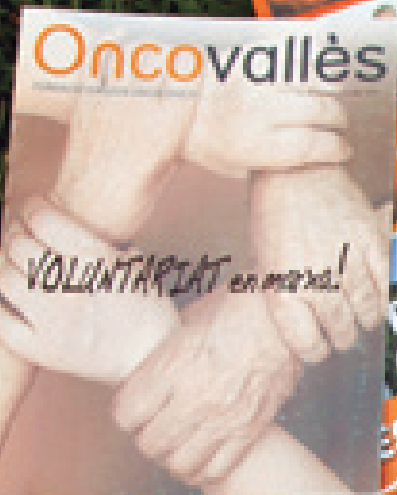


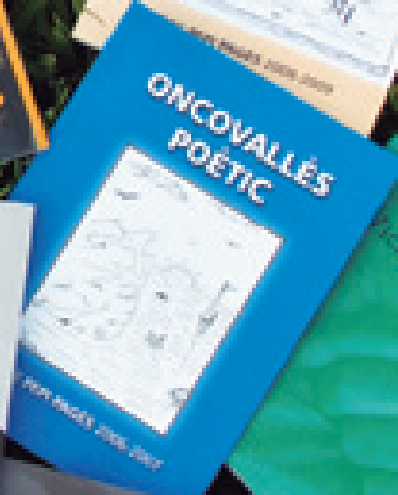
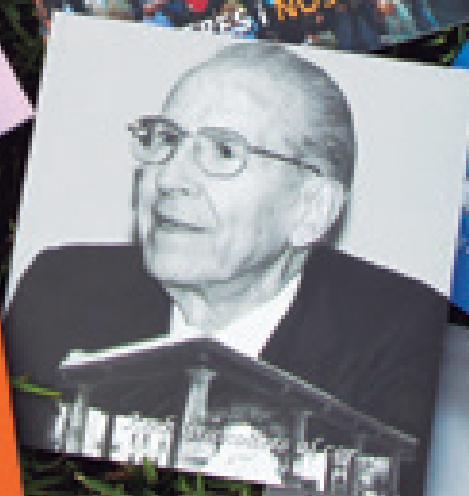
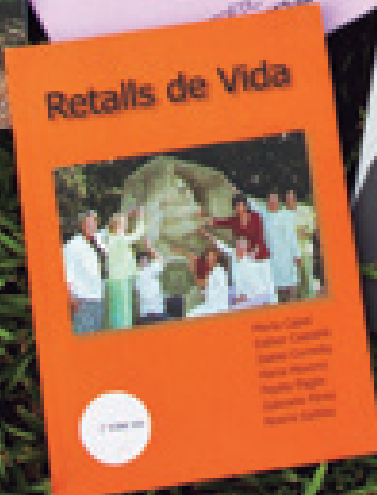
Oncovallès

FUNDACIÓ D'AJUDA ONCOLÒGICA

Butlletí núm.18 - 2015



Adéu-siau
Josep Ma



10 anys del Taller de Lletres

Sumari



Salutacions

Institut Català de la Salut
Pàg. 3



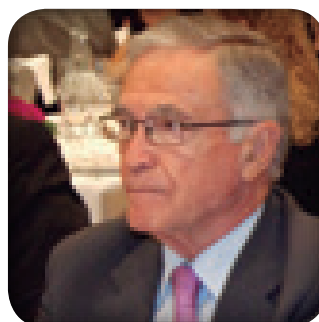
10 anys del Taller de Lletres

Pàg. 18



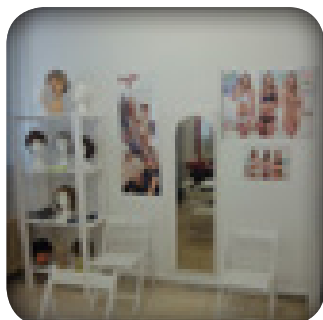
Ciència

V Jornades del Dolor
Pàg. 4



Adéu-siau Dr. Campos

Pàg. 24



Salut i Prevenció

Taller d'imatge
Pàg. 11



Reflexions

On anem?
Pàg. 38

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.cat
www.oncovalles.cat

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

La Caixa: 2100 0009 74 0201308552

O bé feu-vos socis a les nostres oficines

EQUIP DE REDACCIÓ

Edita: Fundació Oncovallès
Coordinació: Carme Grau
Assessorament periodístic: Montserrat Ponsa
Consell de redacció (Taller de Lletres): Paco Monja, Montserrat Ponsa, Pere Cladellas, Ramon Mora, Carme Grau, Sara Muñoz, Ester Lara, Maria Sanchez
Col·laboradors: Dra. Sabina Molina, V Jornada del Dolor Oncològic
Sra. Dr. J.M. Ibañez, Carmen Cortés, Gloria Gómez
Assessorament lingüístic: CNL del Vallès Oriental
Disseny i Maquetació: CíC 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

Salutacions

Vull agrair a la Fundació Oncovallès el fet de poder participar en aquesta edició de la revista per l'oportunitat de presentar-me en aquest mitjà de comunicació que arriba a professionals de tots els àmbits i a tants ciutadans i a tantes ciutadanes.

Estic al capdavant del Servei d'Atenció Primària Vallès Oriental des del mes d'abril d'enguany i com a directora de l'equip d'Atenció Primària Vall de Tenes i com a professional mèdica de la comarca des de fa molts anys conec Oncovallès, però ha estat ara, des de la direcció del SAP, quan he pogut mesurar la gran labor d'aquesta Fundació.

Coneixem la tasca que realitza, sabem que estan vetllant i proporcionant un gran suport a la població en general i als malats oncològics en particular.

L'atenció primària, com a primer nivell assistencial, facilita a la població un accés directe i proper per consultar qualsevol problema o demanda de salut. La nostra fita com a professionals de la salut és integrar l'atenció preventiva, curativa i rehabilitadora i, al mateix temps, potenciar la promoció de la salut a la comunitat, objectiu que compartim amb els professionals d'Oncovallès.

Cal dir que, per als professionals sanitaris, l'atenció a la comunitat és la branca de la nostra especialitat que permet atendre necessitats socials des d'un altre escenari i amb la participació d'altres actors. En el sector sanitari hem de jugar un paper important en la promoció de la salut de les nostres comunitats, però no ho podem fer sols, necessitem crear vies de comunicació, cooperació i coordinació intersectorials.

Salutacions.



Sabina Molina
Directora SAP Vallès Oriental

Ciència

Gran participació d'experts i professionals de la medicina a la V Jornada de Dolor celebrades el passat mes d'octubre

El dolor en tota la seva extensió



Taula inaugural de la V Jornada del Dolor

El passat dia 24 d'octubre, l'Hotel Ciutat de Granollers va acollir les V Jornades de Dolor, una proposta que va comptar durant tot el dia amb l'assistència de més de 150 persones, entre ponents i professionals. La jornada estava dirigida, especialment, a terapeutes del dolor, oncòlegs, pal·liativistes, metges d'atenció primària, psiquiatres, radioterapeutes, MIR i professionals d'infermeria. La diada va ser organitzada per la Clínica del Dolor, el Servei d'Anestesiologia i Reanimació de l'Hospital General de Granollers-Hospital Universitari, amb la col·laboració d'Oncovallès. Entre els membres del comitè organitzador cal destacar el Dr. Juan José Arén, el Dr. Pere Poch, el Dr. J. L. Garrido, la Dra. L. J. Martínez i el Dr. J.L. Cordero.

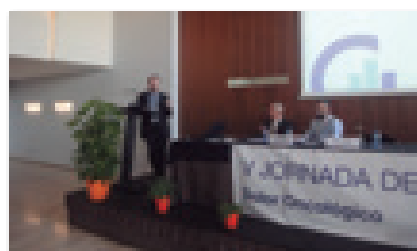
L'acte inaugural, que es va iniciar a primeres hores del matí, va comptar amb l'assistència de l'alcalde de Granollers, Josep Mayoral; del president d'Oncovallès, Pere Cladellas; del Dr. Juan José Arén i del Dr. P. Poch, del comitè organitzador, i de Rafael Lledó, director gerent de l'Hospital General de Granollers. Tots ells van coincidir a remarcar la importància que té el fet de celebrar, malgrat la crisi i les dificultats econòmiques actuals, aquest tipus de jornades adreçades especialment als professionals de la sanitat. En aquest sentit, el Dr. Poch es va preguntar què hi ha més gran que el fet de poder ajudar les persones que pateixen dolors i va tancar la seva intervenció amb un desig: "Cal honorar als professionals que es dediquen a aquesta tasca".



Taules informatives

Una vegada inaugurada la jornada, els diversos ponents van presentar les seves intervencions en una matinal molt intensa que va tenir continuïtat durant unes hores a la tarda. Tots els ponents van parlar del dolor a partir de les seves especialitats i de les seves experiències. En algunes ocasions, es tractava de qüestions mèdiques sobre l'ús de determinats medicaments per pal·liar el dolor i, en d'altres, del paper que han de jugar els professionals per ajudar els malalts quan apareix el dolor. Com que resulta totalment impossible resumir la totalitat de les intervencions, oferim el llistat dels temes tractats i els noms dels ponents que els van presentar:

- Causes del dolor en el pacient oncològic, Dra. Elena Català.
- Maneig dels opioïdes en el dolor oncològic, Dr. Miquel Casals.
- Control del component neuropàtic en el dolor oncològic, Dr. Daniel Samper.
- Dolor irruptiu oncològic, recomanacions de consens, Dr. Albert Truca.
- Procediments invasius en el dolor oncològic, Dr. Antonio Montero.
- Radioteràpia en el control del dolor causat pel càncer, Dra. Izaskun Valduvico.
- Codi de bona praxi per al dolor oncològic, Dr. Luis M. Torres.
- Càncer, dolor i depressió, Dr. Ferran Viñas.
- Cures pal·liatives a Catalunya, Dr. Germà Morlans.



Dr. Germà Morlans

- Cures pal·liatives a domicili a la nostra comarca, Dr. Xavier Busquet i D.I.Eva Jiménez.
- La tasca d'Oncovallès a la comarca, Carme Grau, coordinadora d'Oncovallès, i Ester Lara, secretària del Patronat.

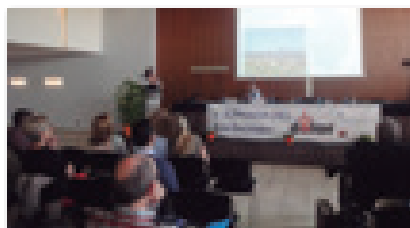


**Carme Grau
i Ester Lara**

- Model d'actuació en el control del dolor oncològic als EEUU, Dr. Óscar de León-Casasola, que va oferir una lliçó magistral sobre el tema.

El gran nivell de les intervencions i de les aportacions realitzades van ser seguides amb atenció per tots els assistents. En clau local i comarcal cal destacar les exposicions que van fer el Dr. Viñas, responsable de la Interconsulta Psiquiàtrica a l'Hospital General de Granollers; el Dr. Morlans, cap de secció de la Unitat de Cures Pal·liatives, Servei de Geriatria de l'Hospital General de Granollers; el Dr. Busquet, de PADES-Granollers, i la D.I. l'Eva Jiménez, de DUI, que va presentar una emotiva exposició sobre com s'han

de tractar els malalts quan pateixen dolor. Remarquem aquesta màxima de l'Eva: "Els cossos tenen dolor, les persones el pateixen".



