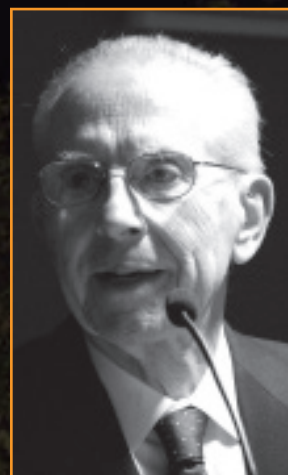


Oncovallès

FUNDACIÓ D'AJUDA ONCOLÒGICA

Butlletí núm. 20 - 2016



GRANOLLERS PLORA
LA MORT DEL
DR. CARLES VALLBONA

Fem pinya!

Sumari



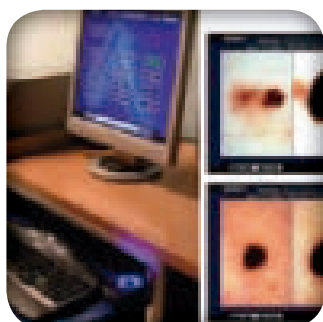
Salutació

Pàg. 3



Homenatge Dr. Vallbona

Pàg. 18



Ciència

Pàg. 4



En primera persona

Pàg. 20



Salut i Prevenció

Pàg. 7



Reflexions

Pàg. 38

Fundació ONCOVALLÈS

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

Av. del Parc, núm. 9 6a planta
Granollers – 08402
Telèfon/Fax: 93 870 01 67
fundacio@oncovalles.cat
www.oncovalles.cat

ONCOVALLÈS és una revista gratuïta.

Si voleu contribuir a mantenir-la podeu fer la vostra aportació al compte de:

La Caixa:

ES81 2100 0009 74 0201308552

O bé feu-vos socis a les nostres oficines

EQUIP DE REDACCIÓ

Edita: Fundació Oncovallès
Coordinació: Carme Grau
Consell de redacció (Taller de Lletres): Paco Monja, Rosa Serra, Paco Galán, Marta Nogués, Pere Cladellas, Ramon Mora, Carme Grau i Maria Sánchez
Col·laboradors: Mercè Pascuet, Dr. Joaquim Sola i Grup de Pades Mollet
Assessorament lingüístic: CNL del Vallès Oriental
Disseny i Maquetació: CiC Comunicació
Impressió: iGràfic Granollers S.L.
Dipòsit Legal: B-17858-2006
Foto arxiu i retoc fotogràfic: Arxiu Oncovallès i Dolors Porredón
La redacció d'Oncovallès no comparteix necessàriament les opinions expressades en les col·laboracions. Es demana que tots els escrits vagin signats.

ANUNCIS D'ONCOVALLÈS

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

La Fundació

Salutació

Iniciem amb molta satisfacció una il·lusionant col·laboració amb la Fundació Oncovallès. Després d'haver participat puntualment en algunes de les accions organitzades per la Fundació, vèiem necessari formalitzar i consolidar aquesta relació per sumar forces amb uns objectius comuns.

La Fundació Oncovallès ha dut a terme una tasca encomiable. En destaca la dedicació de tot l'equip i la passió que posen en tots els seus projectes. És per això que el Circuit de Barcelona-Catalunya s'hi vol implicar al màxim, recolzant i donant suport a totes les actuacions i accions que es fan des de la Fundació, així com posant a disposició les instal·lacions del Circuit com a plataforma de divulgació i sensibilització.

Més enllà de la gran estructura de formigó i asfalt que pot semblar el Circuit volem demostrar que la institució també té ànima. Volem fer costat als nostres veïns per ser un motor tractor, no només d'economia i ocupació, sinó també per crear oportunitats socials a la comarca.

Així doncs, ens sumem a la lluita contra aquesta malaltia, perquè creiem en la Fundació i perquè volem ser partíceps de les accions per sensibilitzar la població, per fomentar la cultura per la salut i per ajudar els qui ho estan patint i el seu entorn familiar.

Malauradament, el càncer és una malaltia que a tots, d'una forma més propera o més llunyana, ens toca viure. I el Circuit de Barcelona-Catalunya es compromet, al cent per cent, en aquesta lluita al costat de la Fundació Oncovallès.



Joan Fontserè
Director general del Circuit de Barcelona-Catalunya

Ciència

El càncer ens afecta a tots

Davant una malaltia greu és molt comú preguntar-nos si ho hem d'explicar als nostres fills petits i adolescents. A molts pares els preocupa com aquesta notícia pot afectar-los i tenen tendència a la sobreprotecció i ocultació del diagnòstic.

Quan parlem de malaltia oncològica aquesta tendència s'agreuja, però hem de tenir ben present que aquesta malaltia afecta tota la família; i que els més joves en són part important.

És impossible mantenir el càncer en secret, la curiositat infantil i juvenil fan que ells sentin converses entre els adults, fins i tot quan creiem que estan distrets; si a aquesta capacitat li sumem la probabilitat que percebin un ambient de secretisme, alguns dels nens és possible que cerquin maneres per escoltar les converses sense ser vistos i notin l'ansietat i angonya dels més grans. Però, fins i tot en els casos on no s'adonen de res, els nens i adolescents noten els canvis dins la rutina familiar i senten que hi ha alguna cosa que no va bé. Ara toca a la seva imatge treballar i fer la resta.

Posem, per exemple, que decidim mantenir el secret i un dia un veí o un company de classe li diu al nostre fill que tenim càncer, quina creieu que serà la seva reacció?

Una de les principals conseqüències pot ser la pèrdua de confiança, ja que el nen pot arribar a creure que l'hem enganyat, cosa que desencadenaria que a partir d'aquest moment no sàpiga distingir si li diem la veritat. Per evitar-ho seria bo explicar-li què està passant, amb sinceritat, i adaptant la informació al seu nivell de comprensió, i obrir d'aquesta manera els canals de comunicació necessaris per poder parlar obertament sobre el procés oncològic amb el nostre fill, al mateix temps que li permetem expressar dubtes, pors i emocions davant el càncer.

Imaginem que hem pogut mantenir en secret el càncer, els nostres fills no s'han adonat de res, i ara hem de començar els tractaments; el nen veu, de sobte, que ens trobem malament, que el cabell ens comença a caure, que estem més cansats, que hem perdut la gana o que el menjar ja no ens prova com abans...

Aquests canvis el poden angoniar i pot arribar a pensar que igual que a nosaltres li pot passar de forma inesperada a qualsevol membre de la família. Per evitar-ho és necessari parlar amb el nostre fill sobre la malaltia i que sàpiga amb antelació els efectes secundaris que el tractament del càncer pot causar.

El grau d'informació que donem als nostres fills dependrà de la seva edat, els nens més petits (fins els 8 anys) no necessiten que la informació sigui molt detallada, mentre que els més grans (de 8 a 12 anys) i els adolescents necessiten saber més sobre la malaltia. No obstant això, tots necessiten informació bàsica:

- Nom del càncer.
- La part del cos afectada.
- Com serà el tractament.
- Els canvis que hi haurà en el seu dia a dia.

També cal emfatitzar:

- Que ningú és responsable de la malaltia.
- Que no és contagiosa.
- Que tota la família lluitarà contra la malaltia.
- Que són estimats encara que el malalt hagi de mantenir-se allunyat d'ells.

Aquests últims punts són importants, sobretot amb els més petits, que es poden sentir responsables de la malaltia, com si el seu comportament afectés directament la nostra salut.

Si volem que els nostres fills no visquin amb més angonya el càncer és millor que els en mantinguem informats, ja que, de la mateixa manera que a nosaltres la incertesa ens provoca malestar, a ells també els afecta i trasbalsa. Tenir la informació ens ajuda a tots a saber en quin punt estem i ens facilita poder elaborar estratègies per afrontar la malaltia. No podem oblidar que el càncer ens afecta a tots.



Mercè Pascuet i Sitjes

Psicòloga Clínica. Psicooncòloga de la Fundació Oncovallès i de l'Hospital de Granollers

El càncer de pell, el més freqüent de tots

El càncer cutani és el més freqüent de la població de pell blanca (1/3 dels càncers). Està augmentant en els darrers anys i està demostrada la seva relació amb l'exposició al sol en el 90% dels casos. Les principals causes de l'augment del càncer cutani són els canvis de l'estil de vida de la població, la creixent exposició al sol i la progressiva reducció de la capa d'ozó.

Les persones més vulnerables a patir aquest tipus de càncer són les que presenten pell més blanca, ulls clars, pèl-rojos o rossos, les que fan tractaments amb immunosupressors, les que tenen més de 100 pigues al cos i els exposats massivament al sol a nivell laboral o recreacional (agricultors, treballadors de la construcció, pescadors...).

Els tumors cutanis es poden dividir, de més a menys freqüents, en:

1. Carcinoma o epitelioma basocel·lular
2. Carcinoma o epitelioma espinocel·lular
3. Melanoma
4. Altres de més rars: carcinoma de Merkel, fibroxantoma atípic, linfoma cutani, dermatofibrosarcoma protuberans, angiosarcoma...

El melanoma és 15 vegades menys freqüent que els dos primers, però és un dels càncers més mortals, que pot metastatitzar més ràpid i afecta a població jove, dels 40 als 70 anys, amb mortalitats mitjanes entorn als 65 anys.

La detecció precoç és determinant per millorar el pronòstic d'aquests càncers, sobretot del melanoma, i es basa en la regla del ABCDE, lesions que són asimètriques en forma o tamany, vores irregulars, colors diferents, diàmetre de >6mm i evolució amb creixement o canvis recents (picor, sagnat, ulceració...).

Cal que la població aprengui a autoexplorar-se la pell, mitjançant la inspecció i la palpació de les lesions que canvien o apareguin de nou, en qualsevol zona de la seva anatomia, i a vigilar també els membres que conviuen amb ells.

Dels carcinomes baso i espinocel·lulars cal tenir en compte, també, el seu important diagnòstic precoç per poder instaurar els millors tractaments i evitar conseqüències desfigurants, sobretot a zones de la cara, i inclús mortalitat en el cas dels espinocel·lulars.

El sol és font de vida, de calor i de vitamina D, però sabem que, en excés, comporta conseqüències nocives i accelera l'envelliment natural de la pell. Resulta especialment nociva l'exposició solar durant els 18 primers anys de vida i les cremades solars a la infància. La pell "té memòria", i és al cap d'uns anys quan el dany causat pel sol dona la cara.

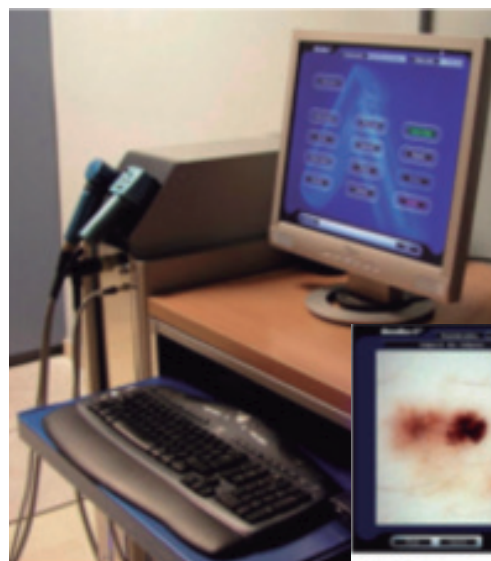
L'activitat preventiva més important és evitar l'exposició solar directa excessiva i les cremades solars. Les cremes solars aïllades no garanteixen una prevenció

suficient del càncer cutani. Cal tenir en compte que una bona protecció del sol també inclou: evitar l'exposició solar entre les 12 i les 16 h, utilitzar robes llargues, ulleres de sol i barrets protectors, buscar l'ombra, protegir els nounats i nens petits de l'exposició directa al sol, evitar-lo durant tractaments amb fàrmacs fotosensibilitzants, ja siguin tòpics o orals i evitar les fonts de llum artificial (solàrium o cabines de bronzejat).

