquillatge de les models.

Finalment es va fer la desfilada de roba de carrer cedida per Barbany i Mac Key. Les models van presentar la nova col·lecció, unes creacions innovadores, modernes i molt ben coordinades amb complements de molta imaginació com pot ser un cistell amb les nanses folrades amb el mateix teixit de la faldilla.

Molt imaginatiu. Felicitats també a la Rosa Maria i a la Lilita de can Barbany per una immillorable tasca, pel suport que sempre ens donen i per aconseguir il·lusionar amb el models.

Van acabar la darrera passada els joves voluntaris animadors de Parc Estudi i ja s'hi van afegir les models, els dissenyadors i els organitzadors d'Oncovallès, llençant roses a un públic que omplia la sala entusiasmat per la bona tasca i l'esforç que hi van posar tots els que van col·laborar en aquesta desfilada.

Des d'aquestes pàgines vull agrair a l'ONCE haver-nos cedir-nos amablement una vegada més el seu local.

Esther Castanyer

Festa Literària

El 16 de juny a les 6 de la tarda, Oncovallès va celebrar el cinquè aniversari de la "Festa Literària" i premi de poesia Pepi Pagés, que va constar de dues parts ben diferenciades entre si.

En primer lloc, les més de 150 persones que s'hi van apropar, van poder gaudir de l'obra representada pel grup de teatre "Mandala" del taller terapèutic d'expressió emocional, "Plats bruts" adaptació de la sèrie del mateix nom que es va emetre a TV3, amb unes divertidíssimes seqüències que van fer les delícies dels assistents al acte.

Ens van delectar amb la seva professionalitat: Nati Jiménez, Nani Minguillón, Amparo Marcos, Iman Karim, Anna Baqué, Teresa Chafer, Tina Belmonte i Anna M. Llopis, sota l'excel·lent direcció d'Olga Pey.

La segona part dirigida i presentada per l'escriptor tan arrelat a la nostra ciutat Joan Sala, amb la presència a l'acte de la regidora de salut M. del Mar Sánchez va donar pas als premis de poesia.

Després d'una tasca molt acurada i molt difícil, el jurat, constituït per Francesc Circuns, poeta i crític de cine, Salvador Estany, poeta i doctor en psicologia i Joan Sala, poeta, crític d'art i conseller de redacció d'Oncovallès. Van atorgar el primer premi de la modalitat lliure a Valentí Ribes, per l'obra "Núvol de tarda". El segon el va guanyar Àngel Fabregat i Morera per "Som amb el foc". Pel tema "Conviure amb la malaltia", se'l va endur Rossend Sellarés i Obradors per "La gruta blanca".

El lliurament de premis va anar a càrrec de la família Riera Pagès i Pere Cladellas.

Oncovallès vol agrair a la delegació de la ONCE de Granollers haver-nos cedit l'espai. A Pepi Doncel, la col·laboració en el



Joan Sala. Escriptor i crític d'art

maquillatge; a Jaume Vilardell, en el so; a Emilio Miguez, en el grafisme; a Miguel Morell, en la fotografia. També dóna les gràcies a Àrea de Guissona, Caves Freixenet, Imma perruquers, Park tintoreria, i Pruna i fills que van patrocinar els premis de poesia.

També el nostre agraïment als tallers de lletres, al d'art i amistat i al solidari, que han volgut participar en aquest acte tan entranyable. I encara més a les nostres actrius, perquè sense el seu esforç i il·lusió posats en els assajos la festa no seria ben bé la mateixa.

Així mateix, Oncovallès vol agrair a Valentí Ribes la seva solidaritat amb l'entitat, ja que ha donat la meitat del premi a la Fundació.

La Fundació Oncovallès viu de la generositat de moltes persones com en Valentí.

Anna Ma Llopis



Poesias guanyadores Festa Literària



Valentí Ribes

"Núvol de tarda"

de Valentí Ribes

No podeu escollir el destí

No podem escollir el destí,
ni quines músiques han d'acompanyar
la veu que ens parla.