Eva Jiménez

Entre les conferències i les taules rodones també va haver-hi temps per destacar i reconèixer la tasca realitzada pel Dr. Carlos Barutell, que va participar, entre d'altres iniciatives, en la posada en marxa l'any 1976 de la Primera Unidad del Dolor a Catalunya i en la fundació de la Sociedad Catalana de Dolor. El Dr. Barutell, emocionat i satisfet, va rebre una placa commemorativa de mans del Dr. Juan José Arén.



**Reconeixement
al Dr. Carlos Barutell**

No podríem acabar sense expressar un agraïment molt sincer al Dr. Juan J. Arén. Un reconeixement no solament per l'organització de les Jornades sinó també per la permanent col·laboració amb Oncovallès.

Taller de Lletres

ASSEGUREM LA SEVA SALUT

- Unes instal·lacions de més de 7.500 m².
- Una clínica al centre de Granollers: Cirurgia general, dental, oftalmològica...
- Un ampli Quadre Mèdic amb 2.000 especialistes i els millors hospitals i centres concentrats.

- Un centre de medicina avançada.
- Més de 20.000 persones associades.
- 60 anys al seu servei...
...ens permeten oferir el millor servei assistencial i una àmplia varietat d'assegurances en salut privada.

INFORMI'S

Plaça Pau Casals s/n - Granollers - 08402

Tel. 93 860 01 56

www.mutua.org

"La Mútua"

INSTITUCIÓ DE CAIXES DE PENSIONES

EL CÀNCER DE CAP I COLL: UN GRAN DESCONEGUT

Ens referirem al càncer de cap i coll com aquell que esdevé a partir de les estructures que conformen les vies aerodigestives superiors i que comprenen, en línies generals, la cavitat oral (llavis, llengua, genives, paladar i amígdals), les fosses nasals i els sinus paranasals, la faringe en les seves diferents localitzacions, la laringe, les glàndules salivals i els espais propis del coll.

El conjunt d'aquestes localitzacions representa el 12 % de tots els càncers.

La majoria de càncers de cap i coll comencen en el recobriment de les superfícies humides (les mucoses) dins del cap i el coll. És doncs, el carcinoma escatós o epidermoide el gran protagonista, tot i que es veuen també tumors d'altres estirps cel·lulars, com les glandulars o les d'estirp limfàtica.

El tabaquisme, el consum d'alcohol i la infecció pel virus del papil·loma humà, aquest darrer recentment associat, són els factors de risc més importants d'aquest tipus de càncer.

Els mètodes diagnòstics d'aquests tumors i, sobretot, els tractaments han evolucionat de forma significativa en els darrers anys, i s'ha aconseguit que totes les modalitats terapèutiques, soles o en combinació i de forma individualitzada o integrada, obtinguin uns resultats bons i esperançadors de cara al futur.

Tot i això, és bàsic, com per als altres tumors, un diagnòstic al més precoç possible.

Què causa els càncers de cap i coll?

La ingesta d'alcohol i el tabaquisme en les seves diferents formes de consum són el dos factors de risc més importants dels càncers de cap i coll, sobretot els localitzats a la cavitat oral, la faringe i la laringe. Al menys en un 75 % dels casos de càncer de cap i coll es troben aquests factors de risc sols o associats.

Recentment s'ha demostrat també que la infecció pel virus del papil·loma humà, sobretot el VPH 16, és un factor de risc important per als càncers d'orofaringe que impliquen les amígdals i la base de la llengua.

Hi ha altres factors que en un menor grau poden aportar risc per a aquest tipus de tumor i que també cal conèixer. Bàsicament serien la salut bucodental, l'exposició laboral a determinades substàncies (amiant, fibres sintètiques, pols de fusta, níquel o formaldehid), l'exposició a radiacions, la predisposició genètica (algunes races tenen més freqüència de càncers, com a la Xina o al Magrib) o la infecció per altres virus com el virus d'Epstein-Barr.



Dr. Josep Maria Ibáñez Romaguera
Metge especialista en otorinolaringologia

Quins símptomes poden presentar?

Una de les característiques més importants és que aquests tumors, quan es diagnostiquen, tenen una alta incidència de metàstasi a nivell dels ganglis limfàtics del coll, la qual cosa en condiciona l'estadiatge i, en conseqüència, el tractament i el pronòstic.

Afecten principalment els homes i s'estima que en més d'un 90 %, tot i que cada vegada es diagnostiquen més dones, ja que ha augmentat la freqüència de dones fumadores. Quant al diagnòstic, s'ha de parar atenció en alguns símptomes guia que han de fer consultar així que sigui possible l'especialista. Cal tenir en compte, sobretot, l'aparició al coll de tumoracions que no existien abans o de canvis en la mucosa (en forma de taques o canvis de color) de la cavitat oral, la llengua o l'orofaringe. No sempre els tumors es manifesten en forma de massa.

Tres són els símptomes que ens han de fer pensar que hem de consultar i que poden representar símptomes inicials d'un càncer de faringe o laringe. Aquests símptomes són: la dificultat per empassar o l'aparició de dolor en empassar, els canvis a la veu o un ofec de recent aparició. En alguns casos, però, els símptomes són tan lleus que en el moment del diagnòstic el tumor està en una fase ja avançada.

Quin pronòstic tenen?

El pronòstic d'aquests tumors depèn de nombrosos factors, però sobretot de la localització, de la invasió ganglionar més o menys extensa i del temps transcorregut entre l'aparició del primer símptoma i el tractament realitzat.

Una vegada tractats, requereixen seguiments perllongats atès el risc de recurrència que tenen.

Per tant, per disminuir el risc, a més d'evitar els factors predisponents, és important que l'otorinolaringòleg ens faci una revisió quan detectem el menor símptoma.

Quin tractament tenen?

Sense entrar en detalls, atès que cada tumor segons la seva localització i la seva extensió té un tractament determinat, la cirurgia del tumor primari i dels ganglis, conjuntament amb la quimioteràpia i la radioteràpia són els tractaments d'elecció.

Actualment, les tècniques quirúrgiques tendeixen a ser conservadores i preserven al màxim els òrgans afectats, especialment si es tracta de la laringe, però es manté la radicalitat oncològica.

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
Tel. i Fax. 93 870 53 41
ortopediavalles@terra.es

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

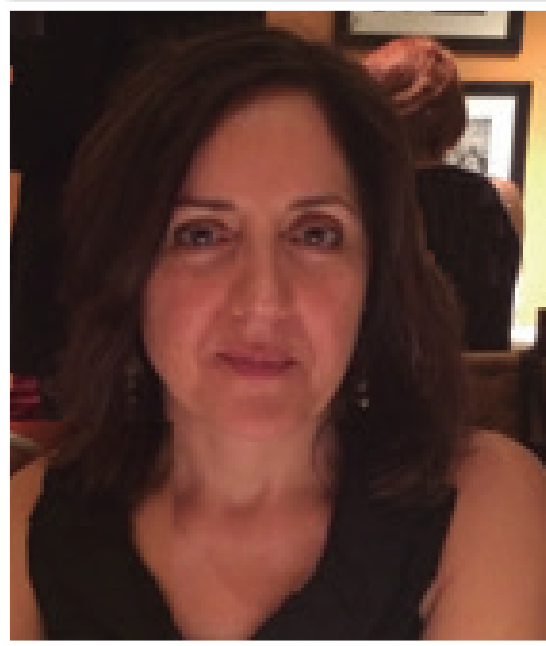
El dol i la pèrdua formen part de la vida

La pèrdua d'un ésser estimat és un dels fets a què tard o d'hora tots els sers humans ens hem d'afrontar. La societat actual intenta viure d'esquena al patiment i a la mort, i han desaparegut pràcticament les manifestacions i els rituals que antigament sostenien i ajudaven la persona en dol a viure'l com un procés que forma part de la vida. Actualment, qualsevol manifestació de dolor i tristesa és sovint silenciada socialment i viscuda en l'estricta intimitat, amb sentiments d'inadequació, d'aïllament i amb pèrdua de salut i de qualitat de vida.

La paraula dol en la seva arrel etimològica té un doble significat: dolus, que significa 'dolor' i duellum que significa 'desafiament', de manera que podem dir que ens trobem davant d'un estat dolorós que implica la persona de manera activa.

El dol és un procés psicològic que es produeix davant d'una pèrdua significativa, generalment la mort d'un ésser estimat, tot i que també es manifesta en altres circumstàncies de la vida, com ara davant d'una ruptura matrimonial, la pèrdua de la salut, la feina, la casa, un animal de companyia, la jubilació o qualsevol cosa que la persona considera molt important per a ella. Així, el dol és la resposta natural davant la pèrdua de persones o coses amb les quals s'havia construït un vincle afectiu.

La mort d'un fill i la del cònjuge es consideren els fets vitals més estressants pels quals passa un ésser humà. Els sentiments que s'hi associen són el dolor i la tristesa, ja que la mort representa la ruptura de dues necessitats bàsiques de l'ésser humà: la necessitat de control, en ser la mort un fet inevitable i irreversible, d'una banda, i la necessitat d'amor, en trencar-se els vincles que impliquen afectes, de l'altra.



Carmen Cortés, Psicòloga.
Responsable de Psicooncologia de la Fundació Oncovallès, membre del Comitè Tècnic d'Oncovallès. Psicooncòloga de l'Hospital de Granollers, Mollet i Sant Celoni.

En qualsevol societat o cultura arreu del món, al llarg de la història i de les civilitzacions, existeix la creença d'una vida després de la mort i la possibilitat de tornar a trobar-se amb l'ésser estimat. Els sentiments de dolor i pèrdua, així com la creença d'una vida després de la mort han estat representats al llarg del temps a través de la creació artística.

Com a pas previ per entendre l'impacte que una pèrdua significativa té en el comportament humà és necessari entendre el significat del concepte d'aferrament.

La teoria de l'aferrament de Bowlby ens parla de la tendència dels éssers humans a establir forts vincles emocionals amb altres persones i de les reaccions emocionals que provoquen l'amenaça o la ruptura d'aquests vincles. Així, explica que l'aferrament es desenvolupa durant els primers anys de vida i que es produeix per la necessitat que els éssers humans tenim de protecció i seguretat. També ens diu que la conducta d'aferrament es dirigeix cap a persones específiques i que tendeix a perdurar al llarg de la vida, de manera que establir relacions i conductes d'aferrament al llarg del cicle vital amb éssers significatius es considera una conducta normal, tant en nens com en adults.

Els components del dol són tres: (a) Es tracta d'una reacció universal davant la pèrdua, en el sentit que constitueix una faceta que apareix en totes les cultures, tot i que les seves manifestacions poden ser molt diferents.

(b) Produeix patiment, que pot estar associat tant a comportaments actius de malestar com a comportaments passius de tipus depressiu. (c) Pot afectar negativament la salut de la persona que l'experimenta.

Cada persona és única i així, de manera personal i única, expressarà i viurà el seu dol, un procés totalment variable, dinàmic i canviant dia a dia per a la persona, que pot ser diferent per a cada individu i que presenta també peculiaritats idiosincràtiques en cada família i en cada cultura.

Viure un dol per la pèrdua d'un ésser estimat, o qualsevol altre pèrdua important, no és un procés patològic a pesar de tot el patiment que pot arribar a generar. En un principi s'ha d'evitar la medicalització d'aquest procés natural.

Vivim en una societat de la immediatesa, de la pressa, on el benestar i l'hedonisme són uns valors fonamentals. La veritat és que les coses de la vida que porten associades malestar i tristesa són considerades inútils i innecessàries. I per exemple, podem prendre una pastilla per no sentir frustració, pèrdua, soledat... A vegades aquests sentiments són tractats com a malalties quan el que necessitem és anomenar-los, sentir-los i afrontar-los amb els recursos personals que tots portem incorporats. Quan tot plegat resulta massa complicat,

l'ajut d'un professional ens pot aportar recolzament, assessorament i guia.

