

Oncovallès

FUNDACIÓ D'AJUDA ONCOLÒGICA

Butlletí núm. 21 - 2016

LA PREVENCIÓ VA PRIMER



Tinc una gran idea!
CUIDAR-ME
La prevenció redueix
un 40%
la incidència del Càncer
Pensa-hi!

Sumari



Salutació

Pàg. 3



Reconeixement Olga Pey

Pàg. 37



Ciència

Pàg. 4



En primera persona

Pàg. 26



Salut i Prevenció

Pàg. 10



Nou projecte

Pàg. 42

Fundació ONCOVALLÈS

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

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

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

La Caixa:

ES81 2100 0009 74 0201308552

O bé feu-vos socis a les nostres oficines

EQUIP DE REDACCIÓ

Edita: Fundació Oncovallès
Coordinació: Taller de Lletres
Col·laboradors: Dr. Felipe Ojeda, Dra. María Pérez, Dr. Joaquim Sola, Carme Cortés, Ramon Mora, Víctor López i M^a José Delgado
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



Des de fa pocs mesos, hem iniciat un camí conjunt amb la Fundació d'Ajuda Oncològica, Oncovallès. Com a president de la FECEC, Junts contra el Càncer, vull agrair la confiança que ha depositat l'entitat adherint-se a la nostra federació.

La FECEC és una entitat de segon nivell que agrupa les principals organitzacions que treballen per

millorar la qualitat de vida dels pacients oncològics i les seves famílies. Es va constituir l'any 2001 amb la vocació d'integrar esforços en la lluita contra les malalties oncològiques a Catalunya. Des de la Federació, oferim serveis a les entitats federades, fomentem el voluntariat en l'àmbit oncològic i desenvolupem programes en les àrees de divulgació, prevenció i recerca psicosocial.

Actualment, formen part de la nostra federació 15 entitats entre les quals hi ha la Fundació Oncovallès. Per nosaltres, és important potenciar el treball en xarxa entre les diferents entitats de lluita contra el càncer. Considerem que un treball en comú i coordinat serveix per unificar esforços i, alhora, ens permet millorar en el dia a dia en qüestions tant cabdals com són la prevenció, la detecció i el suport a pacients i familiars de càncer.

Tenir uns objectius en comú també ens permet compartir informació, adquirir coneixements, prendre decisions conjuntes i arribar a plans d'actuació comuns. És així com s'enforteixen els lligams entre les entitats que ens dediquem a un mateix àmbit d'actuació.

Esperem, doncs, que aquest camí que acabem d'encetar amb la Fundació Oncovallès es tradueixi en un enriquiment global tant per part dels professionals i voluntaris que formen part de l'entitat com també per als pacients i familiars amb càncer.

Moltes gràcies.

Ramon Maria Miralles Pi
President FECEC

Ciència

La vacuna pel càncer de coll. El final d'un càncer?

Ja han passat uns quants anys de l'anunci de la primera vacuna contra un càncer. Estem parlant de la vacuna contra el virus del papil·loma humà (HPV).

Fem una mica de memòria:

En 1976 el Dr. Aguirre mostra la clara relació entre el virus del papil·loma humà i el càncer de coll uterí (càncer de cèrvix), un dels càncers més prevalents en la dona. L'equip del Dr. Bosch, epidemiòleg català, participà en un gran estudi multicèntric mundial que demostra definitivament la vinculació entre aquest tipus de càncer i la infecció pel virus. Diversos equips d'Universitats Americanes i Australianes comencen a cercar una vacuna per aquest virus, i l'equip de Frazer i Zhou de la Universitat de Queensland aconsegueixen formar en un laboratori unes partícules amb les característiques del virus (LVP), que no causen la infecció però sí la resposta immunològica natural (defensa natural del cos davant la infecció del virus). A partir d'aquest moment la indústria farmacèutica s'interessa pel tema i comencen a dissenyar el producte de la vacuna, que serà autoritzada a Espanya en 2007, després de diversos assajos clínics que van requerir molt anys de seguiment. L'autorització inclou la introducció en el calendari vacunal per a nenes entre 11 i 14 anys, ja que l'efectivitat d'aquesta vacuna està vinculada amb l'administració abans de la primera relació sexual de la dona.

Per què el càncer de cèrvix?

Primer perquè es va demostrar que el causant d'aquest càncer era la infecció i cronificació d'un virus. Segon, i no menys important, perquè coneixíem prou bé la història natural d'aquest càncer i com en el seu inici són lesions premalignes que es poden diagnosticar mitjançant les mesures preventives (citologia, colposcòpia-biòpsia), disponibles en la majoria de països. I finalment perquè és un tumor prevalent en la dona i, en el qual, el seu diagnòstic tardà ocasiona una important mortalitat.

Quines vacunes hi ha i quines diferències trobem?

Actualment hi ha dues vacunes comercialitzades: Gardasil i Cervarix.

Gardasil és una vacuna formulada pels serotips oncogènics (capaços d'induir l'aparició del càncer) 16 i 18, i pels serotips vinculats amb les berrugues genitals: 6 i 11.

Cervarix, està formulat pels serotips oncogènics 16 i 18 (aquest són responsables directes del més del 70 % dels càncers de cèrvix), a més, inclou AS04 que és un coadjuvant per incrementar la resposta immunitària a la vacuna.

Algunes d'aquestes vacunes han estat modificades

per augmentar el número de serotips del virus contra els quals són directament efectives.

La introducció de la vacuna ha modificat els controls que fa el meu metge?