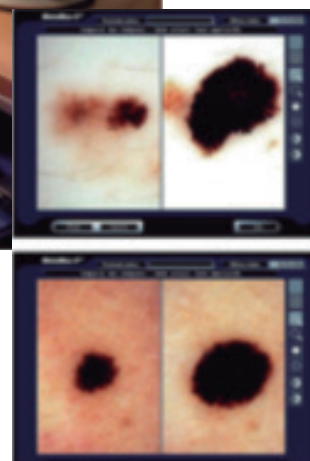
A l'Hospital General de Granollers, la Unitat de Dermatologia, constituïda pels doctors Carlos Muñoz, Joaquim Sola i Antoni Guilabert, aposta per l'excel·lència en la detecció i el tractament precoç del càncer cutani. Durant el 2015 ja s'ha iniciat en la Unitat el tractament quirúrgic dermatològic complex que precisen molts d'aquests tumors i, properament, s'incorporarà una nova tecnologia de control digital de nevus i epiluminiscència, ecografia cutània i teràpia fotodinàmica per millorar el maneig i l'assistència global del càncer cutani a la comarca del Vallès Oriental.



Dr. Joaquim Sola Ortigosa
Dermatòleg mèdicoquirúrgic
Servei de Dermatologia
Hospital General de Granollers



Aparell de dermatoscòpia digital



L'IMPACTE DEL DIAGNÒSTIC EN LA FAMÍLIA

L'aparició de la malaltia de càncer és un esdeveniment imprevisible dins l'evolució de les persones. La seva presència en un membre de la família vulnera la seguretat en ells mateixos donat que en queda palès l'estat de fragilitat.

És un fet que el càncer altera la vida familiar i social. Els pacients i les seves famílies pateixen alts nivells d'ansietat, depressió, repercussions laborals, socials i personals. Si situem l'adaptació del càncer en fases, des del diagnòstic fins a cura o mort, podem ubicar al familiar en cada una d'elles com a membre actiu en tot el seu procés.

La resposta davant del coneixement del diagnòstic d'una malaltia terminal per part de la família és de xoc, atordiment i incredulitat. Els sentiments més estressants que comencen a manifestar-se són ansietat, por, ràbia, tristesa, confusió, i es produirà una impactant alteració psico-emocional i es passarà per un període d'estrès, ja que s'ha d'afrontar la malaltia i la mort de la persona que s'estima, els canvis de rols que es produiran dins del sistema familiar i la preparació per la pèrdua.

El familiar que cuida ha de suprimir el seu dolor i estar fort i serà per proveir al seu ésser estimat de totes les cures que li siguin necessàries.

S'ha de tenir en compte el patiment del cuidador, les seves pors i moltes vegades la solitud envers una situació dura i prolongada de la malaltia, amb reptes pels quals rep poca o cap atenció. No oblidem que tot gira entorn del pacient, i el familiar és una víctima més de la malaltia i el gran oblidat, passa a estar en un pla de vegades molt invisible, però amb molt de patiment "cal cuidar el que cuida".

El familiar en moltes ocasions disposa de més informació que el pacient i és el que sol comunicar-se amb el pacient i l'equip sanitari/social. Aquest fet fa que en ocasions les decisions no siguin compartides amb el pacient i provoqui en el cuidador situacions d'estrès.

Aquí parlàrem de la conspiració del silenci, que sol donar-se en el cuidador/pacient, ningú vol parlar del que passa perquè així creuen que eviten que l'altre pateixi.

Als cuidadors els toca fer tota mena de feines, des de curar ferides fins a gestionar papers, es donen canvis de rols i s'assumeixen tasques, abans compartides o noves per al cuidador, això porta a una sobrecàrrega emocional. Hi ha canvis estructurals i funcionals i, moltes vegades, aïllament social. Intenta cobrir els seus rols quotidians a més del de cuidar, sense atrevir-se a admetre que la situació el supera, que se sent sol o que necessita descansar.

Els costa organitzar-se i de vegades volen cuidar i no poden, i són desconexors dels recursos socials, econòmics i socio-sanitaris.

Sovint el cuidador posa totes les seves capacitats cuidadores en funció de tot allò que envolta la malaltia, i deixa de banda aspectes propis del desenvolupament personal i del grup familiar.

Durant un procés llarg o molt intens d'atenció al malalt podria produir-se una situació d'esgotament o sobrecàrrega física i psíquica que desencadenés en una claudicació o pèrdua de la capacitat de cuidar.

sica i psíquica que desencadenés en una claudicació o pèrdua de la capacitat de cuidar.

Demanar ajut als altres (família, amics...) servirà al cuidador per afrontar la situació de forma més suportable i evitar una sobrecàrrega. Li permetrà no patir un desgast prolongat que pugui afectar tant la qualitat de la tasca del cuidador amb la qualitat de vida del pacient.

El procés de cuidar una persona malalta comença abans per aprendre a cuidar-se un mateix. Si no ens cuidem, difícilment podrem cuidar ningú.

Hi haurà moments en el procés molt durs i de molt de desgast, però també aniran acompanyats d'una situació única i enriquidora. Encara que és una situació molt difícil, cal intentar alternar el fet de tenir moments de tristesa amb moments de "riure", que ajudaran a afrontar els obstacles de la malaltia amb més lucidesa i energia.

És important reforçar que els errors són una cosa natural, que poden ocórrer i que han de servir com a font d'aprenentatge, de manera que evitem que el cuidador tingui sentiments de culpa i fomentem que se senti orgullós de la tasca que desenvolupa, reforçant-lo prèviament.

És important animar el cuidador a expressar els seus sentiments. És una cosa totalment natural i, a més, li servirà per afrontar la situació satisfactòriament.

PAUTES PER CUIDAR-SE

Tenir recolzament espiritual.

Sortir a passejar.

Deixar que la resta de la família i amics participi en l'atenció al malalt.

Fer exercicis de relaxació, de ioga, meditació...

Escollar música que relaxi o aquella que agradi.

Compartir amb família o amics com se sent i què està passant.

Compartir amb el pacient els records de la seva història de parella.

Llegir.

Descansar.

Demanar ajut al seu metge de família si passa per una situació de molt estrès o ansietat.



Equip de Pades Mollet

Salut i prevenció

El Programa de detecció precoç del càncer de còlon i recte arriba a Granollers

- El Programa va adreçat a tots els homes i dones de 50 a 69 anys d'edat i ofereix la possibilitat de realitzar, cada dos anys i de manera gratuïta, una prova molt senzilla per detectar un càncer o una lesió precancerosa.
- El Programa es fa en col·laboració amb les farmàcies, els hospitals i els equips d'atenció primària de la zona.
- El càncer de còlon i recte és una malaltia freqüent a partir dels 50 anys. És el segon càncer més freqüent entre les dones i el tercer entre els homes, i s'estima que es diagnostiquen 5.000 casos nous a Catalunya cada any.

A partir d'aquest mes de novembre els veïns de Granollers es podran beneficiar del Programa de detecció precoç de càncer de còlon i recte.

El càncer colorectal pot desenvolupar-se durant mesos sense produir molèsties i sovint, quan aquestes apareixen, la malaltia ja està força avançada. Els programes de detecció precoç permeten detectar la malaltia en estadis inicials, la qual cosa fa que sigui més fàcil de tractar i n'augmenta les possibilitats de curació.

El programa a Granollers

El Programa de detecció precoç de càncer de còlon i recte es va posar en marxa l'any 2000 a L'Hospitalet de Llobregat i s'està estenent a la resta de Catalunya.

Està adreçat a homes i dones de 50 a 69 anys, període d'edat de més risc i en què la detecció precoç s'ha demostrat beneficiosa. En el cas de Granollers, la població diana, és a dir els homes i dones de 50 a 69 anys, és de 22.212 persones.

En els propers dies, i al llarg del primer semestre del 2016, les persones en aquesta franja d'edat rebran una carta on se'ls explicarà el funcionament de la prova. Les cartes s'enviaran seguint el següent calendari:

ABS Granollers 3 - Centre Est novembre 2015

ABS Granollers 4 - Sud febrer 2016

ABS Granollers 2 - Nord març 2016

ABS Granollers 1 - Oest maig 2016

Com funciona el programa?

El Programa ofereix la possibilitat de realitzar, cada dos anys i de manera gratuïta, un test immunològic per detectar sang oculta en femta no apreciable a simple vista. Els ciutadans que poden acollir-se al programa rebran una carta informativa. Per participar-hi, cal anar amb la carta a una de les farmàcies adherides a la campanya on facilitaran tot el necessari per fer la prova. Un cop realitzat



el test, s'ha de portar a la farmàcia tan aviat com sigui possible.

El resultat es comunicarà per carta passats uns dies. En el cas que la prova surti positiva (és a dir, que es detecti sang en la mostra de femta), s'oferirà la possibilitat de fer una colonoscòpia per descartar cap lesió en el còlon o recte. D'acord amb el pacient també es programaria el seguiment i el tractament del cas, si fos necessari.

El càncer de còlon i recte

El càncer de còlon i recte és una malaltia freqüent a partir dels 50 anys. És el segon càncer més freqüent entre les dones i el tercer entre els homes, i s'estima que es diagnostiquen 5.000 casos nous a Catalunya cada any. És la segona causa de mort per càncer al nostre país (2.100 anuals), i la immensa majoria es produeixen en persones de més de 54 anys.

La majoria de càncers colorectals es desenvolupen a partir d'unes lesions anomenades pòlips adenomatosos, lesions precanceroses. Tant els pòlips com els càncers saguen de manera intermitent i és aquesta sang la que es pot detectar a través de la prova que ofereix el Programa de detecció precoç. Si es detecta en una fase inicial és més fàcil de tractar i més fàcil que es pugui curar, ja que un dels problemes d'aquest tumor és que pot desenvolupar-se durant mesos sense produir cap molèstia.

Aquest és, probablement, un dels millors exemples de com la detecció precoç millora el pronòstic de la malaltia i redueix l'agressivitat dels tractaments.

16 de novembre de 2015



Generalitat de Catalunya
Departament de Salut

Gabinet de Comunicació i Premsa

TALLERS D'IMATGE I ORTOPÈDIA

Noves eines d'imatge i ortopedia

PERRUQUES, BARRETS I MOCADORS

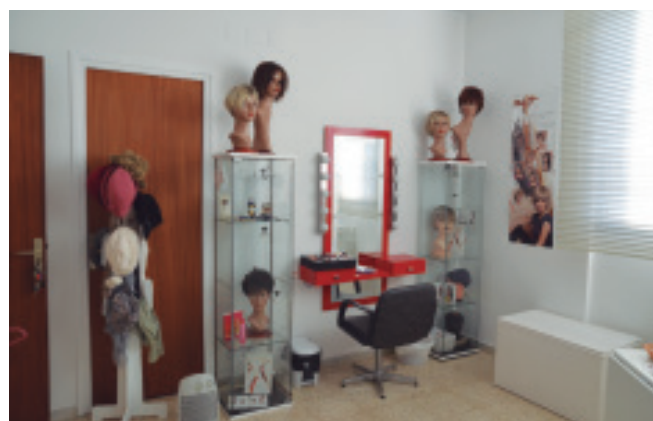
- **Perruques** sintètiques d'alta qualitat o de cabell natural: Pots triar des de les d'aparença més fresca o juvenil, fins a les de gustos més clàssics o sofisticats.
- Per després del tractament també tens **extensions** de cabell per allargar zones concretes.
- Si t'agraden els **barrets** també els pots fer servir amb cabell adherit.
- **Buf** de dia per descansar i/o dormir.
- Per qui decideix portar **mocador**, heu de saber que des del nostre taller de mocadors, podeu aprendre a lluir-los de moltes maneres.