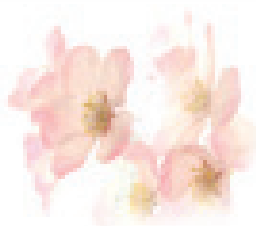
Vivim tant de pressa que quan ens adonem, ja ha passat un mes, un any, una dècada..., no estem bé i no sabem què ens passa. Amb tantes ocupacions i distraccions no tenim temps ni oportunitat d'aturar-nos i preguntar-nos com ens sentim per dins. Quan ha estat l'última vegada que ens hem agafat unes hores, ja no dic un dia, per estar amb nosaltres mateixos? Potser llavors apareixerien totes aquelles altres feines pendents, les dels dols que deixem passar, perquè ens van dir o ens hem dit a nosaltres mateixos que havíem de passar pàgina, que la vida és curta i que no la malgastarem plorant per allò que no tornarà, que al cap i a la fi allò no era tant important.

Freqüentment creiem que per la senzilla raó d'haver entès els fets intel·lectualment, o creiem haver-los entès, ja està tot fet. Però és necessari integrar totes aquestes pèrdues a un nivell més profund i acceptar que són part també de la nostra biografia, perquè deixin de fer-nos mal i no ens restin energia vital.

No es tracta de recrear-nos en el patiment que provoquen les pèrdues, sinó en un exercici d'higiene mental i emocional que ens permeti ser conscients dels nostres sentiments i de les nostres necessitats. També hem de perdonar i perdonar-nos, poder dir "adéu", acomiadar-nos per poder dir "hola" a noves relacions, a nous vincles, per poder recuperar i gaudir plenament del plaer de la vida".

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

**FARMÀCIA
ARIMANY**
IBERT DE BUNA DUBRE
PLAÇA BALCÓNER I SALVADOR, 11
08001 - GIRONELLA



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

La dieta mediterrània, un estil de vida saludable



La dieta mediterrània (DM) tradicional reflecteix el patró alimentari dels països de la conca mediterrània durant el segle XX, el qual està basat en el model rural i agrícola de la mateixa zona. En els darrers anys, nombrosos estudis han posat de manifest els beneficis per a la salut de la dieta mediterrània. El patró de DM està inversament relacionat amb el risc de patir malalties cardiovasculars, d'altres patologies com diabetis, càncer, malaltia de Parkinson o malaltia d'Alzheimer, així com síndrome metabòlica. També s'ha pogut veure com el seguiment del patró alimentari DM protegeix de l'obesitat, ja que hi ha una relació inversament proporcional entre l'índex de massa corporal (IMC) i el patró de DM, així com una relació inversament proporcional entre el perímetre de la cintura i la relació alçada/perímetre de cintura i el seguiment del patró DM. En general es constata que el seguiment del patró de DM redueix el risc de mortalitat total i de mort prematura en la població en general, motiu pel qual les associacions científiques més importants recomanen el seguiment del patró de la DM per a la prevenció primària i secundària de les malalties cròniques.

Es defineix la DM com un patró alimentari ric en aliments vegetals: cereals, fruita, verdures i hortalisses, llegums, llavors, fruits secs i olives. La principal font de greix afegit és l'oli d'oliva. En funció de l'àrea geogràfica es consumeix una quantitat de gran a moderada de peix i productes del mar; moderada d'ous, aus i productes làctics (iogurt i formatge), i baixa de carn vermella, així com una ingesta moderada d'etanol (preferentment vi). Però l'acte de menjar va molt més enllà que la simple aportació de nutrients necessaris per al correcte funcionament de l'organisme. Menjar és un

acte social i cultural; cuinar, seure al voltant d'una taula i compartir el menjar amb la família i/o amics són aspectes importants d'un estil de vida saludable. Així mateix, el consum de productes frescos, de temporada i de proximitat ens assegura un contingut adequat de nutrients a la nostra dieta.

La dieta és un dels components d'un estil de vida saludable, però no és l'únic. L'activitat física és un altre component fonamental. Els hàbits alimentaris i l'activitat física interaccionen en el desenvolupament i la prevenció de malalties cròniques i ho fan des d'estadis inicials de la vida. La pràctica regular d'activitat física, almenys 30 minuts al dia, és un complement bàsic per mantenir un bon pes corporal, a més tenir altres beneficis per a la salut. Caminar, pujar escales o realitzar les feines de casa són maneres fàcils de dur terme activitat física.

Conservar els hàbits i els estils de vida propis de la nostra cultura mediterrània pot contribuir a millorar la nostra salut i disminuir el risc de mortalitat i de patir malalties cròniques.



Glòria Gómez, diplomada en nutrició humana i dietètica i professora associada de la Universitat Ramon Llull.

Salut i prevenció

Més de 1.000 voluntaris han col·laborat amb el DIA MUNDIAL DEL CÀNCER DE MAMA



Més de 70 punts informatius han fet possible que la campanya de prevenció del càncer de mama de la Fundació Oncovallès arribi a tota la població del Vallès Oriental.

Amb el lema: **"Amb tot el meu cor"** la comarca s'ha omplert de cors roses, més de 10.000 fulletons informatius repartits, 15.000 llacets roses i 5.000 espelmes es varen encendre a les 19h de dissabte 18 d'octubre des de molts indrets i cases, fent llum per tots els que pateixen aquesta malaltia, ja siguin afectats, familiars, cuidadors o amics.

DIA MUNDIAL CàNCER DE MAMA

19 d'octubre 2014



Como si de laboriosas hormigas se tratara, el sábado 18 de noviembre, los voluntarios de Oncovallès y los colaboradores de las distintas entidades, modificaron asombrosamente la estética de la Plaza de la Corona de nuestra ciudad.

En la mesa de información se ofrecía Lotería de Navidad para ayudar a la entidad así como des del Taller Solidario se mostraban los Cojines del corazón, confeccionados por voluntarias, para personas operadas recientemente de cáncer de mama.



Carpas que cobijaban infinidad de juguetes reciclados, que en calidad de donativo, se intercambiaban con los niños y los padres. Juguetes para todas las edades, educativos, formativos y de diversa índole hacían las delicias de los niños.



VOLUNTARIAT EN MARXA

A todas las personas que lucían un lazo rosa, símbolo del Cáncer de Mama, y visitaban la perfumería Marionnaud recibían un obsequio.

**CLADELLAS 2000
TÓMBOLA DE JOGUINES
RECICLADES**



TAULA INFORMATIVA MARIONNAUD

Como novedad, este año, el Aula de Terapias Complementarias ofrecía una pequeña muestra de sesiones de Reiki, Cristaloterapia, Psicodanza, Método Yueng y Arte-terapia, para dar a conocer terapias complementarias a la medicina tradicional que mejoran el día a día de los pacientes.



AULA DE TERÀPIES COMPLEMENTÀRIES

Los niños pudieron participar de manualidades durante todo el día. Se realizó un taller para crear postales personalizadas y recortables en forma de corazón, símbolo de la campaña de este año. Todo, junto a los voluntarios que siempre están presentes en estos eventos artísticos.



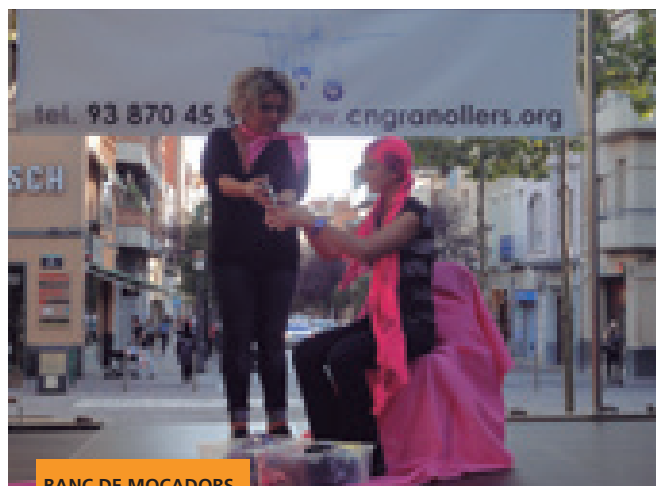
EL TALLERET DE L' ELENA FRAUCA



VOLUNTARIS DE PARC ESTUDI

Otro grupo de voluntarios maquillaron a todo el que lo deseaba, aplicándoles motivos relacionados con el lazo rosa.

El taller de Imagen de la Fundación nos mostró las diferentes posibilidades que existen actualmente, relativos a pelucas y pañuelos. Una voluntaria nos enseñó con habilidad como hacer uso del pañuelo con una gran variedad de maneras de colocarlo y de este modo poderlo combinar con el uso de la peluca.



BANC DE MOCADORS DE LOURDES CRUZ

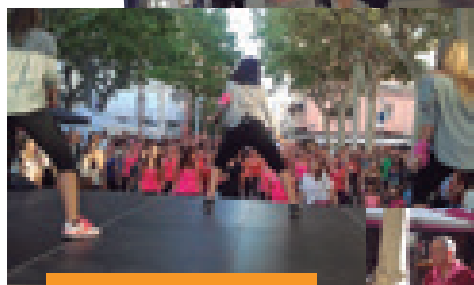
También hubo información sobre prótesis y lencería específica para personas que han sufrido una mastectomía. Sugestivos bañadores y bellos diseños en ropa íntima que ayudará a mantener la autoestima en las personas afectadas.



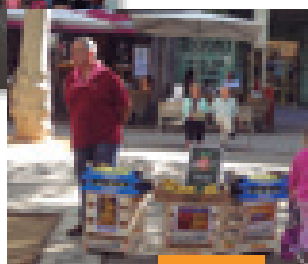
IMATGE I ORTOPÈDIA

Algunas de las otras actividades de las que pudimos disfrutar ese día fueron una exhibición de danza sobre el escenario y una Masterclass de Zumba, para animar a aquellos rezagados que aún no se han decidido a practicar algo tan beneficioso como es el deporte y recomendado para mejorar nuestra salud, seas o no afectado.

ESCOLA DE DANSA SWING



CLUB NATACIÓ GRANOLLERS



DISFRUIT



JUNTS, FEM MÉS LLUM

Miles de velas culminaron un enorme lazo de luz, de esperanza y nos recordaba que no estamos solas en este proceso, que esta enfermedad es tratable, que hay un alto



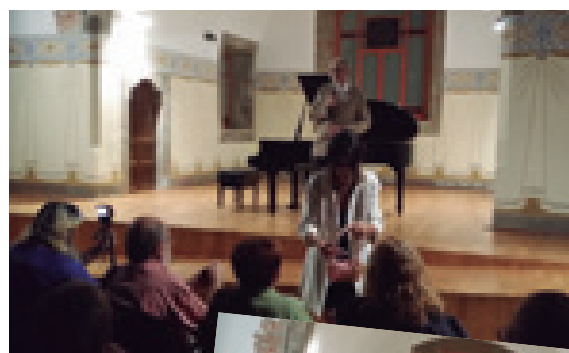
LES AUTORITATS TALLEN LA CINTA I DONEN PAS A L'ENCESA

índice de curación y que, centros como Oncovallès están ahí para aportar su colaboración y cuidados a todos los afectados que así lo necesiten.



Por último, para acabar esta intensa jornada pudimos disfrutar de un concierto de piano muy emotivo en la Sala Tarafa.