No podem decidir
sobre el desig d'ulls
que escalfen la nit,
ni sobre el bullir de la sang
quan gronxa el vent de tempesta...

Les teves paraules
han encès el meu cor;

ara,
només hi ha ànsia,
delera...

no hi ha tranquil·litat,
sols uns llavis que volen beure
un glop del teu alè,
per a escampar-lo per un mar
que avui esdevé més blau.

Els meus ulls es lliuren
al destí d'una onada tranquil·la,
escadusser batec
que vol copsar-me el seny.



Àngel Fabregat i Morera

"Som amb el Foc"

de Àngel Fabregat i Morera

Malaptesa

Cada pupitre duu
gravat a la pell
el nom del nostre
primer amor.

Aquell que després
desmentíem al pati
de l'escola, si calia,
a cops de puny.

"La Gruta Blanca"

de Rossend Sellarès i Obradors

Endollat
entre sondes i catèters
escruto el sostre
de la gruta blanca,
amoinat
perquè els minuts obesos
no arriben a empassar-se
pel forat del temps;

seixanta d'ells,
ganduls com són,
no sumen pas una hora,
que les lleis que regeixen a fora
aquí a dins són tan sols
paper mullat.

Guerra blanca
armada amb xeringa,
tingues clemència
del captiu vençut i desarmat,
despullat de valor
i mendicant de l'escalf
que tu li pots donar.



Rossend Sellarès i Obradors

Unes cinquanta persones participen en la sortida d'Oncovallès a Guissona

Dimecres al matí, unes cinquanta persones es van aplegar per participar en la tradicional sortida que la Fundació d'Ajuda Oncològica Oncovallès prepara a l'estiu. Enguany, amb l'autocar ben ple, els participants van visitar Guissona però, abans, van fer parada a La Panadella per esmorzar. Un cop es va arribar el destí, es va fer una visita guiada pel casc antic, tot visitant els safareigs, la font del poble L'aigua de la salut, la porta de l'Àngel, la plaça Major i l'església La Col·legiata. Els participants també van visitar la verge del Claustre, que porta una cinta blanca de la que penja una medalla que diu la llegenda que qui la toca té mil dies d'indulgència.

Després de la visita, els participants van visitar les instal·lacions de bon Àrea on van conèixer la història d'aquesta

cooperativa. I és que al 1958, un grup de pioners de l'avicultura i la ramaderia de la Segarra es van unir per formar una cooperativa que els proporcionés els serveis i les matèries primeres necessàries per a les seves granges. L'entitat neixia amb el nom de Cooperativa Agropecuària de Guissona (actualment bon Àrea).

Els participants també van poder dinar a les instal·lacions de bon Àrea on, després, es va sortejar entre els assistents un quadre cedit pel pintor granollerí Emili Lloret, de la col·lecció Aus Solidàries, i un pernil cedit per bon Àrea, que va convidar als assistents a la guia cultural i al dinar. És per això que, en aquestes línies, voldríem agrair la col·laboració de bon Àrea per poder portar a terme aquesta sortida.

Esther Castanyer



Agraïments



Espurnes Famoses

Et pots adornar amb les plomes d'un altre, però mai hi podràs volar.

Lucian Blaga

Les estadístiques són com un biquini: el que deixen veure és suggerent, però el que amaguen és vital.

Anònim

Espanya és un país d'optimistes.

Luís Rojas Marcos

M'encanta una passejada llarga, especialment quan la fan les persones que detesto.

Fred Allen

Acudits

En Pau no sap què comprar a la seva novia per l'aniversari.
— Ai — diu ella —, doncs porta'm a un lloc que sigui car.
Aleshores en Pau la duu a una benzinera.

Arriba un pacient a cal metge i li diu:
— Doctor, doctor, tinc un os a fora!
El metge li contesta:
— Doncs faci'l passar, home, faci'l passar.

En Charles va a una bugaderia. Poc després entra una altra vegada a casa i pregunta a la dona: "Vida meva, quin programa poso a la rentadora?"
— Depèn — contesta la dona. Què diu la samarreta?
— "Universitat de Wisconsin".