ORTOPÈDIA

- En cas de càncer de mama, hi ha varietat de **pròtesis** adaptades a les diferents edats, **sostenidors** d'una millor qualitat que afavoreixen el drenatge limfàtic, **llençeria íntima** també adaptada i una col·lecció adaptada de **biquinis i banyadors**, per a mastectomies, colestomies i ileostomies.
- Per a limfedemes, tens **mànigues**, **guantellets** per a mans i peus i **mitges**, ja sigui estàndards o fets a mida.
- En cas de càncers ossis, tens **pròtesis** tant per a extremitats inferiors com superiors i segons l'activitat física que hagi de realitzar.

Pel que fa tant a ortopèdia com a imatge, atenem demandes sociosanitàries.

Terapeutes: Esther de Vega, Lourdes Cruz i Marta Remolà.



LA ROCHE POSAY

La Roche-Posay treballa amb cosmètica oncològica i s'afegirà al nostre Taller d'Imatge.

Junts sumem!!

"SANA TU VIDA"

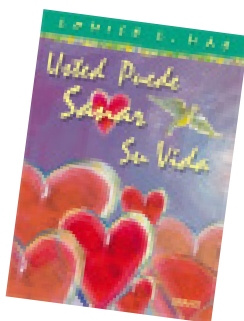
Taller de Autoestima basado en la filosofía de Louise L. Hay.

Amate, Valórate, Siéntete merecedor/a de todo lo bueno que la vida tiene para ti. Reconoce el Ser Especial que tú Eres. ¡¡¡Date esta oportunidad!!!

Este Taller, que ha transformado la vida de miles de personas en todo el mundo, es una oportunidad de reencontro con tu Yo Esencial, de darte permiso para realizar cambios positivos en tu vida, para darte todo el amor que te mereces, como ser especial y único que Tú Eres.

OBJETIVO DE LA FORMACIÓN:

- Identificar tus creencias limitantes y pensamientos negativos y como cambiarlos.



- Sanar tus relaciones
- Transformar la culpa y resentimiento para liberarte y vivir en plena armonía
- Aprender a identificar los mensajes de nuestro cuerpo.
- Reencontrar a tu Niño/Niña Interior y darle todo el amor y protección que se merece.
- Perdonarte y perdonar para vivir una vida plena
- Crear afirmaciones positivas para potenciar en tu vida el amor, la felicidad, la prosperidad...

Juntos vamos a crear un espacio de seguridad y crecimiento.
¡¡Con mucho amor y humor!!



NOU

TALLER TERAPÈUTIC: LA DANSA DEL VENTRE

Vols cuidar-te i passar-t'ho bé al mateix temps?

Aquí tens la resposta, vine al taller de dansa del ventre.

És una dansa que et dóna l'oportunitat d'aprendre a escoltar el teu propi cos.

T'ajuda a manifestar bloquejos emocionals a través de l'expressió corporal, evadir-te de preocupacions, despertar l'amor propi i apujar l'autoestima.

Un taller impartit per una terapeuta amb nou anys d'experiència.

I doncs, t'animes a iniciar-te a la dansa del ventre?

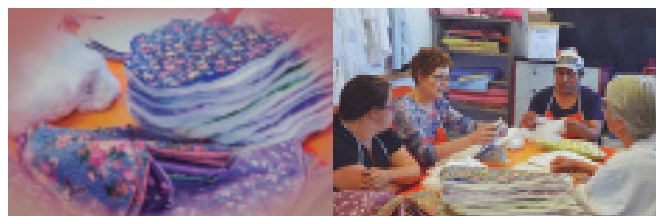


TERÀPIES DE GRUP

Fa més de 13 anys que Oncovallès va començar el primer taller. Avui volem deixar palès que el més important no és el tipus de taller en que treballem.

El grup és el fil conductor per arribar a expressar tot allò que ens angosta.

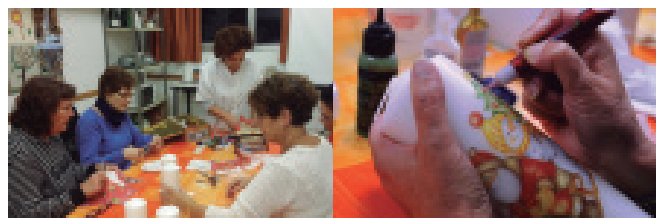
Gràcies a les creacions dels Tallers com el de Reciclatge, el Solidari i el del Coixí del Cor, ens ajuden a aconseguir donatius per donar continuïtat als nostres projectes.



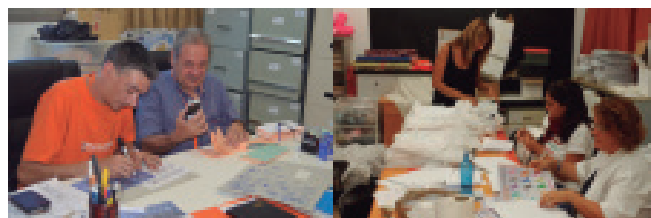
TALLER DEL COIXÍ DEL COR



TALLER DE RECICLATGE



TALLER SOLIDARI



TALLER DE LOGÍSTICA

La campanya de "Suma't al rosa" en motiu de la Diada del Càncer de Mama ha estat tot un èxit

Hi va haver 99 punts de campanya.

Es van repartir 12.000 díptics de campanya, 15.600 llaços i 7.000 espelmes roses per la llaçada.

Això va ser possible gràcies a centenars de voluntaris i col·laboradors.



Plaça de la Corona



Voluntariat en marxa!



Encants solidaris del Taller de Reciclatge



Tómbola de joguines reciclades

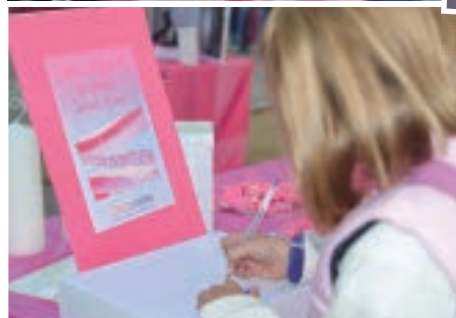
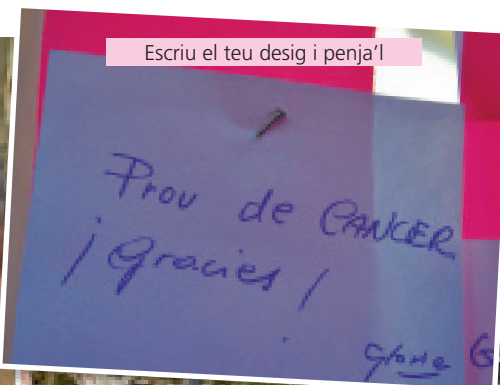


Sempre amb bona companyia

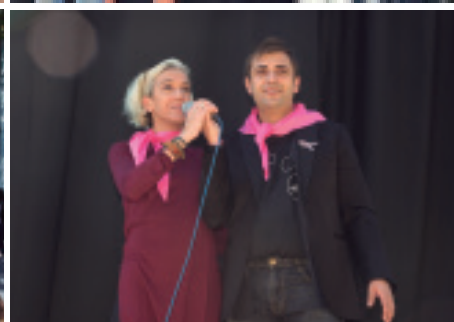


Ja tens la teva espelma per posar a la llaçada

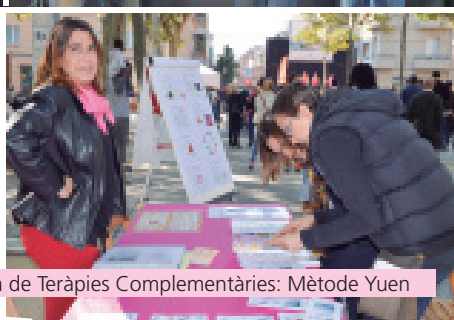
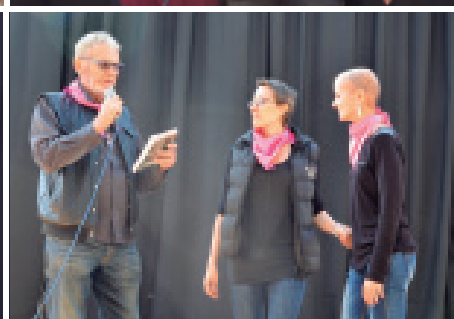
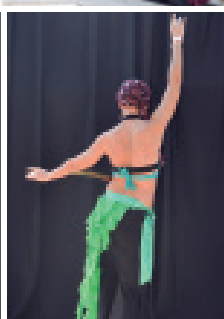
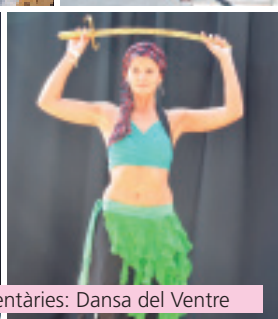




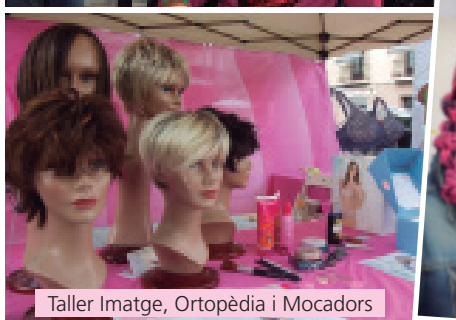
Com sempre, el CNG no pot faltar!



Aula de Teràpies Complementàries: Dansa del Ventre



Aula de Teràpies Complementàries: Mètode Yuen



Taller Imatge, Ortopèdia i Mocadors



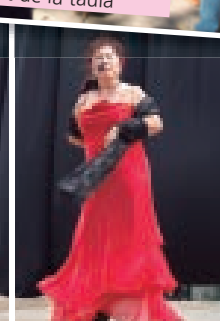
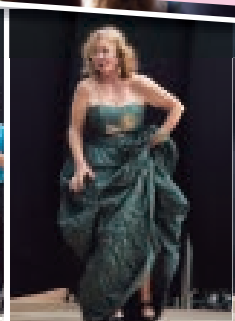
Castell Inflable



Arròs Solidari



Junts al voltant de la taula



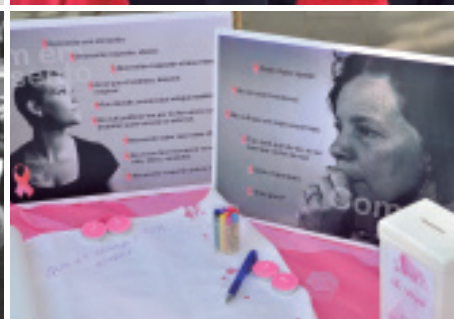
Representació de Flors i Violes



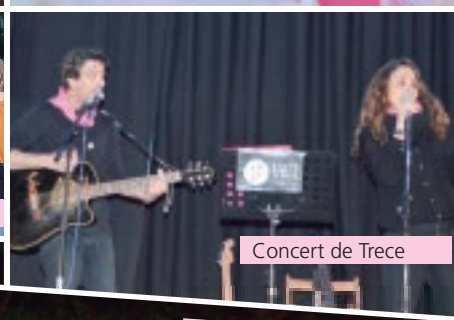
Beatles en acústic de la mà de Get Back



Tallers pels petits voluntaris



Aula de Teràpies Complementàries: Art-teràpia



Concert de Trece



Taller de castellers



Fem pinya amb els Xics!



Llaçada i encesa d'espelmes

Taula informativa perfumeria Marionnaud



Taula informativa Mercat Sant Carles



Farmàcia Viñamata



Farmàcia Parera



Van col·laborar els 41 CAPS i els 3 Hospitals, Salut Pública, la Mútua, Cemav i les Farmàcies. Enguany, s'han adherit a la campanya botiguers i perruquers.