Una voluntaria y colaboradora de Oncovallès, compartió sus emociones y sentimientos en un tema tan delicado como es el cáncer, y nos emocionó en su discurso sobre la enfermedad, que en cualquier momento uno de nosotros puede padecer. Nos hizo reflexionar sobre la frágil frontera que existe entre la salud y la enfermedad.



MICHEL WAGEMANS D'AMICS DE L'ÒPERA DEL VALLÈS ORIENTAL



El día transcurrió lleno de luz, de color, de optimismo, de generosidad, también de lágrimas en algunos momentos puntuales y emotivos. Fueron muchas las muestras y las ganas de vivir y de ayudar de todos aquellos que pudieron colaborar en este magnífico evento.

Oncovallès, aporta los medios en las fases más difíciles y delicadas del tratamiento, haciendo sentir que la esperanza siempre nos ha de acompañar.



SRA. ISABEL VIÑAMATA Y SR. DANI MARTÍNEZ ENTREGAN EL CHEQUE AL PRESIDENTE DE ONCOVALLÈS PERE CLADELLAS

El domingo 19 de noviembre, como cada año, els Xics de Granollers, junto con los Castellers de Sabadell y los Sagals d'Osona, también quisieron sumar dando apoyo así en un día tan especial. Así mismo, la Farmacia Viñamata que colaboró todo el mes de octubre en la campaña para ayudar a la Fundación, captando donativos y obsequiando a todas las personas que se acercasen el domingo con un lazo rosa.

Moltes gràcies: Ajuntament de Granollers, Ajuntament de les Franqueses, Ajuntament de Montornès, Hospital General de Granollers, Hospital de Sant Celoni, Hospital de Mollet del Vallès, Institut Català de la Salut, La Mútua, CEMAV, Sacom, KH7, La Caixa, Bankia, Urbaser, Punt del Voluntariat, Caprabo, El Talleret de l' Elena, Parc Estudi, Imatge Esther de Vega, Ortopèdia del Vallès, Club Natació Granollers, CEM la Roca, Adim Montornès, Escola de Dansa Swing, Grup de Dones Bigues i Riells, Xics de Granollers, Amics de l' Òpera Vallès Oriental, Marionnaud, Farmàcia Viñamata, Disfruit, La Gralla, Joguines Cladellas, Zinkers, Codina, Dolors Porredón, VOTV, el 9 nou i Radio Granollers.

Taller de Lletres



XICS DE GRANOLLERS
CASTELLERS DE SABADELL
SAGALS D'OSONA



LLORET - SIERRA

DES DE 1941

Barbacoes, Estufes,
Xemeneies, Recuperadors de
calor i complementis del foc

Recuperadors de calor

Financiem 12 mesos sense interessos!

Estufes

Xemeneies

Barbacoes

Mobiliari jardí

Liquidació
en moble
de jardí

C/ Pinós, 53 - Tel. 93 870 58 69 - GRANOLLERS - www.lloretsierra.com



ADIM: CAMINADA
CONTRA EL CÀNCER
DE MAMA



ASSOCIACIÓ DE DONES
DE BIGUES I RIELLS

ASSOCIACIÓ DE DONES
ADIM MONTORNÈS



AJUNTAMENT DE MONTORNÈS
XERRADA DE PSICOLOGIA
CARMEN CORTES



CENTRE ESPORTIU
MUNICIPAL LA ROCA

INSTITUT CATALÀ DE
LA SALUT AMB ELS
42 CAPS DEL VALLÈS
ORIENTAL

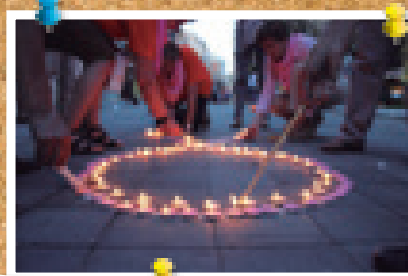
AJUNTAMENT DE
LES FRANQUESES

HOSPITAL DE GRANOLLERS



HOSPITAL DE
SANT CELONI

LA MÚTUA DEL
CARME I CEMAV



HOSPITAL DE MOLLET



VOLUNTARIS D'ONCOVALLÈS
LA GARRIGA

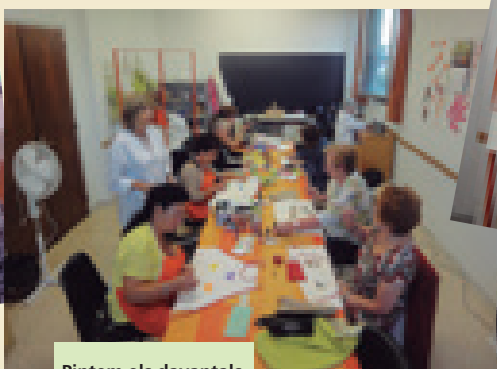


En nom de tot l'equip:
Gràcies Vallès Oriental!!!!

Tallers terapèutics



Tallem els davantal



Pintem els davantals



Davantals acabats

ACOMPANYAR

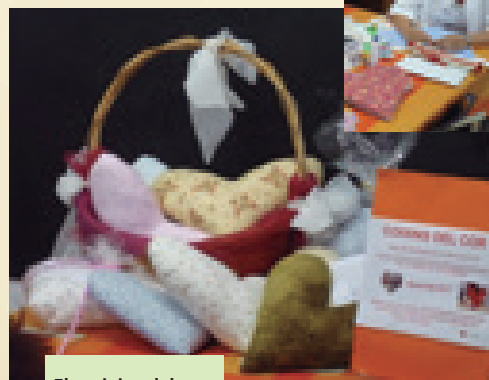


Lectura i comprensió

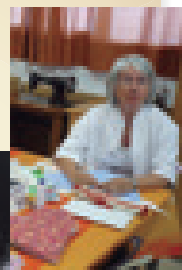


El llibre escollit

AMOR



Els coixins del cor



COMPLICITAT



Espelmes acabades

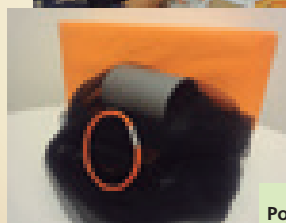


Llum per nadal

ESCOLTAR



Treballem de polseres



Polseres Solidàries

EL TALLER DE LLETRES D'ONCOVALLÈS JA TÉ 10 ANYS

Tots tenim clar que les persones ens necessitem, ja que volem compartir la nostra vida amb els que tenim a prop, siguin familiars o amics. Aquesta necessitat és multiplica quan els que formen part dels Tallers d'Oncovallès són, majoritàriament, malalts oncològics. Enraonar, explicar els problemes, saber com s'ho manega la resta, ajudar-se, és una necessitat vital.

Primera etapa: 2004-2005



Tot va començar el 2 de març de 2004 quan la Carme Grau, molt amiga de la Pepi Pagès, li va proposar fer un taller que més tard s'anomenarà "Taller de Lletres".

La primera activitat que es proposa és escriure la situació personal de cadascú. Formaven part del grup, inicial, amb la Pepi Pagès al capdavant: Carme Grau, Maria Gràcia Balada i 7 altres pacients.

La previsió de durada d'aquell primer taller, era de dos mesos, és a dir, acabarà el 27 d'abril. Descobreixen que, estar plegats i escriure els fa sentir millor, són feliços quan es troben. Saber que són a prop, els produeix seguretat. Fan, a més a més, punts de llibre per Sant Jordi. Un dia, en Joan Sala els fa una visita per conèixer el taller. Considera interessants els escrits i els proposa l'edició, que, titularan Retalls de vida. La proposta els agrada i allarguen aquell taller per tal de preparar amb profunditat aquelles reflexions de cadascú i fer-ne l'edició. La Pepi Pagès està ja molt delicada, però fer aquell taller li dóna forces per seguir amb vida. Va morir l'any 2006. Tothom recorda el seu missatge: "L'adversitat no apaga la llum poètica de la vida. Compartir és estimar."



L'equip del Taller de Lletres acorda crear el Premi de Poesia Pepi Pagès anual i, també, editar un llibre amb les obres guardonades de forma bianual.

Segona etapa: 2006-2010

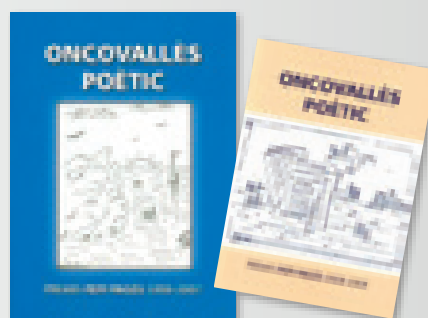


Aquesta etapa és la que més treballa. Tothom té moltes ganes de fer coses, d'iniciar-se en l'escriptura, compartir anhels, acompanyar-se en la malaltia. El responsable del taller és en Joan Sala, que els sap encomanar la passió per l'escriptura i en formen part: Maria Diumaró, Carme Grau, Olga Salavedra, Virtudes Hernández, Esther Castañé, Anna M. Llopis, Josep Alcaraz, Maria Capel, Francesca del Campo, Joan Pont, Melody Moreno, Dolors Porredón i Maria Gràcia Balada.

Oncovallès demana a Paco Monja l'assessorament per fer una revista on explicar el dia a dia de la Fundació, com sobreviu, plasmar la vida d'Oncovallès, els pensaments, els desitjos i les activitats dutes a terme, sempre en estreta col·laboració amb altres entitats. La primera Revista veu la llum l'any 2006 amb el compromís d'editar-la de forma semestral.



En aquesta etapa es presenten els primers llibres de poesia: Oncovallès Poètic (2006-2007 i 2008-2019).



El 2008 s'edita el llibre sobre la figura de Carles Vallbona, un dels pares d'Oncovallès amb el títol: *Granollers al cor*.



Tercera etapa: 2011-2013



El Taller el conformen: Joan Sala, Montserrat Ponsa, Anna M^a Llopis, Maria Capel, Sara Muñoz, José Alcaraz, Carme Grau, Ester Lara, Dolors Porredón, Ramon Mora, Paco Monja.

L'any 2012 es va preparar i publicar el llibre *(10) Anys fent camí*.



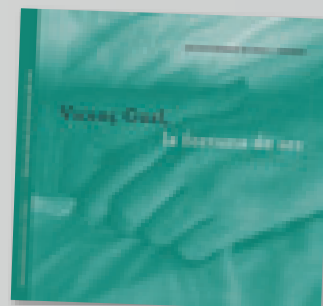
En aquesta etapa també es presenten els llibres de poesia: *Oncovallès Poètic* (2010-2011 i 2012-2013).

Quarta etapa: 2014



En formen part Montserrat Ponsa, Sara Muñoz, Ramon Mora, Pere Cladellas, Carme Grau, Ester Lara, Maria Sánchez, Dolors Porredón, Paco Monja.

Montserrat Ponsa va presentar el seu llibre *Vicenç Gual, la fortuna de ser*, editat per Oncovallès. El llibre recull les vivències de l'amic d'Oncovallès Vicenç Gual, el qual, en el llit de mort, va voler explicar la seva vida-malaltia a la Montserrat Ponsa. En Vicenç, que va passar set mesos a la planta de pal·liatius de l'Hospital General de Granollers, va recalcar, entre d'altres moltes coses, la necessitat que hi ha d'actuar ràpidament quan es noten els primers símptomes de la malaltia. Tot el que es recapti amb la venda del llibre serà destinat a la Fundació Oncovallès.



Durant aquests 10 anys hem perdut uns quants companys: Pepi Pagès, Virtu Hernández, Joan Pont, José Alcaraz i Francesca del Campo.