Consells pràctics

Menja ràpid, però bé,

segons el doctor Dean Ornish.

Avui en dia és fàcil menjar bé encara que es tingui pressa o s'hagi de menjar fora de casa.

- 1 Busca el més fresc.** El més nutritiu, com la fruita, la verdura i la carn. És sempre al fons del súper, comença a comprar per allà. Si no tens temps de rentar-la compra la fruita que es pela, com el plàtan o la taronja, o les que vénen preparades.
- 2 El més verd.** Alguns restaurants tenen barres amb amanides, però no sempre ens convenen. Tria fruites, verdures i proteïnes magres. Tasta els brots de soja, remolatxa, verdures de fulla verd fosc, talls de pomelo o mongetes blanques. Deixa les salses a banda i mulla-hi la forquilla abans de posar-te-la a la boca.
- 3 Delicatessen.** Demana verdures o salmó al forn amb pa integral en lloc de maionesa o mostassa.
- 4 Begudes i postres.** Si el restaurant té suc, tria'ls! Una xocolatina de bona xocolata negra és un dolç que no aporta gaires calories i té moltes propietats.



Sopa de lletres

Busca a la següent sopa de lletres tretze grups de música.

X	P	R	O	V	I	D	E	N	C	E	X	F	P	M	R	A	F	G	L	F	A	D	A
A	S	G	A	F	X	A	F	A	U	N	J	K	U	G	F	Q	F	G	E	J	L	F	L
N	F	E	S	D	B	L	K	J	F	H	U	W	X	M	E	T	A	L	I	C	A	X	K
H	R	G	I	G	A	X	W	C	M	P	K	X	V	B	N	A	F	H	G	F	S	F	C
P	W	L	S	D	C	C	X	N	O	D	O	U	B	T	H	V	F	C	K	F	D	H	V
A	V	G	F	I	K	V	F	A	S	L	F	X	V	B	N	A	F	G	J	F	I	K	F
O	Y	J	F	E	S	X	D	Z	Q	N	X	B	L	U	R	X	E	L	S	P	E	T	S
S	T	A	K	E	T	A	T	O	X	C	F	U	X	G	O	A	F	N	X	L	Z	G	L
A	O	G	L	E	R	P	F	A	F	V	F	E	A	K	P	A	J	H	N	N	E	K	X
L	P	K	X	N	E	D	X	A	Q	U	A	N	N	J	D	A	G	P	U	C	N	J	C
X	D	J	C	C	E	F	N	L	S	L	F	C	H	W	F	A	L	A	K	V	C	P	V
C	F	I	V	A	X	I	U	G	F	G	F	O	P	F	X	C	A	M	E	L	A	H	G
V	G	H	F	S	N	V	K	J	R	J	F	L	A	N	O	A	F	G	L	D	S	F	K
X	J	A	R	A	B	E	D	E	P	A	L	O	X	F	F	A	V	K	B	F	A	F	J

Solucions

Providence, Oasis, Nodoubt, Metalica, Camela, Aquan, Elspets, Jarabedepalo, Buencolo, Staketato Alasdiezcasa, Backstree, Blur.

Esther Castanyer



Copas A – E



Artículo nº 5742X



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



Oncovallès
Fundació Privada
d'Ajuda Oncològica

Fes un donatiu!
20 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: Data:	☐ 20 euros	☐ 30 euros	☐ 60 euros	
	☐ Altra quantitat	Euros		
	☐ mensual	☐ trimestral	☐ anual	

Oncovallès dona serveis a pacients de 34 municipis del Vallès Oriental

Les seves dades seran tractades amb confidencialitat segons el compliment de les obligacions existents a conseqüència de la Llei Orgànica 15/99 de 13 de Desembre, de Protecció de Dades de Caràcter Personal.



AUS · CARNS · OUS · EMBUTITS
Preus de fàbrica · Autoservei ràpid i àgil

Girona, 88 - GRANOLLERS 93 879 56 88
Alfons IV, 85 - GRANOLLERS 93 879 42 25