DES DE
1930
PENSANT
EN LA TEVA
SALUT

FARMÀCIA
ARIMANY

ORIENT DE RON A 25,00 M
PLAÇA MALLQUER I SALVADOR, 11
08401 - GRANOLLERS



Esther de Vega
info@estherdevega.com

IMATGE PERSONAL APLICADA A LA ONCOLOGIA

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

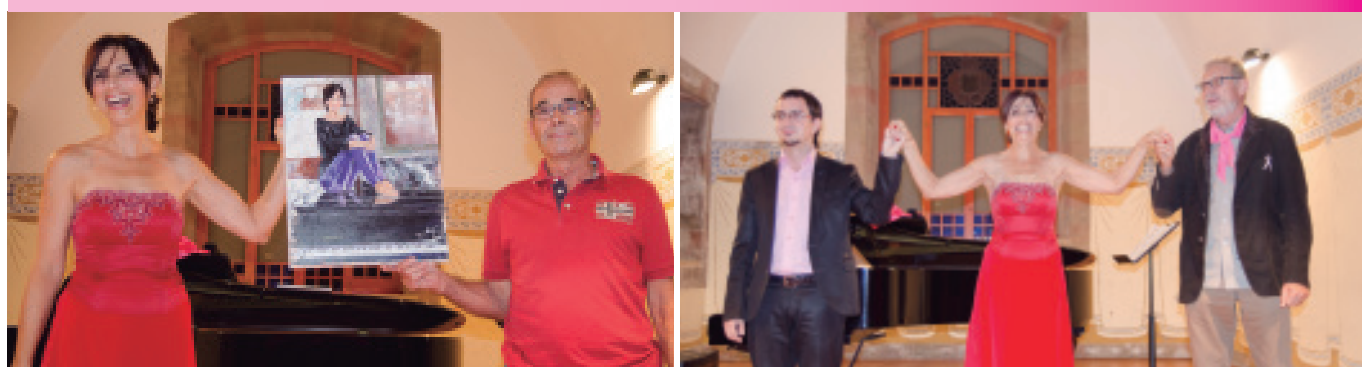
Hospitals de Granollers - Sant Celoni - Mollet



Les Franqueses - Bigues i Riells - Montornès - La Garriga - La Roca



Concert Càncer de Mama - AOVO



La Sylvia Rovira i en Marc Vidal d'Associació d'Amics de l'Òpera del Vallès Oriental ens van oferir un recital solidari. El nostre voluntari i pintor Emili Lloret va obsequiar a la cantant amb una bonica pintura.

Des dels ulls de la Marta

UNA EXPERIÈNCIA INOBLIDABLE

A diferència d'altres dies, aquest dissabte 17 d'octubre no m'ha calgut esperar a sentir l'alarma del despertador. Al primer raig de sol ja he obert els ulls. Sento nervis a la panxa. Avui serà un gran dia. Granollers uneix centenars de persones per una mateixa causa. De fet, no és l'única ciutat... Durant el Dia Mundial del Càncer de Mama es fa homentage als afectats en moltes parts del món; però aquí a Granollers, per mi, avui és especial.

Em ve al cap una imatge de fa un any passejant per aquella ciutat de Canadà, quan encara no coneixia la Fundació, ni m'havia plantejat necessitar-la. La imatge és d'un grup de gent en bicicletes pedalant per conscienciar sobre la importància de fer activitat física com a prevenció de la malaltia. Els somric i segueixo caminant. En aquell moment jo vaig seguir amb la meua vida i els meus plans, però pocs mesos més tard va resultar que aquella causa per la qual pedalaven era la mateixa que trencava i tirava tots els meus projectes per terra.

Tornant al present i caminant direcció a la plaça de la Corona vaig veient tot de gent que vesteix de rosa la ciutat i penso: "Totes aquestes persones estan pedalant per homes, dones i noies que han patit com tu, Marta".

Obro bé els ulls, pressento que coses molt maques passaran i aleshores veig alguns voluntaris informant i posant llaços, d'altres organitzant les taules, inflant globus, una masterclass de zumba i HIIT que fan vibrar l'escenari, quantitat d'amics i familiars que han vingut a recolzar-nos i a regalar paraules d'ànims... En aquell moment m'envaeix un sentiment agredolç. Per una part em sento afortunada de la gent que m'envolta i per l'altre, em sento desorientada perquè prenc consciència de la realitat i em repeteixo en veu baixa: "Marta, has passat un càncer... "i estàs viva...".

Des de feia 9 mesos que només gastava l'energia per sobreviure i llavors, allà, al mig de la plaça, plantada com un estaquirot, mirava els diferents estands, assaboria el caliu que es respirava i m'emocionava.

Haver trobat un lloc, un espai, una família com Oncovallès m'ha enriquit de noves amistats i lliçons de solidaritat. També m'ha donat un dels millors regals, m'ha ajudat a conèixer-me una mica més a mi mateixa.

Em sento tan agraïda que vull compartir aquest sentiment amb la resta i m'entalento a parlar pel micròfon i presentar un dels tallers que ens ajuda a pujar l'autoestima i rescatar-nos de la tristesa, la Dansa del Ventre. Gaudeixo com una nena petita compartint escenari amb la Lourdes, que ens mostra l'elegància d'aquest ball entre música, vels, cròtals i una espasa, fascinant al públic.

Tot seguit, una mostra de Swing que s'encomana, perruques i mocadors que salten a la vista del goig que fan i acompanyen consells per recuperar la nostra feminitat, una olor d'arrossada que em fa agafar gana, grups de música que m'alegren l'oïda, un grup de teatre que m'arrenca una

rialla, la barreja de colors sobre paper que potencien que en els més petits aflori la màgia que porten dins, ulls tapats que revelen si som confiats o insegurs, una humil bola de llana que ens mostra com estem d'units entre uns i altres, tot d'activitats que ens fan aprendre.

Mentrestant, al costat de l'escenari veig roba i joguines esperant una segona oportunitat, una altra oportunitat com la que tenim totes les persones que sobrevivim a aquesta malaltia, per tot això i més, recordo la cruel duresa d'aquest any i m'emociona estar present, participar i gaudir.

La jornada encara no ha acabat, ara ve el plat fort... Apareix la colla dels Xics de Granollers que ens explica quatre coses bàsiques i ens motiven a participar fent la pinya per pujar el pilar.

Abans de començar no puc evitar que se m'escapin algunes llàgrimes. Durant tot el procés de la meua malaltia hem utilitzat, a manera de metàfora, que jo era l'enganxa i la meua família i amics la resta dels castellers. Ara estava a punt de viure-ho en directe. A mesura que el pilar pujava i l'enganxa es preparava per alçar el braç, jo retransmetia la jugada a la meua germana que no podia faltar allà a la pinya. I amb la pell de gallina, amb la tensió que es respirava, vaig sentir les meves pròpies paraules: "l'enganxa ha arribat i aixeca el braç...", "comencen a baixar..." i un dolç: "ja s'ha acabat, ara ja sí, ho hem aconseguit...". Se m'omplen els ulls d'emoció i comparteixo un moment d'alegria amb abraçades i aplaudiments.

Ja s'ha fet fosc i és l'hora d'encendre les espelmes. Tot un llaç, al terra de la plaça, m'il·lumina d'esperança.

Gràcies a tots i cada un dels que voluntàriament, el dissabte 17 d'octubre, us vaueu vestir de rosa, vaueu regalar el vostre temps i la vostra energia per aquesta causa.

Ha estat un dia intens i autèntic, però sento dir que quan s'apaguen les espelmes i comença el nou dia hi ha milers de persones que es segueixen vestint de rosa, agafant-te la mà després d'una sessió de quimioteràpia, donant-te el menjar després d'una dura cirurgia, dormint nits seguides en una cadira d'hospital només per mostrar que no estàs sola, posant l'espatlla per quan vulguis plorar, aguantant l'orella a l'altre costat del telèfon, regalant-te un somriure tot i no ser gens fàcil, o organitzant tallers per facilitar-nos entendre què passa dins nostre. Gràcies a totes aquelles persones que fan que aquest llaç rosa sigui més que un símbol d'una malaltia, i que es converteixi en un acte d'unió ple d'amor, solidaritat i respecte; ja que per a moltes persones cada dia és 19 d'octubre.

Ha estat un orgull i un plaer compartir aquest temps amb vosaltres. Per últim, m'agradaria dedicar aquests moments de felicitat que he viscut al llarg d'aquest dia a aquelles persones que no han pogut venir, perquè la seva enganxa encara no ha arribat a fer l'aleta, i per aquelles que no hi han pogut arribar; descansin en pau.

Gràcies de tot cor.

Marta Nogués
Taller de Lletres

Gràcies

- Cafè kilimanjaro (La Corona)
- Can Bosch
- Dolors Porredon
- Ajuntament de Granollers
- Hospital General de Granollers
- Hospital de Mollet
- Hospital de Sant Celoni
- Institut Català de la Salut
- Associació de Dones Bigues i Riells
- Farmàcia Parera
- Farmàcia Viñamata
- Esther de Vega
- Ortopèdia del Vallès
- Parc Estudi
- La Mútua
- Cemav
- Bankia
- Obra Social "La Caixa"
- CiC Comunicació
- AraGranollers
- El 9 Nou
- Ràdio Granollers
- VOTV
- Disfruit
- Fruiteria 3 Torres
- Comerco
- Xavi Sòria
- Forn Ca l'Espinasa
- Forn de Pa Bretcha
- IGrafic
- Anita Care
- Caprabo La Roca
- Xics de Granollers
- Milnotes
- Swing
- Codina SO
- KH Lloreda
- Club Natació Granollers (CNG)
- Amics de l'Òpera del Vallès Oriental (AOVO)
- Punt de Voluntariat
- Joguines Cladellas
- Get Back
- Trece music
- Hotel Ciutat de Granollers
- Urbaser
- Consorci de residus del VO
- Marionnaud
- ADIM Dones Montornès del Vallès
- Ajuntament de Montornès del Vallès
- CEM Les Franqueses
- Ajuntament de les Franqueses del Vallès

Agraïm també la col·laboració a més de 40 comerços i entitats que han col·laborat a la col·lecta anual.



"LA MÚTUA"

La millor ASSEGURANÇA MÈDICA

— ARA AMB EL —

20% DESCOMPT

LA MÚTUA DE GRANOLLERS
TELF. 93 860 01 56

PLAÇA PAU CASALS S/N · GRANOLLERS · 08402
 COMERCIAL@MUTUA.ORG · WWW.MUTUA.ORG

Promoció vàlida per altes de nous assegurats menors de 65 anys amb la polissa de mèdica relatiu, vigent fins al 30 de juny de 2016.

PER LES COSES PREVISTES. PER LES IMPREVISTES. I EN TOT MOMENT

"LA MÚTUA" SALUT



MAS DE
SANT LLEÍ

La teva boda Ideal

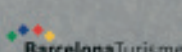


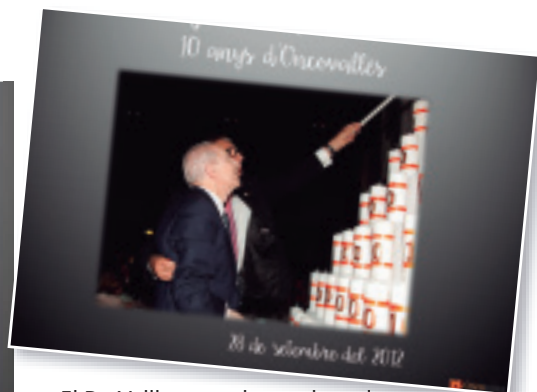
Viu la boda dels teus somnis en un espai espectacular i elegant,
envoltat de naturalesa que emana romanticisme i emoció.
La nostra atenció personalitzada i gastronomia de primera qualitat
són la garantia de l'excel·lència del nostre servei

www.masdesantllei.com

Mas de Sant Lleí és membre de:

Cami de Casa Alta, Ctra. Granollers a Masnou, km 10,5
08410 Vilanova del Vallès · T. 93 845 88 22 · F. 93 845 88 23





El Dr. Vallbona amb membres de la Fundació a la festa del 10è aniversari

moció de la salut amb una dilatada carrera i trajectòria en l'àmbit assistencial i acadèmic. Als anys 50 es traslladà a viure a Estats Units.