Al llarg d'aquest 10 anys del Taller de Lletres hem tingut nombroses col·laboracions:

- Impremta i maquetació Jordi Lloreda
- Impremta I-Gràfic
- Disseny i maquetació CIC Comunicació
- Disseny i maquetació EG-SOLGRAF
- Laboratoris PFIZER
- Disseny i portada del Llibre (10) anys fent camí, a càrrec de Vicenç Viaplana
- Servei de Català de Granollers – Consorci per a la Normalització Lingüística
- Han col·laborat com a Jurat, juntament amb el Taller de Lletres en el Premi de Poesia Pepi Pagès: Esteve Plantada, Santi Montagut, Teresa Riera i Alba Ruiz (filla i néta de Pepi Pagès); està patrocinat per Pruna Motor, Estabanell i Pahisa i l'Ajuntament de Granollers.
- En el llibre *Vicenç Gual, la fortuna de ser* hem comptat amb la col·laboració de l'Stefanno Puddu (disseny i portada), la impremta Galobart, la Biblioteca i l'Ajuntament de Santa Eulàlia i també amb l'Ajuntament de Vallromanes.

Inaguració dels Tallers d'Imatge i Ortopèdia

El dijous 27 de novembre a les 18.00h, la Fundació Oncovallès va presentar: El teu taller personalitzat d'imatge i ortopèdia.

Un espai d'ús individual o per grups d'assessorament i suport a la imatge oferint una millora en el servei de perruques, mocadors, estètica i ortopèdia.

Tallers que cobreixen les necessitats estètiques, per reforçar l'autoestima, acompanyament i pal·liar els efectes secundaris dels tractaments.

Tallers de cada especialitat que acolliran com a màxim 8 persones amb sessions d'una hora de durada. Demanem que la gent s'apunti a demanda, en el cas que hi hagi llistes d'espera es tindrà molt en compte atendre les necessitats individualment en funció de la urgència.



Donem servei a tots els municipis del Vallès Oriental.

POSEM A LA TEVA DISPOSICIÓ EL NOSTRE BANC SOLIDARI: PERRUQUES, MOCADORS I ORTOPÈDIA.

Sol·licita'!

CONSELLS PRÀCTICS:

ABANS, DURANT I DESPRÉS DEL TRACTAMENT

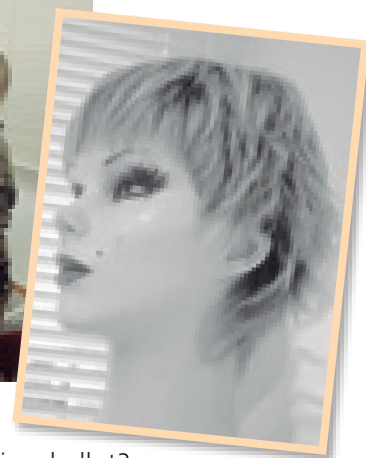
- Si ha de caure el cabell, informa't.
- Quant temps triga a començar a caure?
- Quant temps triga a sortir el cabell?
- Puc tenyir-me quan surt el cabell?

JA HO HE DECIDIT, VULL UNA PERRUCA NATURAL O SINTÈTICA, cadascuna té un tractament diferent

- Podem dormir-hi?
- Com i cada quan es renta.
- Cal assecar-la?
- Podem posar-hi productes?

EL PÈL: CELLES, PESTANYES

- Puc tatuar-me o micropigmentar-me les celles?
- Puc depilar-me?
- Puc posar-me pestanyes postisses?
- Em puc banyar a platja o piscina amb ella?



LA PELL I EL COS

- Com em puc rentar el cuir cabellut?
- Com em maquillo?
- Puc fer-me la manicura i la pedicura?
- Puc prendre el sol?
- M'he de protegir alguna part més?

Protocols d'actuació supervisats per el Comitè Tècnic Sanitari d'Oncovallès.

Resol els teus dubtes.

Els nostres professionals t'ofereixen pautes per millorar la imatge, sentir-te millor i acompanyada.

Truca i apunta-t'hi, no esperis més!!!

93 870 01 67

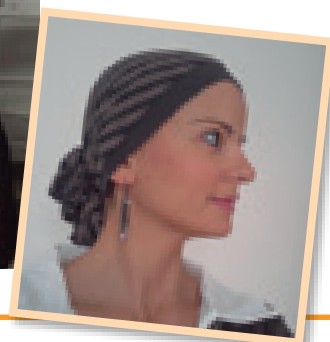
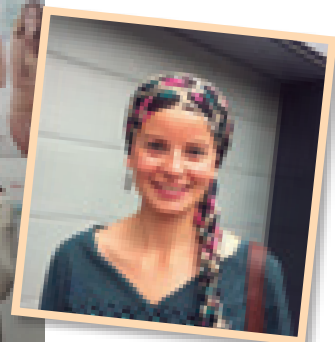
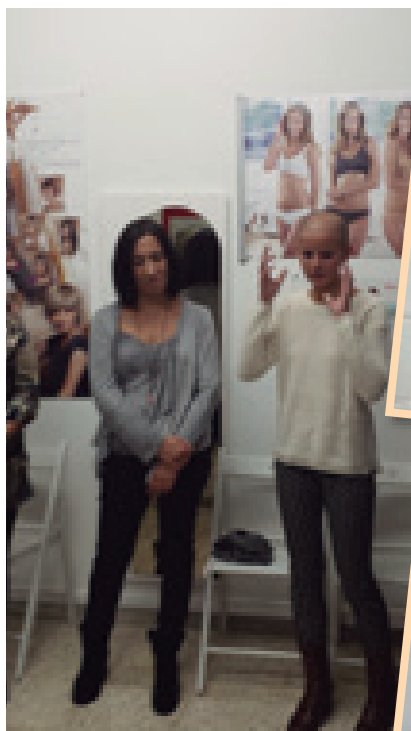
ELS MOCADORS

NOMÉS MOCADOR O COMBINAT AMB PERRUCA...

- On els puc trobar?
- Quina forma han de tenir?
- De quin color, perquè em combini i m'afavoreixi?
- Quants en necessito?
- Són iguals els mocadors per a l'estiu que per a l'hivern?

ÚS DELS MOCADORS

- Com me'ls poso?
- T'ensenyarem a posar-te'ls.
- Sistemes i models per tal que cada dia et vegis diferent.
- Com guardar-los i organitzar-los dins de l'armari.



NECESSITATS BÀSIQUES ORTOPÈDIQUES

COM ENS POT AJUDAR L'ORTOPÈDIA?
QUIN ÉS EL VENTALL DE POSSIBILITATS?

EN CÀNCER DE MAMA:

- Pròtesis de mama totals o parcials.
- Sostenidors i roba de bany.
- Limfoedema:
 - Peces de compressió estàndard o a mida.
 - Mànigues, mitges i guants.

COLOSTOMIA I ILEOSTOMIA:

Faixes per a una major contenció de la zona de l'estoma.

EN CÀNCER OSSI:

Pròtesis adequades.

FASE AGUDA DE LA MALALTIA:

EN AQUEST PERÍODE DE LA MALALTIA HI HA AJUDES PER A FACILITAR LA VIDA DIÀRIA? SÍ, les ajudes tècniques per a deambulació (cadres de rodes manuals i elèctriques, caminadors i bastons), per al bany (cadres de dutxa i banyera, agafadors, etc..) per a la transferència dels malalts (grues, plataformes de transferència, etc..) i per a la prevenció d'escares (matalassos d'aire, coixins).



ELS PRODUCTES ORTOPROTÈTICS ESTAN SUBVENCIONATS?

SÍ, MOLTS PRODUCTES ORTOPROTÈTICS ESTAN SUBVENCIONATS PEL SERVEI CATALÀ DE LA SALUT, però cadascun d'ells amb una periodicitat diferent.

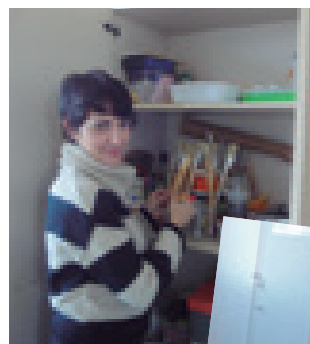


Es clou l'acte amb un pa amb xocolata

Aula de teràpies complementàries



De esquerra a dreta: Mateu Aregay -Terapeuta en Musicoteràpia, Àngela Jiménez -Terapeuta en Reiki, Isabel Defez -Terapeuta en Reiki i Cristaloteràpia, Miquel Pont -Terapeuta en Psicodansa, Raquel Font -Terapeuta en Mètode Yueng.



Núria Molina
- Artterapeuta



Begonya Esteve
- Llanoterapeuta

Un grup de terapeutes voluntaris ofereixen a Oncovallès la possibilitat de treballar amb teràpies complementàries que ens ajudaran a conèixer les característiques essencials de les emocions humanes, a través de tècniques d'expressió corporal, relaxació i autoconeixement, avaluant l'efecte d'aquestes en la salut mental i física, per tal d'aconseguir un major benestar general, proporcionant un equilibri i harmonia en el seu cos, potenciant l'efecte de recuperació i millora, i una major qualitat de vida.

TERÀPIES DE L'AULA DE CONEIXEMENTS ALS CENTRES CÍVICS

L'Aula de coneixements d'Oncovallès obre les seves portes al la població durant el 2015 oferint diversos tallers als centres cívics de Granollers.

Coneix el món de les teràpies complementàries, aprèn i cuida de la teva salut.

Dilluns 2 de març, Centre Cívic Nord, de 18 h a 20 h "Musicoteràpia", a càrrec del terapeuta Mateu Aregay.

La Musicoteràpia és l'ús de la música i el seus elements musicals (so, ritme, melodia i harmonia) promou la comunicació, les relacions, l'aprenentatge, el moviment, l'expressió, l'organització i d'altres objectius terapèutics rellevants. D'aquesta manera es pretén satisfer les necessitats físiques, emocionals, mentals, socials i cognitives.

Divendres 13 de març Centre Cívic Palou, 18 h a 20 h "Psicodansa" a càrrec del terapeuta Miquel Pont.

La Psicodansa, per mitjà de la música, el moviment i el grup, facilita el despertar de vivències integradores que enforteixen la vitalitat, l'afectivitat i el benestar corporal. Utilitza músiques que tenen efectes específics universals dins dels cinc grans conjunts de vivències, que estimulen respostes de vitalitat, creativitat, afectivitat i transcendència. Per això la Psicodansa s'anomena, la dansa de la vida.

Dimecres 18 de març Centre Cívic Can Bassa, de 18 h a 20 h "Llanoteràpia", a càrrec de la terapeuta Begonya Esteve.

La Llanoteràpia és una eina accessible, d'autogestió, sostenible i portable, que ajuda a relaxar-se, controlar el malestar i empoderar-se. Consisteix en utilitzar les tècniques del teixir i les propietats de la pròpia llana amb finalitats terapèutiques.

El procés de teixir, per ser un moviment rítmic, repetitiu, automàtic, bilateral i oculo-manual contribueix a: practicar l'atenció, relaxar-se, desconnectar, baixar l'ansietat, ordenar les idees i proporciona un motiu per relacionar-se. La llana, pel seu contingut en suarda, és relaxant, antiinflamatori i exerceix un efecte multiplicador sobre els sentits.

Dijous 26 de març Centre Cívic Jaume Oller, de 18 h a 20 h

"Iniciació a les tècniques de Reiki", a càrrec de la terapeuta Isabel Defez.