Havia estat col·laborador de la NASA i era meritori el seu treball pioner en informàtica mèdica i recerca sobre els efectes de la immobilització en els pacients. També havien destacat els seus treballs en el control de la hipertensió arterial i la diabetis.

Des de 1980 havia estat consultor de la Conselleria de Sanitat de la Generalitat de Catalunya i presidia el Consell Assessor sobre Activitat Física i Promoció de la Salut.

Des de 1994 era membre del patronat de la Fundació Privada Hospital Asil de Granollers, on es va crear l'Observatori de la Salut Dr. Carles Vallbona. Va ser membre fundador de la Fundació Oncovallès i formava part del seu Comitè Científic.

A Granollers, un centre d'Educació Secundària porta el seu nom. A més, Vallbona tenia el títol de Fill Predilecte de la Ciutat de Granollers, des de 1998. Durant la seva vida havia rebut prestigiosos reconeixements: Medalla Narcís Monturiol al mèrit científic de la Generalitat de Catalunya, el 1991; Medalla Josep Trueta al mèrit sanitari, el 2010. El mateix any que el periòdic El 9 Nou li va concedir, per vot popular, el títol de vallesà de l'any.

La mort del Dr. Vallbona commou la ciutat

La notícia de la mort del Dr. Carles Vallbona Calbó als 88 anys a Houston (EUA) el dia 5 d'agost, va colpejar el cor de Granollers i molt especialment també el de tots aquells que el coneixien. Malalt des de feia mesos, el Dr. Vallbona va morir rodejat dels seus familiars més estimats.

Entusiasta col·laborador d'aquesta publicació, ell va ser protagonista d'algunes de les pàgines que vam escriure en l'últim número tot recordant, entre d'altres coses, la Medalla de la Creu de Sant Jordi amb la qual havia estat distingit per part de la Generalitat de Catalunya.

Nascut l'any 1927 a Granollers, va destacar per la seva pro-

"Gràcies per tot, Dr. Vallbona"

Entristits i afligits encara per la seva desaparició, se'ns fa difícil escriure sobre el doctor Carles Vallbona, promotor i fundador de la Fundació Oncovallès i persona estimada per tots nosaltres, ja que teníem en ell un referent en tots els sentits. És per això que voldríem destacar només uns quants aspectes a partir d'unes pinzellades personals que el caracteritzaven.

- "Les senyores primer", deia sovint. El doctor Carles Vallbona mostrava sempre un gran respecte i consideració vers les dones. Era tot un cavaller!

- El veiem encara recordant i enyorant les passejades pel seu Granollers estimat, descobrint coses i cases, famílies que ell coneixia de molts anys enrere.

- Sovint visitàvem la capella dels Sants Metges (Sant Cosme i Sant Damià) i teníem en ell un gran guia, ja que ho coneixia tot.

- Recordo la sortida familiar a Montserrat, amb la seva filla Núria i els seus néts. Va ser un dia que no oblidarem mai. El doctor Vallbona resà i donà gràcies a la Moreneta per haver ajudat a la seva filla, una supervivent de càncer.

- Parlava de la nostra ciutat -del seu Granollers- com si hi visqués. Jo crec que les persones que hi vivim no saben tant de

la ciutat com ell, que feia més de 50 anys que n'era fora.

- Sentia una gran passió per la seva mare. Esperem que el retrobament amb ella li porti la felicitat eterna... En relació amb aquest tema, ens explicava coses de la seva primera casa a Barcelona, on vivia també amb la mare, els estius amb el seu germà a Llinars del Vallès...

- El doctor Vallbona sentia una gran il·lusió per la seva professió i feia tot el possible, i més, per compartir tots els seus coneixements amb la seva ciutat. Sempre deia que el sistema sanitari s'havia de basar en la salut, no pas en la malaltia.

Per acabar, voldríem adreçar-nos a ell amb aquestes paraules: Estimat Carles, les nostres converses, les teves paraules i els teus consells, perduran la resta de les nostres vides. Gràcies per tot, doctor Vallbona.



PERE CLADELLAS-CARME GRAU



La Sala Tarafa va acollir el passat dia 23 d'octubre un sentit i emotiu homenatge al doctor Carles Vallbona.

Sentit homenatge pòstum a la Sala Tarafa

"El doctor Vallbona se situava per sobre de la norma en vitalitat, intel·ligència i empatia. Era un fora de sèrie també en tot allò que no reflecteix un currículum. El seu compromís amb el Patronat de l'Hospital ens ha fet millors", va dir el Dr. Lledó en recordar la tasca realitzada pel doctor al llarg dels darrers anys a l'Hospital.

Per la seva part, l'alcalde de Granollers, Josep Mayoral, va manifestar que "el doctor Vallbona portava sempre Granollers al cap, al cor i als peus". D'ell va destacar també el seu compromís amb la ciutat, l'entusiasme, la personalitat i la humilitat. Mayoral va recordar la tasca que va realitzar el "doctor de les 10.000 passes" i animà els granollerins a posar en pràctica aquest exercici esportiu que complia diàriament per mantenir-se en bona forma. Tots aquests i molts més aspectes van ser ratificats tanmateix per les persones que van intervenir en un vídeo amb declaracions sobre el doctor Vallbona.

Carles Domènech, Roser Soldevila, Montserrat Ponsa, Carme Grau, Pere Cladellas, Glòria Montoy i Carles Serra van relatar històries, anècdotes viscudes amb ell a Granollers, a la Fundació Oncovallès...

El vídeo, realitzat per Carles Riobó en col·laboració amb VOTV, va servir per veure unes fotos que mostraven el doctor Vallbona en un centre sanitari de Houston els darrers dies de la seva vida mentre feia bromes amb les infermeres...

Una part especialment emotiva de l'acte va tenir com

a protagonistes els fills del doctor Vallbona, arribats des dels Estats Units, i els familiars de Granollers. Tots ells van fer un relat personal i proper del pare, avi, tiet... Cal destacar molt especialment les intervencions de les seves filles Núria i Marisa i del seu fill Carlos, que va fer un relat detallat de com i de quina manera va viure el doctor Vallbona les seves últimes hores acompanyat dels seus familiars, que van agrair a Granollers i a tots els assistents a la Sala Tarafa l'homenatge organitzat per l'Ajuntament i per l'Hospital General de Granollers.

"ÚTIL PER A LA SALUT DELS CATALANS"

El conseller de Salut de la Generalitat, Boi Ruiz, va llegir una carta que Vallbona havia fer arribar a la Generalitat el gener de 2012. El doctor granollerí considerava que la situació de la sanitat al país corresponia a "una crònica d'unes retallades anunciades" i proposava una sèrie de sortides. La carta de Vallbona, va dir el conseller, "va permetre trobar una solució" i "va marcar un punt d'inflexió extraordinari a la política sanitària del país". Ruiz va manifestar tanmateix, que "fins a l'últim moment, Vallbona ha estat útil per a la salut dels catalans".

Taller de Lletres

En primera persona

Lourdes Cruz: el repte del Camí

Va fer el Camí de Sant Jaume per complir amb una promesa després de superar un càncer de mama



Lourdes Cruz va fer el Camí després de superar un càncer de mama.

Lourdes Cruz López, de 35 anys, natural de Sant Celoni, treballa en una empresa farmacèutica i, en el seu temps lliure, fa d'assessora del Taller d'Imatge (Taller dels mocadors) d'Oncovallès de Granollers, un projecte molt important per a la Fundació. Ella, com moltes d'altres persones, ha passat per la dura experiència de lluitar contra un càncer de mama feliçment ja superat. El procés de la seva malaltia, llarg i feixuc, va comportar amb ella experiències noves a nivell personal, familiar...

Durant els dos passats anys, la Lourdes va patir dues operacions a l'Hospital del Mar després de passar per la quimioteràpia, la radioteràpia... fins que li van dir finalment que tot estava bé i que passava a la fase de controls. Plena de vida i amb moltes ganes de viure, va voler complir amb una promesa i...

— **Per què va decidir fer el Camí de Sant Jaume després de superar el càncer de mama?**

— Volia veure si era capaç de complir amb una promesa personal que em feia molta il·lusió. Després de passar per moltes dificultats de tota mena, físiques i psíquiques, vaig pensar que havia arribat l'hora de posar-me a prova.

— **Primera etapa.**

— La primera vegada que vaig anar al Camí vaig sortir des de Roncesvalles i vaig arribar fins a Astorga. Era conscient que es tractava d'una promesa, però també tenia clar que si no podia...

— **Ho va fer sola.**

— Totalment sola, sí. El Camí em va regalar moltes coses, entre les quals el fet d'acceptar-me tal com sóc, sense cabell... Vaig tenir la sort a més a més de trobar gent molt maca i tot va ser força més fàcil a partir de l'amistat que vaig fer amb una noia.

— **Això de fer quilòmetres...**

— Cada dia feia uns 27 quilòmetres o més, segons les forces. Caminar és dur, sí, però també té aspectes molt positius. Arribar al final de l'etapa suposa trobar un lloc per descansar, compartir experiències amb amics, dinar en companyia... La primera vegada el

Camí m'espantà una mica, però durant la segona experiència ho vaig viure més intensament.

— **Quan arriba a Santiago finalment...**

— Ho vaig viure d'una manera especial, sí, però afortunadament havia viscut sensacions personals molt importants en d'altres etapes. Encara recordo un dia que vaig rebre una trucada d'una amiga i... vaig començar a pensar, a plorar... Aquell dia crec que em van sortir moltes coses relacionades amb la malaltia que encara no m'havien sortit i això em va ajudar molt. Tot i així, arribar a Santiago sempre impressiona.

— **Què va pensar en aquell moment?**

— Que havia estat molt afortunada en viure una vivència tan maca, una de les millors que jo he experimentat fins ara. I vaig pensar molt en totes aquelles persones que per culpa d'una malaltia no poden caminar, sortir al carrer...

— **És persona de fe vostè?**

— No sóc gaire religiosa però sí que vaig donar gràcies al sant i a moltes persones pel fet d'haver superat un càncer que m'havia fet patir no només a mi, sinó també a la meua família, al meu company... En el Camí tens temps



Arribada a Santiago de Compostela: alegria total.

suficient per pensar en moltíssimes persones i coses de la vida en les quals sovint no hi pensem.

— **Recomanaria l'experiència a d'altres persones que hagin passat per una situació com la seva?**

— Jo diria a aquells que vulguin passar per aquest repte que ho provin. El Camí permet desconnectar, trobar-te amb tu mateix, posar-te a prova físicament i moralment... Pots anar sola, en companyia...

— **En el seu cas, hi ha un abans i un després del càncer?**

— Sens dubte.

— **I n'hi ha un altre abans i un després una vegada fet el Camí?**

— El Camí marca i crea dependència. Estic convençuda.

Taller de Lletres



Digues la teva

Sentiments de mare

Part, dolor i vida.
Pits, llet, amor, molt d'amor.
Contemplació, goig i orgull.
Gasses al sol, colònia d'àngels,
robeta infantil, pots i olles de brou suau.

Primeres passes, el nen ja camina;
primers mots, ja parla;
caigudes i plors, no és res.

Escola: la senyo, els altres,
el germà que també vol néixer.
Companyia per sempre.

Els primers contes, cants, jocs, llibres...
Ets gran: com passen els anys!
Les primeres núvies: que maques!
Nits trencades: on ets?

Desitjos de parella: amor
Casament, fills... moltes alegries.
Treball: tirar endavant.
Tot bé. Tothom al seu lloc.
Més... el temps ens atrapa.
Tens càncer i el teu càncer entra a les nostres vides.

Vivim dimensions desconegudes.

Temors, pors, preguntes:
Què t'han dit?
Mots impronunciables, mare: químiu, ràdio...