El Reiki és una tècnica que redirigeix l'energia que flueix de l'univers a través dels seus cossos i del palmell de les mans, a parts específiques del seu propi cos o bé a altres amb la finalitat de facilitar el guariment. A través d'aquesta teràpia energètica ens permet aconseguir un major equilibri físic, emocional i mental.

Dimecres 8 d'abril Centre Cívic Can Gili, de 18 h a 20 h
"Arteràpia", a càrrec de la terapeuta Núria Molina.

L'Art-Teràpia, utilitza com a mitjà els llenguatges artístics, a través dels quals es pot expressar i exterioritzar, de manera no verbal, els sentiments o preocupacions difícils de posar en paraules. La creació de l'obra artística, el seu procés i el treball posterior de reflexió ens poden proporcionar valuosos elements de canvi i els sentiments queden protegits per les imatges i els símbols.

Dilluns 13 d'abril Centre Cívic Nord, 18 h a 20 h.
"Mètode Yuen", a càrrec de la terapeuta Raquel Font.

El Mètode Yuen és una tècnica energètica que fusiona anatomia, fisiologia, anàlisi estructural, tècniques energètiques, física quàntica i la pràctica del Qi i Shen Gong. Es tracta de trobar l'equilibri entre cos-ment-espíritu; han d'estar forts per estar junts, però també forts per estar separats l'un de l'altre perquè no interfereixin. Això s'aconsegueix enfortint les debilitats del passat perquè no interfereixin en el futur.

la teva impremta a internet

www.igrafic.com

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

igrafic


EUROPEAN QUALITY STANDARD
REGISTERED TRADE MARK

QUALITAT CERTIFICADA

Roger de Flor 71-73 - 08402 Granollers
Tel. 930 616 803


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

Adéu-siau Dr. Campos

Oncovallès ha perdut un amic i un gran professional

El Dr. Josep Maria Campos, un home bo.

El Dr. Josep Maria Campos, gran mestre de la medicina i de la cirurgia, que amb el seu esforç, dedicació i entusiasme, va fer possible el creixement i reconeixement de l'Hospital de Granollers.

Va dedicar la seva vida a salvar i a canviar vides. Va ser un gran professional, una gran persona. No només dedicat als malalts sinó a la integritat i benestar de la família.

Fundador i membre del Comitè Tècnic Sanitari de la Fundació Oncovallès des dels inicis, ha compartit coneixements i projectes que, els membres hem intentat emular amb gran admiració.

En nom de tots els components d'aquest Comitè, Oncovallès s'uneix al dol de la família.

És un dolorós comiat. Ens deixa un buit difícil d'omplir. Volem manifestant el nostre amor pel seu record.

Record que comença com a cofundador de la Fundació Oncovallès a La Mútua l'any 2002. El Dr. Campos va tenir sempre molt clara la missió de l'entitat, tal com va explicar en una entrevista a la periodista Montserrat Ponsa arran del llibre dels 10 anys de la Fundació: "Oncovallès és un grup de vallesans solidaris amb els seus conciutadans.



Tracta d'oferir suport a persones que ho necessiten, i que la sanitat oficial no ha estat capaç de donar-los."

Igual que el seu col·lega, company i amic Dr. Carles Vallbona, el Dr. Campos va ser sempre un gran defensor que "la prevenció va primer", oferint xerrades a la població sobre "hàbits saludables en la prevenció del càncer".



O com deia el Dr. Miquel Hernández-Bronchud, en la seva nota de felicitació per la Medalla de la Ciutat de Granollers el 2012: "Un professor com en Josep Maria Campos sempre pot tenir la matèria primera de l'experiència humana i inspirar la grandesa d'agitar, recuperar somnis perduts... i salvar o canviar vides."

Companys d'Hospital i del Comitè Tècnic Sanitari d'Oncovallès, junts ens han

ofert ponències a les taules rodones prèvies al tradicional sopar benèfic anual.

Sempre atent als moviments, avenços i creixement de la Fundació, la seva presència i suport no només van quedar palesos en els actes socials i sanitaris, mai va faltar la seva visita als actes al carrer, amb la població, persones que com ell tenen una preocupació vital per les problemàtiques socials, sempre proper i accessible.

Sempre proper a les activitats de recaptació



"Encara que soni el timbre del final de classe, els mestres mai deixen de pensar maneres per a motivar i inspirar. Mai deixen d'intentar despertar la curiositat, l'esperança i la idea que treballant intensament qualsevol cosa és possible."

Fem-ho possible, doncs, per ell...

A l'entorn d'Oncovallès

El XIIè sopar comarcal va comptar amb l'assistència de més de 200 persones

Del temps d'espera i del mètode poètic

El XIIè sopar comarcal en benefici de la lluita contra el càncer que va tenir lloc el passat dia 3 d'octubre a l'Hotel Ciutat de Granollers va comptar amb l'assistència de més de 200 persones, entre les quals hi va haver la presidenta del Parlament, Núria de Gispert. Altres representants polítics presents a l'acte van ser la Dra. Candela Calle, directora de l'Institut Català d'Oncologia; Fernando Brea, delegat de Govern a Barcelona; la Dra. Sabina Molina, al capdavant del Servei d'Atenció Primària Vallès Oriental; Josep Mayoral, alcalde de Granollers; Josep Orive, president del Consell Comarcal...



Com en d'altres edicions, el tradicional sopar va estar precedit d'una taula rodona sobre el tema "Supervivents del càncer i familiars" que, sota la presidència de Pere Cladellas, va comptar amb la participació del Dr. Miquel Hernández Bronchud, president del comitè tècnic sanitari d'Oncovallès; el



Taula rodona "Supervivents de Càncer i Familiars"



Dr. Ramon Beyés, psicòleg i professor emèrit de la Universitat de Barcelona; Óscar Prieto, vicepresident del Grupo Español de Pacientes con Cáncer; Óscar Moral, advocat, i Maria del Mar Sánchez, regidora de Serveis Socials de l'Ajuntament de Granollers. Interessant i pedagògica proposta informativa entorn a un tema relacionat amb els malalts del càncer que afecta també moltíssimes persones del seu entorn més immediat.

En aquest sentit, cal destacar ben especialment la referència que van fer tant el Dr. Bronchud com el Dr. Bayés sobre temes relacionats amb el temps d'espera i els problemes que produeix aquest aspecte, tant en el malalt (que viu angoixat un temps que sovint s'allarga massa) com en els familiars de la persona que espera els resultats de les primeres proves o d'altres que s'acostumen a fer durant el procés de la malaltia. Sobre aquesta qüestió van coincidir a remarcar la necessitat d'intentar avançar sanitàriament, per tal que els malalts puguin afrontar la seva situació en el menor temps possible.

Especialment interessant va ser també la reflexió que va fer el Dr. Bayés a l'entorn de saber compaginar el mètode científic que s'ha d'aplicar als pacients en el moment de fer front a un càncer amb el mètode poètic. El Dr. Bayés inclou dins aquest mètode tot allò que té a veure més enllà de la medicina i la seva utilització amb el propi malalt (circumstàncies personals...), el seu entorn mèdic i familiar...; va remarcar que "cada persona s'ha de tractar d'una manera diferent". Va destacar, igualment, el gran paper que hi juguen els professionals, tant pel que fa als metges com al personal d'infermeria.

Les intervencions dels representants del Grupo Español de Pacientes con Cáncer van girar al voltant d'aspectes relacionats amb les qüestions laborals derivades de la malaltia durant el període en el qual es desenvolupa, camp en el què cada dia hi ha aspectes nous que cal plantejar.

Tant a l'inici de la taula rodona com del sopar, es va tenir un record especial per al Dr. Carles Vallbona i per al Dr. Josep Maria Campos, tots dos, col·laboradors ben especials d'Oncovallès, absents en aquesta ocasió per malaltia. A mig sopar, Oncovallès va fer entrega d'uns guardons a l'empresa Urbaser i a dos dels seus treballadors com a reconeixement dels 10 anys de voluntariat a les activitats de la Fundació.



Cóctel de benvinguda



Sopar de germanor



Urbaser, 10 anys de col·laboració i voluntariat.



L'equip d'Oncovallès brinda pel futur.

Finalment, cal destacar, un any més, l'aportació artística del sopar. El grup de pintors "Dos + 2 Art", format per Elena Surribas, Margaret Sabé, Emili Lloret i Toni Ribell, van donar a la Fundació quatre obres que van ser sortejades entre els assistents.



Obra de l'Elena Surribas.



Obra de Margaret Sabé.



Obra de l'Emili Lloret.



Obra de Toni Ribell.



D'esquerra a dreta:
Sr. Josep Mayoral, Sr. Pere Cladellas,
Sra. Núria de Gispert,
Sra. Carme Grau i Sr. Jaume Díez

Empreses i entitats col·laboradores: Hotel Ciutat, Perfumeria Júlia, Taller de Lletres Oncovallès, Fundació Freixenet, El Jardinet, Dolors Porredón, Roche, Merk, VOTV i Clara Armengol, El 9 Nou, Ràdio Granollers...

Gràcies a tothom per compartir aquesta vetllada amb nosaltres!

el dia de la teva Boda

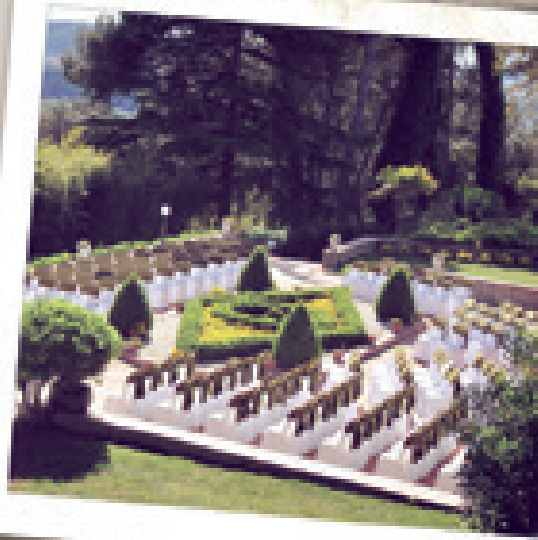
...volem que gaudis amb la sensació
de llibertat i felicitat plena sense
complicacions.

Mas de Sant Lleí vibra en un entorn
natural, elegant, romàntic, on la seva
història i misticisme et regalaran
un dia que perdurarà per sempre
en la teva memòria.



MAS DE
SANT LLEÍ

Ctra. Granollers a Masnou, km 10,5
08410 - Vilanova del Vallès
T. 93 845 88 22 - F. 93 845 88 23
www.masdesantllei.com



AMB EL SUPORT DE



BarcelonaTurisme

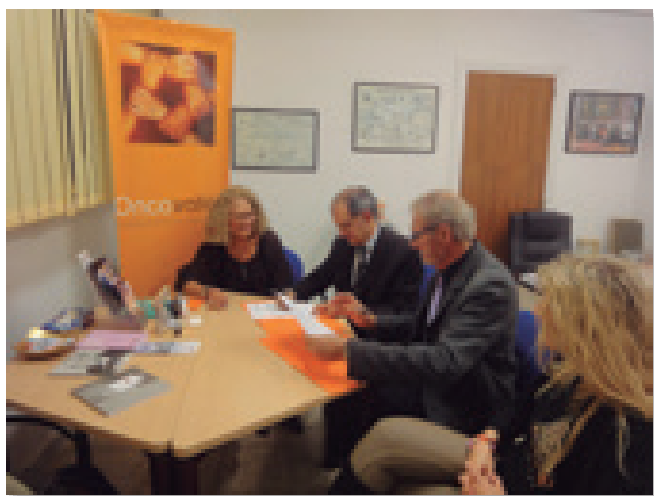
Convenis i col·laboracions

AJUDA'NS A CONSTRUIR

Volem fer un agraïment a la Fundació Espavila per aquest dos anys de col·laboració amb el local del c/ València. A partir de desembre 2014 gràcies a la col·laboració de Finques Marcel, el magatzem que dona fruit als Encants d'Oncovallès tindrà un nou espai al c/ Ponent, 57. La recollida de material i el Taller de Reciclatge es realitza a la seu d'Oncovallès a l'Avda. del Parc.