A partir d'aquí, camí de pedres, nits
d'insomnis.
Endavant, força i lluites,
visites mèdiques, control de dates.
Desitjos de recompenses al ulls dels néts.

Dubtes, temors:
Ajudes?... ho faig bé?
Actituds heroiques de familiars,
voluntat, tenacitat... Ja ploraràs a casa.

Cotxes amunt i avall
i tu ferm com una roca.
Estimat i acarolat, donant-te vida, la teva dona
i els teus fills.
El teu alè fort i serè ens consola.

Els tractaments no paren.
Maleïdes químiu!
Beneïdes químiu!

Visita: els tumors s'han reduït.

Gràcies, Déu meu!
Pregàries i clams al cel:
és el meu fill, escolteu-me.

Llargues esperes, silencis, paraules fines,
esperances, moltes esperances!
La ciència avança,
investigacions, estudis...

Estàs en mans de bons metges.
El teu comportament és exemplar.
A casa els telèfons no paren de sonar
i sempre estem amb l'ai al cor.
Voldria ser la bella dorment!

Et vull tornar a tenir al meu ventre i protegir-te.
Mitges rialles, angoixes,
cal posseir el do de la magnanimitat,
escoltar els sons del cor.

Canvio la meua vida per la teva,
més quina festa que ens espera
quan em diguis: mare, l'hem vençut.

Granollers, 22 d'abril de 2015

Una mare

DESCOBREIX UN MON DE BELLESA A DEPILINE

- la millor relació qualitat preu**
 - Tenyeix-te amb Abril et Nature **5,90€**
 - Depilació cames senceres amb cères d'un sol ús **8,50€**
 - Esmaltat permanent marca Thuya **13,90€**
- tot per sentir-te única**
 - depilació
 - estètica
 - nutrició
 - perruqueria
 - fotodepilació
 - complements
 - bronzejat
 - moda
- pensant en tu**
 - de dilluns a dissabte de 9 a 21h **SENSE CITA!**

Plaça de la Corona, 16 · GRANOLLERS · t. 93 879 11 59

A l'entorn d'Oncovallès

Oncovallès aplega més de 200 persones a la gala benèfica

Amb l'assistència de la vicepresidenta del Govern i consellera de Benestar Social i Família, Neus Munté, l'entitat va dedicar un sentit homenatge als doctors Carles Vallbona i Josep Maria Campos, i al pintor Jaume Icart. La Taula Rodona sobre les cèl·lules mare va comptar amb la participació de la doctora Judit Anido i el doctor Àngel Raya



Gran resposta social del Vallès

Més de dues-centes persones van assistir el divendres dia 30 d'octubre, al vespre, a l'Hotel Ciutat, a la XIII Gala Benèfica de la Lluita Contra el Càncer, organitzada per la Fundació Oncovallès. Abans de la celebració i com ja és costum, va tenir lloc una taula rodona sobre Cèl·lules mare, medicina regenerativa i càncer, que va comptar amb la participació de la doctora Judit Anido, investigadora de l'Institut d'Oncologia de Vall d'Hebron, i del doctor Àngel Raya, director del Centre de Medicina Regenerativa de Barcelona.

Segons aquests dos especialistes presentats pel doctor Miquel Hernández-Bronchud, les cèl·lules mare centren especialment, dins el camp de la investigació en la lluita contra el càncer, la major part de l'atenció mèdica. El doctor Raya es va referir a les cèl·lules pluripotents o induïdes creades en el laboratori com una possibilitat amb garanties per fer més efectiva la lluita contra el càncer.

En el cas de les cèl·lules mare dolentes, "atacar-les amb la seguretat que no es reproduiran més" s'ha convertit en un dels principals reptes que tenen els investigadors. Culpables de la majoria dels càncers, aquestes cèl·lules aconsegueixen, segons va destacar la Doctora Anido, "reproduir-se novament si no se les talla des de l'arrel".

Un dels aspectes que més preocupa actualment als metges que estudien el càncer i el seu desenvolupament està relacionat amb la seva mutació, que pot ser ben diferent en cada cas.



Taula rodona

Per aconseguir avançar més en el camp de la cura, com ha passat en el cas del càncer de mama, caldrà avançar tanmateix en el estudi del codi DNA de cada persona. Segons la doctora, "el tractament dels càncers serà cada dia més individualitzat i més personalitzat, ja que les cèl·lules mare no actuen sempre igual". Això fa, va remarcar Anido, que els mateixos tipus de càncer no afectin igual a tothom. A la taula eren presents, també, Pere Cladellas, president de la Fundació Oncovallès, i Josep Mayoral, alcalde de la ciutat.



Pere Cladellas, Carme Grau

Sentit homenatge als doctors Vallbona i Campos i al pintor Icart

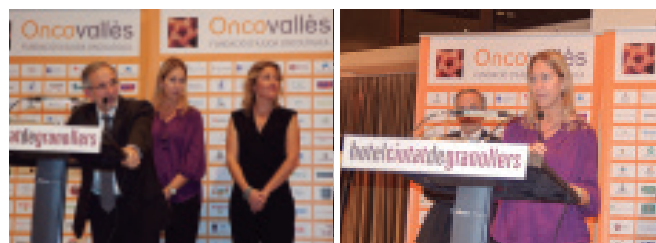


Dr. Miquel Hernández-Bronchud

Finalitzada la taula rodona, la gala, que va comptar amb una important assistència de representants polítics i socials de la comarca, entre els quals hi havia la vicepresidenta de la Generalitat de Catalunya, Neus Munté, va girar entorn a l'homenatge que Oncovallès va voler retre als recentment desapareguts doctors Carles Vallbona i Josep Maria Campos.

Integrants del Comitè Tècnic Sanitari d'Oncovallès, Vallbona i Campos han estat, en paraules de Bronchud, "dos extraordinaris exemples de bones persones i de grans professionals". Després d'una completa i sentida intervenció, el doctor Bronchud va demanar públicament que la placeta que hi ha davant les Consultes Externes de l'Hospital porti el nom del doctor Josep Maria Campos.

El doctor Juan José Arén i la periodista Montserrat Ponsa van fer un sentit i emotiu recorregut per la vida dels doctors Josep Maria Campos i Carles Vallbona, respectivament, tant des de la perspectiva professional com personal, ja que eren amics i havien viscut amb ells gran quantitat de vivències i els coneixien perfectament. Glòria Renom, neboda del doctor Vallbona, i Juli López, vídua del doctor Campos van rebre uns rams de flors per part d'Oncovallès.



Josep Mayoral

Neus Munté

En tots aquests aspectes hi va coincidir també l'alcalde de Granollers, Josep Mayoral, i la vicepresidenta del Govern de la Generalitat, Neus Munté. Mayoral va indicar que "persones com Vallbona i Campos fan més grans les ciutats a tots els nivells en presentar històries invertebrables". L'alcalde va destacar igualment l'exemple que havien donat tots dos sempre en exercir de voluntaris d'Oncovallès, entitat a la qual va agrair el treball que fa i animà a seguir endavant amb la seva tasca.



Dr. Juan José Arén

Munté va oferir unes dades relatives a la situació que presenta el càncer a Catalunya actualment pel que fa a persones malaltes, i va destacar que "unes 110.000 persones viuen amb un diagnòstic de càncer i cada any es detecten al voltant de 34.000 nous casos. Persones que, més enllà de l'atenció mèdica, requereixen l'escalaf de la família i el suport i l'ajuda de l'entorn, resposta que afortunadament troben en entitats com Oncovallès".

Munté va dir també que "la Fundació s'ocupa i es preocupa també per obrir-se a la comunitat. Això és molt important, perquè doneu l'oportunitat a les veïnes i els veïns del Vallès a col·laborar en aquesta tasca lloable".



Entrega del ram a la Sra. Glòria Renom Vallbona

Homenatge a Jaume Icart

Jaume Icart i Sampere va morir el passat 7 de febrer de 2015 als 97 anys d'edat.

Icart, representant de tota una època artística, va formar part del grup de pintors autodidactes locals que van participar en una gran quantitat d'exposicions individuals i col·lectives.



El periodista Paco Monja

La seva obra figurativa era i és un referent a la ciutat de Granollers, on sempre ha ocupat un espai important. Conegut com el pintor de les pluges, Icart va ser un artista entusiasta que participava sempre tant en iniciatives artístiques, col·lectives com particulars. El periodista Paco Monja, que va fer un breu repàs per algunes etapes artístiques de la seva vida, es va referir a "l'importància de la seva obra" i va dir del pintor que "ha estat un referent en tots els sentits".



Familiars de Jaume Icart
El quadre va correspondre a la família Escarmís Arasa

En nom de la família Icart, van assistir-hi la seva filla, Àngela Icart, i el seu nét, Toni Xamaní, que van rebre un ram de flors en senyal d'agraïment per part de la Fundació Oncovallès. L'obra sortejada d'enguany entre els assistents, va ser un paisatge dels anys 80 del segle passat, que formava part de la col·lecció familiar que conservava la seva vídua, Rosa Castelló a casa seva. Els afortunats varen ser la família Escarmís Arasa.

Des d'Oncovallès es va voler agrair, també, públicament l'ajuda i la col·laboració que reben sempre per fer realitat els seus projectes solidaris per part de l'empresa Joguines Cladellas. Satisfets pel reconeixement, pare i fill van ratificar el seu compromís per seguir col·laborant amb Oncovallès.



Reconeixement Joguines Cladellas: 10 anys amb Oncovallès

En el decurs de sopar, presentat per la periodista Clara Armengol, es va informar els assistents de les tasques que realitza l'entitat en aquests moments, amb el repartiment d'uns fulls informatius i la projecció de diversos vídeos. Un any més, els voluntaris van fer possible el recapte de diners entre tots els assistents. Pere Cladellas i Carme Grau, en nom d'Oncovallès, van agrair a tots l'assistència, i van destacar la tasca que realitzen diàriament tots els voluntaris.



Alegria al Sopar Benèfic



Desig i brindis de Nadal: Salut per a tothom

2.400 usuaris beneficiats

La Fundació d'Ajuda Oncològica Oncovallès té cura dels malalts de càncer i del seu entorn més directe. Entre els seus objectius hi ha: afavorir l'educació sanitària de la població; donar informació general dels aspectes de prevenció, factors de risc, qualitat de vida i aspectes vivencials i humans de les malalties oncològiques; proporcionar suport emocional especialitzat i/o teràpia psicològica als pacients i familiars que ho necessitin, i donar suport a malalts de càncer i als seus familiars, mitjançant els recursos de què disposa la societat i dels programes de treball social que té la Fundació Oncovallès. Actualment, són més de 2.400 els usuaris que reben el suport d'Oncovallès.

Taller de Lletres



Josep Mayoral, Neus Munté, Carme Grau i Pere Cladellas

Volem agrair a tots els que han fet possible un any més la Taula Rodona i el Sopar Benèfic: l'Hotel Ciutat de Granollers, Floristeria les Flors, Perfumeria Júlia, Freixenet, IGràfic, la família Icart, els mitjans de comunicació del Vallès i a la Clara Armengol per haver conduït l'acte.

°Gràcies a tots!!!

FESTA LITERÀRIA ONCOVALLÈS POÈTIC 2014-2015



El passat 4 de desembre es va presentar a la llibreria La Gralla de Granollers el llibre *Oncovallès poètic. Premi de Poesia Pepi Pagès 2014-15*, en el transcurs d'un acte molt emotiu.

Tenir aquest llibre a les mans és aconseguir la quadratura del cercle. Per una banda, representa mantenir viu l'esperit de la Pepi Pagès, una dona lluitadora, que creia en la paraula, en el seu poder guaridor i en el seu efecte terapèutic, a l'hora de fer més suportable el patiment i l'angoixa. La il·lustració del mar de la portada ens evoca la Pepi: era una de les seves fonts d'inspiració i li aportava la força interior que li calia per continuar endavant. La lectura de la seva filla, la Teresa Riera, del poema "**El vals**", del 1r. llibre del Taller Poètic, "**Retalls de vida**", va arribar al cor dels assistents.