Un cop més es demostra la solidaritat dels barris de Granollers, gràcies **Associació de Veïns del Barri del Lledoner**.

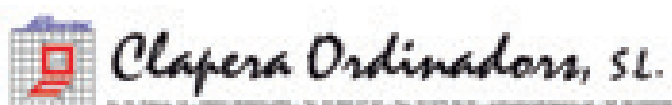


El Sr. Pere Cladellas president d'Oncovallès i el Sr. Jordi Salayet president de la Fundació Universitària Martí l'Humà renoven el conveni de col·laboració entre ambdues entitats.



El Dr. Ricard Blanch, director de la Mútua, i el Sr. Pere Cladellas

LA MÚTUA, col·labora subvencionant Tallers Terapèutics. La Mútua com a entitat, juntament amb els seus professionals fan possible molts projectes de la Fundació amb múltiples col·laboracions tant econòmiques com amb xerrades, articles per la revista i sobretot a les campanyes de prevenció.



SUPORT ALS EQUIPS INFORMÀTICS DE LA FUNDACIÓ
La Fundació Oncovallès ha signat un conveni de col·laboració amb Clapera Ordinadors, S.L., els quals vetllaran per la seguretat i optimització dels sistemes informàtics de la fundació.



Carrera Electrodomèstics ens cedeix un microones pels berenars dels nostres tallers terapèutics.

Sant Feliu



FIRA DE NADAL A SANT FELIU DE CODINES

Els voluntaris han treballat amb amor els detalls de Nadal.



FIRA DE LA CARBASSA A SANT FELIU DE CODINES

El 27 i 28 de setembre, com és tradició, té lloc la Fira de la Carbassa a Sant Feliu de Codines. La Fundació Oncovallès cada any hi participa amb una parada on s'exposen els objectes amb motius de carbasses fets a mà per les voluntàries de la població.

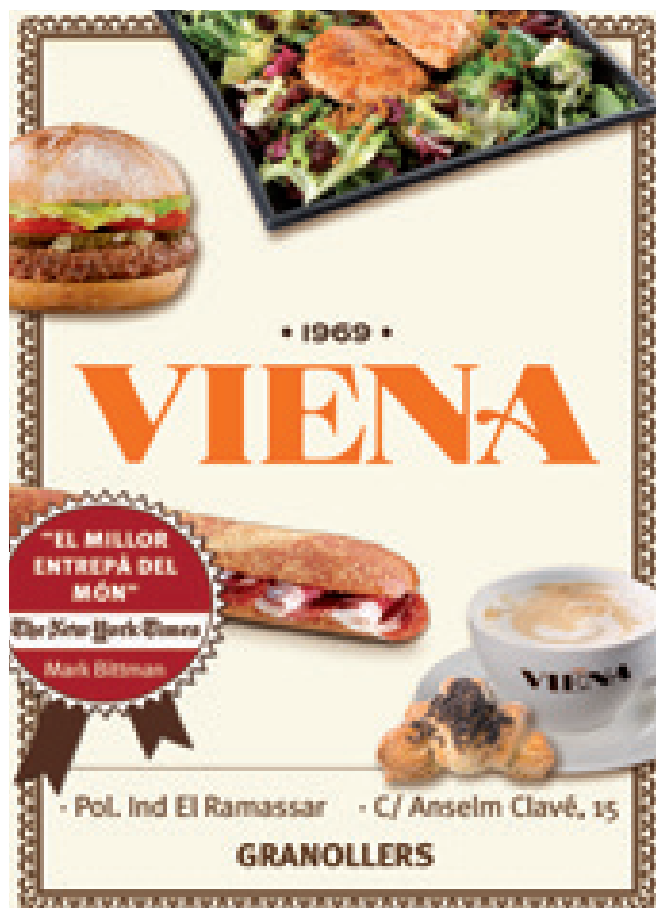
Aquest any a la seva desena edició l'artista Emili Lloret ha exposat els seus quadres i la seva recaptació ha estat per la Fundació Oncovallès.



Moment de l'entrega de les joguines.

JOGUINES SOLIDÀRIES = FAMÍLIES SOLIDÀRIES

L'Ampa de l'Escola Lledoner ha fet com cada any la campanya solidària de recollida de joguines i aliments. Els aliments recollits són destinats al Centre d'Acollida el Xiprer i les joguines a la Fundació Oncovallès.



La Garriga



COM CADA ANY, ONCOVALLÈS LA GARRIGA, VA ORGANITZAR UNA CAMINADA SOLIDÀRIA.

Aquesta activitat en benefici de la fundació Oncovallès es va dur a terme gràcies al gran equip de voluntàries i voluntaris de La Garriga, la col·laboració del Centre Excursionista Garriguenc, Little Italy – Bar la Plaça i el suport de l'ajuntament de La Garriga.

COL·LECTA LA GARRIGA



La botiga solidària Coses i +... col·laboren amb la rifa d'una magnífica panera amb productes fets a mà i xocolates. La recaptació ajudarà en els projectes d' Oncovallès la Garriga.

IV SOPAR A BENEFICI DE LA LLUITA CONTRA EL CÀNCER A LA GARRIGA.



Actuació de la soprano Vicky Amador



Agraïm un cop més la solidaritat del Restaurant La Garrafa

Santa Agnès



LA SOLIDARITAT DE SANTA AGNÈS DE MALANYANES

Un cop més, la població de Santa Agnès demostra el compromís incondicional de col·laborar amb Oncovallès gràcies als ingressos rebuts de la Col·lecta d'agost i el berenar solidari amb el concert de gospel que va organitzar el Casal dels Avis per la castanyada.

Granollers

OFRENA FLORAL DIADA 11 DE SETEMBRE

Com una entitat més de la ciutat, la Fundació Oncovallès presentà la seva ofrena floral al monument de la plaça l'11 de Setembre amb motiu de la celebració de la Diada Nacional.



PUNT DE VOLUNTARIAT

Granollers posa en marxa el Punt del Voluntariat. La fundació Oncovallès es una de les disset entitats que han creat aquest projecte, de promoció al voluntariat a la nostra ciutat.

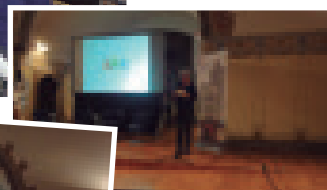


DIA 5 DE DESEMBRE DE 2014, FESTA DEL VOLUNTARIAT!

Els voluntaris som gent normal. No som éssers excepcionals. Ens comprometem en la transformació social i exercim, senzillament, un dels drets dels ciutadans: el de col·laborar a humanitzar l'entorn.

A Oncovallès sabem que la societat que cultiva la solidaritat és una societat més humana i més justa. Per tant, volem fer arribar el missatge perquè tothom es sensibilitzi, i què el voluntariat sigui de debò una experiència transversal entre els ciutadans.

Des de fa 13 anys, nosaltres vetllem per fer conscients els voluntaris i les voluntàries que tenen un gran poder creador: ells transformen les vides d'aquelles persones a qui acompanyen i atenen. I això, sortosament, no se'ls pot pagar amb res!



Per molts anys, Voluntaris!



SERVEI A DOMICILI

● Sant Roc, 2 · Granollers · T 93 870 11 56 · www.disfruit.com

LA FUNDACIÓ ONCOVALLÈS PRESENTA: **LA FESTA DEL NADAL**

La música i la poesia ens obren pas a la màgia del Nadal.

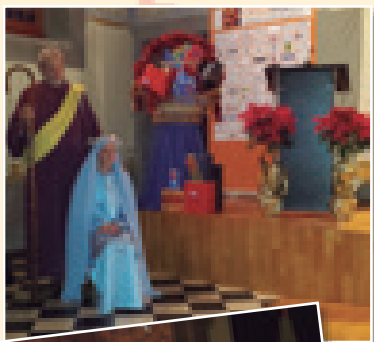
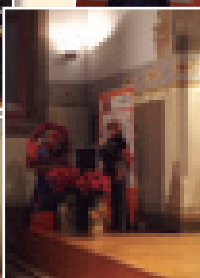
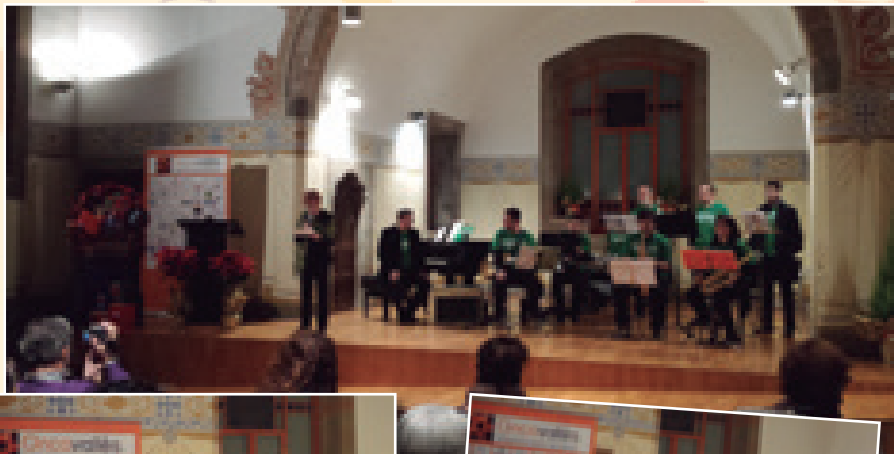
La música a càrrec de la **Big Band de l'escola de música Combo**. Direcció a càrrec d'en **Marc Dosaiguas**.



La poesia que pren forma de pessebre. Direcció a càrrec d'**Olga Pey**

Grup de teatre Mandala

Anna M^a Llopis
Amparo Marcos
Encarna Marín
Montserrat Cabanes
Nani Minguillón
Olga Pey
Teresa Chàfer



Pessebre vivent:

Lourdes Cruz
Pere Cladellas
Teresa Chàfer
Pastorets d'Oncovallès



AGRAÏMENTS: Jaume Vilardell, Xavi Cherta, Acte Quatre, Emilio Miguez, Andrés Jiménez, Manel Navarro, César Paz, Ajuntament de Granollers, Taller de Música Combo, KH-7, el Jardinet i Xocolates Granollers.

Fira de Nadal



Parades on hi havia cabuda per tothom i es podia trobar tota mena d'articles a canvi d'un donatiu amb una assistència constant de gent que no va disminuir ni a l'hora de dinar.

A més de la loteria de Nadal, hi podies trobar espelmes decorades amb motius nadalencs i les "Polseres d'Oncovallès", tot fet per el Taller Solidari d'Oncovallès.

Una gran parada de joguines, roba solidària i objectes de la llar del taller de reciclatge "Els Encants d'Oncovallès".

La V edició del concurs de dibuix "Els Petits Voluntaris fan grans dibuixos", amb la col·laboració especial de l'artista Agnès Ferrer, amb el tema: "Arbres decorats, arriba Nadal!"