El llibre respon a l'afirmació "al pot petit hi ha la bona confitura": recull els primers premis dels dos darrers anys de poesia i prosa. Al darrere hi trobem moltes persones d'arreu de Catalunya i altres indrets de l'Estat que volen conèixer amb la malaltia des d'una altra perspectiva; persones que creuen, com diu en Francesc Circuns —jurat del premi—, que "escriure ens refà, ens fa forts en l'adversitat, ens dóna força i coratge, i ens fa agafar forces quan la càrrega és massa feixuga".

En l'acte vam comptar amb la companyia de la Judit Asturgó i la Maria Farners Casas, premiades en la darrera edició. La Maria ens va fer una tast del seu relat, que transcriu:

"I és que la vida, Miquel, és la suma de persones, instants i paisatges, i són tots els que estímem els qui ens atorguen un món divers i uns moments únics; en la salut i la malaltia. Però som humans i massa sovint la convivència se'ns empara en els detalls més simples, com ara un botó descordat, una jaqueta baldera o aquells pantalons que et fan una arruga; esquivant poesies, simfonies i unes plomes d'àngel!"

El Premi de Poesia Pepi Pagès és possible gràcies a la col·laboració de la família de la Pepi Pagès, Pruna i Fills i l'Ajuntament de Granollers; tots ells en fan possible la continuïtat i ens han permès arribar a la desena edició, així com publicar un any més el recull dels millors poemes.

M. Àngels Coma

Membre del Jurat Premi Poesia Pepi Pagès



ACTIVITATS GRANOLLERS

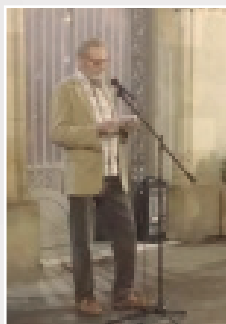
OFRENA 11 DE SETEMBRE



Diada 11 de setembre

Un any més, la Fundació Oncovallès no podia faltar en una data tan assenyalada com l'11 de setembre, commemorant la Diada de Catalunya.

MINUT DE LA VERGONYA



Oncovallès se suma

La ciutadania reclama als Estats Europeus el compliment dels protocols de protecció per a les persones refugiades. Un minut de vergonya, un minut de dignitat. Seguim lluitant per una vida digna!

FIRA DE NADAL GRANOLLERS



Per Nadal cada ovella al seu corral

Oncovallès ha estat present als carrers de Granollers, com altres anys en aquests temps de prelude de l'hivern, el dissabte 12 de desembre de 2015, amb la seva "Fira de Nadal". A les portes del Museu, en ple carrer Major (tot el dia) i a La Porxada i a la Plaça de la Caserna (al matí), les carpes de la Fundació han acollit les taules d'informació; els encants solidaris de roba que torna a circular cap a nous armaris a preus que són "la monda"; la tómbola de joguines; el concurs de dibuix "Crea i imagina la teva postal de Nadal" ("Els petits vo-

luntaris fan grans dibuixos", VI edició), gaudi de la canalla que ja espera el seu premi el 17 de febrer que ve; la botigueta amb les encisadores espelmes de Nadal que fem als tallers d'Oncovallès, les polseres solidàries, els coixins del cor...i les darreres vendes de participacions de la loteria. Al carrer, abans de Nadal, ens hem trobat moltes persones que anem col·laborant amb la Fundació i ens hem desitjat —entre nosaltres i a la gent que s'hi ha atansat— unes bones festes i un 2016 ple d'energia positiva.

Paco Galán Gordillo

ACTIVITATS A LA GARRIGA, SANTA AGNÈS, MONTORNÈS

TEATRE A LA GARRIGA



COL·LECTA SANTA AGNÈS



TALLER DE REIKI A MONTORNÈS DEL VALLÈS



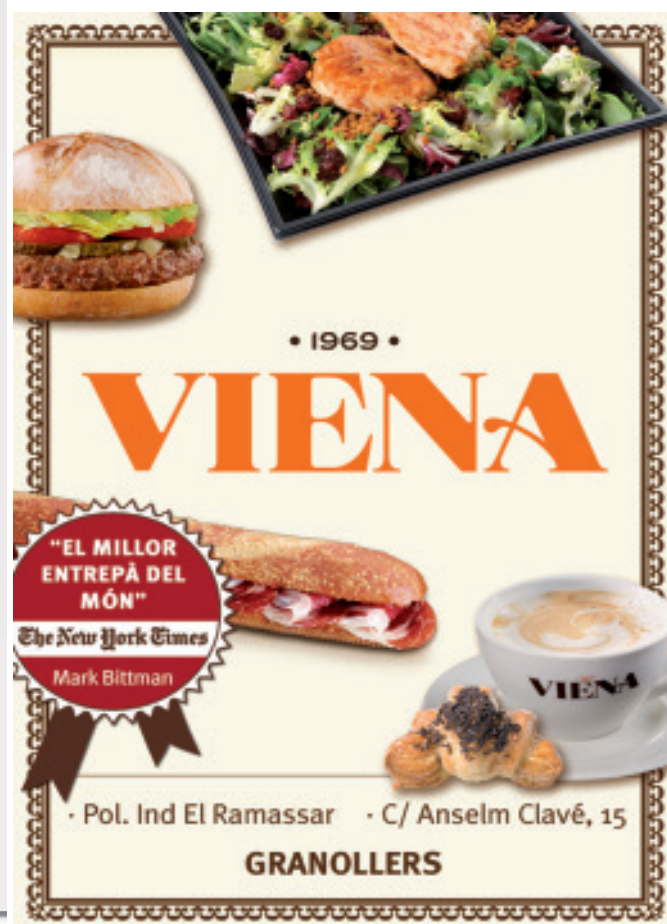
Gràcies al Grup de Teatre Komix la Garriga per la seva col·laboració

FIRA DE NADAL LA GARRIGA



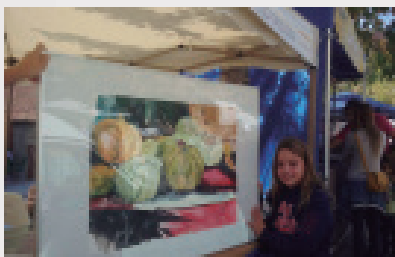
Gràcies voluntaris que col·laboreu amb els vostres tallers arreu de la comarca, i a totes les persones que us apropen a les nostres taules!!!

Amb la suma dels vostres esforços, aconseguim créixer i seguir ajudant a qui ens necessita.



ACTIVITATS A SANT FELIU DE CODINES

FIRA DE LA CARBASSA



Volem donar les gràcies, com cada any, l'acollida de tota la població de Sant Feliu de Codines i els seus visitants.

També per la feina feta pel grup de voluntàries que treballen durant tot l'any en el seu taller per tal d'aconseguir precioses manualitats, així com, al nostre pintor, voluntari i amic Emili Lloret, que, una vegada més, va cedir una col·lecció de quadres en motiu de la temàtica de la fira.

Gràcies a tots per a la vostra col·laboració. Entre tots seguim sumant!

FIRA DE NADAL



Sopar de Nadal i dels voluntaris d'ONCOVALLÈS

Només són quarts de set. Ja hi ha gent a la sala. I l'Olga donant ordres: "Més entonació i les pautes marcades", "Has portat les sandàlies?" "La verge és aquí?" És l'inici. Després, l'assaig amb la coordinació de passes i poesia. I "Ja ho tenim".

Quan són quarts de nou arriba la gent. "Ui, quasi serem un centenar", sento. "Menys els cartells de les taules, ja ho tenim tot fet" i així fins que hi som tots. Autoritats, el mossèn, tot ONCOVALLÈS i els voluntaris, els del sopar de voluntaris. Un agraïment a una col·laboració desinteressada i un reconeixement a la seva tasca.

És el sopar de Nadal, aquest any sobretot el sopar dels voluntaris. A més, el menú ja deia que som a Nadal, canelons i pollastre. Abans de les postres, la nadala de la Nani, en Francesc, la Nati, l'Anna M., la Núria, la Marta, la Lourdes i la d'un servidor, sota les directrius de l'Olga i amb l'ajuda d'en Jaume. Després, neules i torrons, cava i cafè i, enlloc de l'amic invisible, regals coneguts. Repartits, no

pas dirigits a cadascú, sinó per sorteig com a les tómboles. I el que escriu, sense sort, ja va fer que li toqués, però em varen dir que no valia. Una gran desil·lusió! Però com a bon Sant Josep, sí que vaig poder fer un regal a la Verge Maria, tot queda en família. I així fins a quinze lots, a més d'una estada a l'Hotel Ciutat de Granollers.

En acabar les paraules de la regidora de Serveis Socials de l'Ajuntament, el mossèn de la Parròquia i el president d'ONCOVALLÈS feren l'agraïment a tots els assistents i a la feina que fa la Fundació.

S'ha de fer esment a les paraules de gratitud, per part d'ONCOVALLÈS, a la Parròquia, per la cessió de les instal·lacions; als joves, que van fer possible que els nostres voluntaris poguessin gaudir de la festa, i als voluntaris, per la seva solidaritat i el temps que dediquen a ONCOVALLÈS.

Ramon Mora
Taller de Lletres







Voluntaris: Oncovallès ha complert 13 anys! Sense vosaltres res d'això hagués estat possible

EL CONSELL JOVE

Aire fresc i nous projectes de futur

El mes de setembre és un mes de canvis. Oncovallès torna de vacances, torna a posar en marxa el voluntariat i incorpora personal nou a l'equip. És el moment d'iniciar projectes nous, i de donar forma al que fa uns mesos eren idees i que ben aviat passaran a ser realitats.

I una d'aquestes idees era la creació d'un grup de joves, un grup paral·lel a l'equip de la Fundació, un grup de recolzament, un Consell Jove.

Gent de Granollers, involucrada amb la ciutat, amb la Fundació, amb iniciativa i amb energia que sigui capaç de

donar noves idees, preparar noves activitats i donar suport als actes que la Fundació tira endavant al llarg de l'any.

I aquest grup avui ja és una realitat. Una desena de joves es reuneixen un cop al mes per crear noves activitats. Treballen per comissions, uns en activitats relacionades amb l'esport, i d'altres relacionades amb l'alimentació i la salut, organitzades per professionals farmacèutics, entre d'altres àmbits. Ho fan en un espai de trobada, on cadascú hi aporta la seva vessant més professional i personal, i on tots treballen per un mateix objectiu: fomentar els recursos i aconseguir donatius perquè la Fundació pugui seguir acompanyant a tots els malalts de càncer i familiars que ens necessiten.

Gràcies Consell Jove, per fer que d'un somni en nasqués una realitat!

Convenis i Col·laboracions

AJUNTAMENTS COMPROMESOS AMB ELS SEUS CIUTADANS

Gestos com aquests per nosaltres són molt importants. Simbolitzem el vincle, el compromís, la solidaritat i l'ajuda que ens brinden els nostres col·laboradors. Sense ells, res del que fem seria possible!



AJUNTAMENT DE MONTORNÈS DEL VALLÈS



AJUNTAMENT DE LA ROCA DEL VALLÈS



AJUNTAMENT DE VILANOVA DEL VALLÈS

**LA FUNDACIÓ ONCOVALLÈS
US DÓNA LES GRÀCIES!**

ORTOPÈDIA DEL VALLÈS

(més de 30 anys al seu servei)

PODOLOGIA

ADHERITS AL CAT SALUT

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

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

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

ENTREGA XEC ICAVOR

L'Il·lustre Col·legi d'Advocats de Granollers i el Vallès Oriental (Icavor) amb motiu de la festa de Sant Raimon de Penyafort, patró del gremi d'advocats va fer l'entrega d'un donatiu de 600 euros a la Fundació d'Ajuda Oncològica Oncovallès.



EL CIRCUIT DE BARCELONA-CATALUNYA I ONCOVALLÈS SIGNEN UN CONVENI DE COL·LABORACIÓ

La Fundació utilitzarà les instal·lacions del Circuit per donar a conèixer el seu projecte solidari i d'ajuda als malalts de càncer i familiars.

Treballarem al 2016 per acostar-nos al món del motor, la suma de noves col·laboracions fan que Oncovallès pugui obrir les seves portes cada dia.

El Circuit com a motor tractor de la solidaritat.



ECOVIDRIO SE SUMA A ONCOVALLÈS

Moltíssimes gràcies Blancs i Blaus! Que el premi per fomentar el reciclatge de vidre durant la Festa Major 2015 sigui destinat a Oncovallès us honora. Aquesta iniciativa ha estat un important regal per a la Fundació. Amb aquesta GRAN ajuda seguirem recolzant i donant servei a tots aquells qui lluiten contra el càncer dia a dia. Gràcies per pensar en nosaltres!



ESTRENNEM ANY I ESTRENNEM WEB GRÀCIES A PERCEPTION TECHNOLOGIES

L'empresa de les Franqueses regentada per Jordi Rodríguez Maynou ha col·laborat amb la Fundació per tal de crear una nova pàgina web i poder apropar-nos més a la població. Es tracta d'una empresa solidària que amb el seu temps i professionalitat han estat atenant dubtes i formant al personal d'Oncovallès. Perception Technologies ha fet una feina fantàstica! Moltes gràcies per la vostra col·laboració!

Cliqueu a www.oncovalles.cat



LA IMPORTÀNCIA DE SUMAR!

FECEC (Federació Catalana d'Entitats Contra el Càncer)

La Fundació Oncovallès s'afegirà a les entitats federades contra el càncer. Junts som més forts! Moltes gràcies!



LA DIRECCIÓ DE L'HOSPITAL GENERAL DE GRANOLLERS VISITA ONCOVALLÈS

El 23 de novembre la Fundació va rebre al Director General de la Fundació Privada Hospital Asil de Granollers, el Dr. Rafael Lledó, l'adjunta a la Direcció General, Eva Martín, i la Directora Mèdica, Mònica Botta per tal d'iniciar nous projectes junts.



LA FUNDACIÓ ONCOVALLÈS HA ESTAT SEU ACOLLIDORA DE LA REUNIÓ D'ENTITATS ORGANITZADA PER LA FCVS

El President Pere Cladellas, Carme Grau i Maria Sánchez van estar acompanyats dels responsables de la FCVS (Federació Catalana de Voluntariat Social, Francina Alzina, Eulàlia Mas i Albert Francolí i dels responsables de l'entitat Ana Ribot, Sandra Morillas i un altre membre de la Fundació. A més varem comptar amb la presència de la Rosa Andreu del Punt de Voluntariat de Granollers i la Regidora de Salut i Benestar Social Ma. del Mar Sánchez.



LA FUNDACIÓ ONCOVALLÈS HA ESTAT SEU ACOLLIDORA DE LA REUNIÓ D'ENTITATS ORGANITZADA PER LA FCVS

El President Pere Cladellas, Carme Grau i Maria Sánchez van estar acompanyats dels responsables de la FCVS (Federació Catalana de Voluntariat Social, Francina Alzina, Eulàlia Mas i Albert Francolí i dels responsables de l'entitat Ana Ribot, Sandra Morillas i un altre membre de la Fundació. A més varem comptar amb la presència de la Rosa Andreu del Punt de Voluntariat de Granollers i la Regidora de Salut i Benestar Social Ma. del Mar Sánchez.



la teva impremta a internet

www.igrafic.com

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

IGRAFIC

QUALITAT CERTIFICADA

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

C&C COMUNICACIÓN
CREATIVIDAD Y DISEÑO

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

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

Agenda

MISSA ANUAL ONCOVALLÈS

Gener de 2016

Parròquia de Sant Esteve de Granollers

Lliurament dels premis VI edició del concurs de dibuix:

"Els Petits Voluntaris fan grans dibuixos", aquest any amb el tema: "Crea, imagina la teva postal de Nadal!"

A càrrec de la Fundació Oncovallès i la col·laboració de Marta Torrellas, el 17 de febrer 2016 a les 17.30 h a la seu d'Oncovallès.

CAMPANYES DE PREVENCIÓ:

- 15 DE FEBRER DIA MUNDIAL DEL CÀNCER INFANTIL
- 31 DE MARÇ DIA MUNDIAL DEL CÀNCER DE CÒLON I RECTE.
- 31 DE MAIG DIA MUNDIAL SENSE TABAC.

MARATÓ DE ACTIVITATS

- 18 DE JUNY DIA EUROPEU DE CÀNCER DE PELL.

COL·LECTA SOLIDÀRIA I DEFILADA ANUAL

TÓMBOLA DE JOGUINES FIRA DE L'ASCENSIÓ:

Els dies 5, 6, 7 i 8 de maig TÓMBOLA DE JOGUINES RECICLADES!!! Us esperem!

SERVEIS D'ACOLLIDA I ACOMPANYAMENT:

LA GARRIGA
SANT FELIU DE CODINES
SANTA AGNÈS DE MALANYANES

COL·LECTA SOLIDÀRIA

SANTA AGNÈS DE MALANYANES
ULTIMA SETMANA D'AGOST

Convocatòria del XIè Premi de Poesia i Narrativa Pepi Pagès 2016

El Premi Pepi Pagès té, des de la VIII edició, l'any 2013, un sol lema:

"Conviure amb la malaltia", en aquest cas el càncer.

La participació és oberta a tothom. Els poemes i relats han de ser inèdits i escrits en llengua catalana.

Pel que fa a poesia, els treballs han de tenir una extensió de fins a 40 versos. Els de narrativa, 4 folis mida DIN A4. Amb les dues modalitats el format ha de ser vertical i a una sola cara, lletra Times New Roman mida 12, amb 1,5 d'interlineat.

El jurat estarà format per Rosa Serra, Ma. Àngels Coma, Ramon Mora, Santi Montagud i Francesc Circuns. Ells decidiran entre les millors obres i atorgaran dos premis: el primer tindrà una dotació de 800 euros, i el segon, de 300 euros.

De forma biennal, s'editarà un llibre amb les obres guanyadores, i també una selecció de les que, a decisió del jurat, pel seu contingut cultural, social i humà, siguin portadores de missatge.

No s'admetran fotografies ni dibuixos per il·lustrar-les. Considerem que la poesia o la narrativa ho omplen tot.

El termini d'entrega de les obres acabarà el **30 d'abril de 2016**. S'han d'enviar per correu electrònic a l'adreça: fundacio@oncovalles.cat indicant les dades personals de l'autor o autora per confirmar la recepció i participació en el concurs.

La presentació de les obres pressuposa l'acceptació íntegra d'aquestes bases i dels drets i les obligacions que se'n deriven.

Les qüestions no previstes en aquestes bases les ha de resoldre el jurat segons el seu lliure criteri.

El veredict s'emetrà a la Festa Literària que la Fundació Oncovallès celebrarà el mes de juny de 2016.

Granollers, desembre de 2015



Truca'ns al 93 870 01 67
FES-TE SOCI
D'ONCOVALLÈS!
SENSE TU NO PODEM

Millora i benestar

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

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

Tallers terapèutics

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

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

Apunta-t'hi!
Horari de
17 a 19 h.

Aula de Teràpies Complementàries NOUS TALLERS

DE GENER A MARÇ: Iniciació al Reiki
Terapeuta Isabel Defez

DE MARÇ A JUNY: Art-teràpia "L'Art de cuidar-nos"
Terapeuta Núria Molina

DE SETEMBRE A DESEMBRE: Risoteràpia,
Mobilitat i coordinació

Taller de lletres

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

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

Servei de Psicooncologia Oncovallès a:

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

Salut i prevenció

CAMPANYES DE PREVENCIÓ sota el lema

"LA PREVENCIÓ VA PRIMER"

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



15 de febrer

Dia Internacional del Càncer Infantil.
Tombola i encants solidaris.



31 de març

Dia Mundial del Càncer de Colorectal.
Tallers de nutrició i activitat física.



31 de maig

Dia Mundial sense Tabac: "Galcim per no fumar"
Taula informativa a càrrec de Lúcia Molinés.

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



13 de juny

Dia Europeu del Càncer de Pell.

- 15 de juny a les 17:00 hores a la Sala d'actes d'Oncovallès jornada a càrrec del Dr. Joaquim Solà, "El Càncer a flor de pell"
- 18 de juny a la Porxada, commemorant la Setmana Europea del Càncer de Pell. Grans i petits, tots donant suport!

GRAN FESTA POPULAR A LA PORXADA



19 d'octubre

Dia Mundial del Càncer de Mama.

- 22 d'octubre Diverses activitats amb entitats de la ciutat, Zumba amb el CNG, amassada, tallers d'imatge i ortopèdia, encosa del llac d'espelmes i actuació castellana dels Xics de Granollers.

Activitats per recaptar fons a Granollers i comarca

- Tombola de joguines reciclades
- Roses per la vida
- Sopars benèfics
- Fira de la Carbassa
- Col·lectes anyals
- Fires de Nadal
- Concerts solidaris
- Els Encants d'Oncovallès
- Activitats al carrer

Vine, gaudeix de les festes d'Oncovallès!

- Missa anual d'Oncovallès
- Caminades populars
- Festa literària XI Concurs Pepi Pagès (patrocinada per Puna i fills i l'Ajuntament de Granollers)
- Sortida sorpresa
- Sopar de Nadal de Voluntariat

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

Taller de reciclatge

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



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



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

www.carnstorrent.com

Ens trobaràs a:

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

També servei a Hostaleria i Col·lectivitats.

Tel. 93 / 861 51 22

Reflexions



Paraules d'un voluntari

Fa 5 anys que em vaig jubilar. Fins aquell moment només era president de la Fundació. Donava un cop de mà en ocasions puntuals i ajudava en les activitats de cap de setmana.

Des que estic jubilat sóc voluntari a jornada completa. Treballo totes les hores que la fundació és oberta i m'acosto a tots aquells pacients que em necessiten.

He invertit moltes hores de la meva jubilació a acompanyar malalts terminals i han estat tot un aprenentatge.

Ara sé que vol dir ser voluntari cuidador, he après a viure el dia a dia i els pacients m'han ensenyat com n'és d'important la vida. Els hi agraeixo infinitament.

El sou social d'un voluntari és el sou més elevat que he cobrat a la meva vida laboral.

Moltes gràcies!

Pere Cladellas



Care
CUP B - D



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

Por favor, envíeme información gratuita a:

Nombre / Apellidos

Calle

C.P. Población

Teléfono

E-mail



ANITA Spain S.L. · Calle Marqués de Paradas 53 3º · 41001 Sevilla
Teléfono: 954 29 30 87 · Fax: 954 87 11 47 · E-mail: anita.sp@anita.net

www.anita.com

PVP del BMW X1 sDrive18d, 29.300€ (IVA Prims i Ajuda a la recerca i innovació). Condicions vàlides per a contractes generats abans del 31/12/2015. El model mostrat pot no coincidir amb el model ofert.

Consum mitjà: des de 3,9 fins a 6,4 l/100 km. Emissions de CO₂: des de 104 fins a 149 g/km.

Nou BMW X1



Pruna Motor

T'agrada conduir?

BMW EFFICIENT DYNAMICS
MENYS CONSUM. MILLORS PRESTACIONS



NOU BMW X1

EXPLORA ALLÒ DESCONEGUT DES DE 29.300€

Pruna Motor
Ctra. C-17 Km. 19,060
Tel.: 93 861 89 23
08403 Granollers

Via Sèrgia 2
Tel.: 93 741 48 48
08302 Mataró