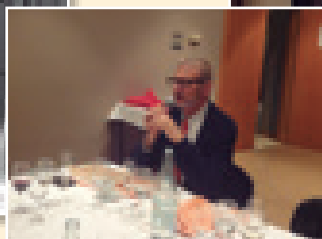
SOPAR DE NADAL D'ONCOVALLÈS

Un cop l' any ens trobem fora dels despatxos, dels tallers, de les activitats... gaudint d'un bon sopar i una bona companyia, amb tots els que cada dia creiem que llevar-nos, ja és una regal.

Que poder ajudar als altres és una oportunitat.

Que junts tot és fa menys feixuc. Que cada dia pot ser Nadal.

Demanem un desig, junts: **MOLTA SALUT I AMOR PEL 2015!**



Agenda

Convocatòria del X Premi de Poesia Pepi Pagès 2015

Premi Pepi Pagès, temàtica: "Convivre amb la malaltia".

Els poemes poden tenir una extensió de fins a 60 versos, han de ser inèdits, escrits en llengua catalana, lletra Times Roman mida 12, amb 1,5 espais. No s'admeten fotografies ni dibuixos per il·lustrar-les.

El jurat està format per Sara Muñoz, Ramon Mora, Santi Montagud i Montserrat Ponsa. S'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. Propera edició, premis 2014-2015. El termini d'entrega de les obres acabarà el 30 d'abril de 2015. 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.

El veredict s'emetrà a la Festa Literària que la Fundació Oncovallès celebrarà el mes de juny de 2015.

Granollers, desembre de 2014

MISSA ANUAL ONCOVALLÈS

18 de gener a les 12:00 hores
Parròquia de Sant Esteve de Granollers

Lliurament dels premis V edició del concurs de dibuix:

"Els Petits Voluntaris fan grans dibuixos", aquest any amb el tema: "Arbres decorats, arriba el Nadal". A càrrec de la Fundació Oncovallès i la il·lustradora Agnès Ferrer, el 18 de febrer 2015 a les 17.30 h a la seu.

En col·laboració amb la Fundació Universitària Martí l'Humà:

- Presentació de l'Aula de Coneixements.
- Xerrada "La dieta Mediterrània, un estil de vida saludable"

A càrrec de Glòria Gómez. Diplomada en Nutrició Humana i Dietètica i professora associada de la Universitat Ramon Llull.

COL·LECTA SOLIDÀRIA

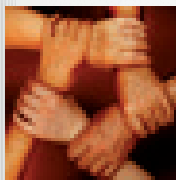
31 DE MAIG DIA MUNDIAL
DEL CÀNCER DE PULMÓ

TAULA INFORMATIVA
31 DE MARÇ CÀNCER
COLORECTAL

TÓMBOLA DE JOGUINES
FIRA DE L' ASCENSIÓ:
Els dies 14, 15, 16 i 17 de maig
TOMBOLA DE JOGUINES
RECICLADES!!! us esperem.

SERVEIS D'ACOLLIDA I ACOMPANYAMENT:

LA GARRIGA
SANT FELIU DE CODINES
SANTA AGNÈS DE
MALANYANES



Truca'ns al 93 870 01 67

FES-TE SOCI
D'ONCOVALLÈS!

SENSE TU NO PODEM

Millora i benestar

- Accollida i acompanyament
- Psicooncologia
- Nutrició
- Logopèdia
- Bata
- Fisioteràpia i pneumoteràpia
- Acupuntura
- Mobilitat i coordinació
- URO (Servei d'Urgència a Domicili)
- Treball Social

Atenem i solventem les demandes socioeconòmiques mitjançant els serveis socials presats pels usuaris.

Tallers terapèutics

- Taller d'art i amistat
- Taller de lletres
- Taller d'expressió emocional
- Taller solidari
- Taller de patchwork "Coid del cor"

NOUS TALLERS:

Artteràpia

(tots els dimarts, de 17 h a 19 h del 13 de gener al 24 de març)

Mètode Young

(tots els dimarts, de 17 h a 19 h del 22 de setembre i 1 de desembre)

Psicooncologia

(tots els dijous, de 17:30 h a 19:00 h, del 14 d'abril al 28 de juny)

Servei de Psicooncologia Oncovallès a:

- Fundació Privada Hospital Aut de Granollers
- Hospital de Moles
- Hospital de Sant Celoni Fundació Privada

Salut i prevenció

Taules informatives als carrers de Granollers i a les poblacions veïnes, a Salut Pública dels ajuntaments de la Comarca, a l'Hospital General de Granollers, a l'Hospital de Moles, a l'Hospital de Sant Celoni, als centres d'atenció primària del Vallès Oriental, a la Mutua del Carre i a la CEMAC.

Aula de coneixements Tècniques complementàries

Presentació del programa Aula de Salut dels Centres Clínics de Granollers:

- **Meditació**, terapeuta Sr. Miguel Arreguy, dijous 2 de març, de 18 h a 20 h al Centre Clínic Nord.
- **Psicoacústica**, terapeuta Sr. Miguel Port, dimecres 13 de març, de 18 h a 20 h al Centre Clínic Palau.
- **Ultrasonografia**, terapeuta Sra. Begonya Folera, dimecres 18 de març, de 18 h a 20 h al Centre Clínic de Can Barro.
- **Reiki**, terapeuta Sra. Isabel Colls, dijous 26 de març, de 18 h a 20 h al Centre Clínic Jaume Oller.
- **Ayurveda**, terapeuta Sra. Maria Molina, dimecres 8 d'abril, de 18 h a 20 h al Centre Clínic de Can Gili.
- **Mètode Young**, terapeuta Sra. Raquel Font, dijous 13 d'abril, de 18 h a 20 h al Centre Clínic Nord.

Presentació Aula de coneixements a la FUMH de la Garriga

Diades Internacionals del Càncer:

- 18 de febrer, Dia Internacional del Càncer Infantil.
 - 31 de març, Dia Mundial del Càncer Colorectal.
 - 31 de maig, Dia Mundial sense Tabac.
 - Remada a nomen de la Sra Rosa Galland a les 16:30 h a la Sala d'Actes de l'ESADP, Agost 19 del 2015.
 - 18 d'octubre, Dia Mundial de Càncer de Mama.
- Informació i prevenció a la plaça de la Pau: tallers i activitats participatius per a grups i grups individuals suport a les persones i familiars que pateixen la malaltia. Per un dia, tots som nos, tots som nos!

Activitats per recaptar fons a Granollers i poblacions veïnes

- Tombola de joguines recitades
- Bares per a la vida
- Sopars benèfics
- Fira de la Caritat
- Col·lectes anells
- Fira de Nadal
- Concerts solidaris
- Els Encants d'Oncovallès

Vine, gaudeix de les festes d'Oncovallès!

- Missa anual d'Oncovallès
- Caminades populars
- Desfilada de bandes i roba de color (patronada per Anna Carr, (diputada del Vallès i Barba)
- Festa Mercat X Concert Pepi Pagès (patronada per Pau i M. i treballant temps)
- Sortida sorpresa
- Festa natalenca

Celebra el Nadal amb nosaltres

Taller de reciclatge

Porta tot allò que ja no necessitis i que es pugui reciclar a l'ecopunt del Parc mòbil de la planta.

Truca'ns: 93 870 01 67

PER DONAR-NE VOSTRES ILS VOSTRES

Acció Solidària

Porta tu el material d'empenta que ja no tens més. Recull el teu material i que no es perdi cap dels teus recursos.



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



ON ANEM?

Penso que no hi ha ningú que en algun moment de la vida no s'hagi plantejat: on vaig, què vull, com he d'actuar... Personalment, ho he fet en moltes ocasions i, certament, costa decidir. Sí, tinc clar per on no passaré, però, en algunes ocasions, he hagut de decidir sobre la marxa: han canviat tant les situacions.

Anys enrere, quan encara no manava l'economia, les persones érem més solidàries, ens coneixíem, ens ajudàvem, ens complementàvem i, sobretot, enraonàvem. Tot marxava per altres llinars. Érem més senzills, honrats, no anguniejàvem per... no importa què, com ara. La majoria de ciutadans s'han convulsat per no ser menys que el veí, o com aquell parent que té molts diners, que viatja...

Què passa, però, amb la majoria de ciutadans? Ningú coneix qui té al costat; a vegades ni els parents, perquè són menys que ells i no s'hi fan. No enraonen amb qui tenen a prop, corren, compren, miren la TV i s'encomanen de tot allò que els recomanen: estar prim, cuidar la cintura, no menjar segons què, seguir tots els programes escombraries que la majoria de televisions ofereixen, no importa l'horari.

Qui en surt perjudicat? Tots, els que així obren. No tenen cura de la família, els nens mengen a escola, els vespres no enraonen perquè cadascú mira la TV a la seva cambra. Horrorós panorama! Poc esperançador. Quin futur els espera? Solitud total!

Dic tot això, perquè hi ha altres maneres de fer, de viure. Hi ha persones que, ni que sigui per culpa d'una malaltia, han conegut la Fundació Oncovallès i la seva gent, voluntaris desinteressats que escolten, ajuden, ensenyen i, sobretot, animen a forjar noves formes de vida de servei per ajudar els que els necessiten. Participen en tallers que capaciten facultats amb activitats múltiples. A la Fundació la gent somriu i, tot i que alguns estan tocats, suporten amb gran dignitat la malaltia. Quin goig i quina esperança veure com comparteixen feina i conversa en els diferents tallers: alguns fan teatre, altres preparen els coixins del cor; treballs manuals que s'ofereixen a canvi de petits donatius. Altres recuperen tot allò de segona mà que arriba, que serà ofert als Encants d'Oncovallès, que justament es van dur a terme el 13 de desembre a la Porxada.

Quan algú arriba de nou no entén què passa, perquè no estan amoïnats com ells. Alguns, demanen si els seus familiars poden participar en les activitats. Des d'aquí dic que Sí, que la nostra família ha de ser com un revulsiu, que ajudi a aprendre a comportar-se, a abraçar l'altre, a somriure i parlar-li sense deixar de mirar-se als ulls.

És aquesta la forma de vida que tothom s'hauria d'imposar. De servei, de compromís amb els que ens necessiten. Estar a prop seu quan calgui, sigui per riure, sigui per plorar. És trist corroborar que el què fan les fundacions com Oncovallès no sigui tema curricular de totes les famílies i escoles. Tots ens necessitem. Plegats podem ser més feliços i aquesta felicitat l'hem d'irradiar com una taca d'oli, no només quan arriba Nadal, que tothom s'esmerça amb bons desigs. Imposem-nos-els cada dia de la vida.

Montserrat Ponsa Tarrés



Care

CUP B - C



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

Per favor, envienos información gratuita a:

Nombre / Apellido

Calle

C.P. Población

Teléfono

E-mail



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

www.anita.com



EL PLAER DE CONDUIR AL TEU ABAST

PRUNA MOTOR Concessionari Oficial BMW a Granollers i Mataró

Amplies instal·lacions on poder descobrir i provar, tota la gamma BMW.

Vehicles nous, semi nous i d'ocasió, motos i un magatzem de recanvis i accessoris propi. A més de tallers oficials que ofereixen els serveis de mecànica, electricitat, carrosseria i pintura, equipats amb les últimes novetats tecnològiques i amb un equip tècnic molt qualificat.

PRUNA MOTOR, pertany al Grup GASP, amb més de 70 anys d'experiència al món de l'automoció, és un símbol de satisfacció per als seus clients més exigents.

PRUNA MOTOR el teu Concessionari Oficial BMW a Granollers i Mataró

Pruna Motor

Ctra. C-17 Km. 19,060

08403 Granollers

Tel. 93 861 89 23

Via Sergia 2

08302 Mataró

Tel. 93 741 48 48

www.pruna.bmw.es