Doncs sí, malgrat que al principi hi havia molta reticència a modificar els protocols de prevenció en càncer de cèrvix, la introducció de la vacuna, el reconeixement de la innegable vinculació amb la infecció per virus i el progressiu increment en el percentatge de dones vacunades ha fet que els protocols de control s'han modificat i es dona molta menys importància a la citologia triennal i més a la detecció en el coll uterí del virus. Probablement en un futur gran part del control estigui centrat exclusivament en la detecció de les formes oncogèniques del virus.

S'han notat "grans" efectes de la vacunació?

No, els efectes vacunals són com la pluja fina, de mica en mica va calant; de fet han passat pocs anys per verificar els efectes favorables de la vacuna, però tots els estudis de seguiments de les pacients que varen ser vacunades fa molts anys mostren una reducció molt, molt important en el número de lesions premalignes en els controls clínics realitzats.

A Catalunya durant molt de temps la prevalença d'aquest tumor ha estat molt per sota de la mitjana europea, però en els darrers anys hi havia hagut un repunt per l'emigració sud-americana.

Els efectes secundaris detectats no són diferents als comunicats per altres vacunes (dolor i inflamació local en el lloc de la injecció). Altres efectes comunicats al principi de la vacunació no s'ha demostrat que estiguin relacionats amb la vacuna administrada.

I els nens no s'han de prevenir?

Un dels temes més important des del punt de vista epidemiològic és el de la vacuna dels nens. Ja que seran els nens els que sent portadors del virus poden transmetre'l a les nenes en les relacions sexuals. Sembla de pura lògica que també haurien de ser vacunats; la limitació és de tipus econòmic, ja que augmenta el cost del programa.

És tan cara la vacuna?

Probablement no és tan cara, ja que prevé un càncer. També el fet que la vacuna sigui en dues o tres dosis fa més complicada la vacunació. Però, des del punt de vista de Salut Pública, sí que és molt cara, ja que el número de nenes i nens a qui cal vacunar és molt elevat. De totes maneres, molt països del nostre àmbit europeu han començat a vacunar els nens. Cal recordar que el virus del papil·loma humà també s'ha vinculat al càncer de penis, anus i a alguns càncers de laringe, sempre amb relació a les pràctiques sexuals de cadascú.

I en el futur?

Vacunes més específiques, que cobreixin més serotips

vinculats amb els càncer clínics (està a punt de comercialitzar-se una vacuna per 9 serotips)...i més barates. Caldrien menys dosis necessàries per aconseguir la immunització.

Caldria més control, però més espaiat en el temps (no caldrà la citologia cada tres anys); determinació seriada de HPV en coll de la dona (cada 5 anys o més, si no es tenen factors de risc associats), i hi haurà sistemes personalitzats per obtenir la mostra (no caldrà anar a la llevadora o al metge, per fer la determinació del virus).

Es detectaran lesions premalignes i molt poques de malignes, per la qual cosa disminuirà la cirurgia agressiva en el càncer de coll uterí. I la cirurgia de les lesions premalignes seran també més limitades i amb menys efectes secundaris.

Les vacunes reobren una de les vies de prevenció i tractament en la ginecologia oncològica i probablement serà aplicada a altres càncers on se'n demostri la relació amb un procés infectiu.

Per saber més:

<http://www.cancer.gov/espanol/cancer/causas-prevencion/riesgo/germenes-infecciosos/hoja-informativa-vacuna-vph> Document per pacients del National Health Service. USA. Preguntes i respostes.

http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-75262014000600001&script=sci_arttext Una història de la vacuna.

http://vacunasaep.org/sites/vacunasaep.org/files/VPH_Consenso_Sociedades_2011.pdf Document de Consens sobre la vacunació. Acord de diverses societats científiques.

<http://es.slideshare.net/acuadrado/protocolo-sego-vacunacin-cribadoprevencin-primaria-y-secundaria-de-los-cnceres-de-cuello-de-tero-y-vulva-recomendaciones-para-la-prctica-clnica> Protocol de la Sociedad Española de Ginecología y Obstetricia.



Dra. María Pérez

Metge resident de l'especialitat de Ginecologia i Obstetrícia



Dr. Felipe Ojeda

Director de Servei Integrat de Ginecologia i Obstetrícia del Vallès Central i Baix Montseny. Hospital General de Granollers. Fundació Hospital Asil de Granollers. Professor Col·laborador i Coordinador d'Assignatura d'Obstetrícia i Ginecologia. Departament de Medicina. Facultat de Medicina i Ciències de la Salut. Universitat Internacional de Catalunya



La millor ASSEGURANÇA MÈDICA

— ARA AMB EL —

20% DESCOMPT

LA MÚTUA DE GRANOLLERS
TEL. 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 póliza la Mútua Mèdica. Vigent fins al 31 de desembre de 2016.

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

"LA MÚTUA" SALUT

Unitat de cures de la pell en el pacient oncològic. Consells especialitzats a nivell dermatològic

Els avenços en els darrers anys en el tractament oncològic han incorporat a la quimioteràpia i la radioteràpia clàssiques, un grup de fàrmacs dirigits a dianes moleculars (inhibidors de BRAF, mTOR, EGFR, MEK....).

Amb aquests nous fàrmacs s'han aconseguit beneficis en el control de la malaltia tumoral i, en algunes ocasions, amb administracions orals més còmodes per als pacients, però que presenten un perfil d'efectes secundaris diferents a la quimioteràpia convencional que cal conèixer i tractar.

La toxicitat cutània amb aquest tipus de teràpies oncològiques és molt freqüent i, en alguns casos, pot ser severa o discapacitant, amb un important deteriorament de la qualitat de vida, incomoditat, malestar i amb un perjudici estètic per al pacient.

La prevenció i l'adequat maneig de les toxicitats per part dels professionals sanitaris és essencial per realitzar un bon control simptomàtic i evitar el deteriorament en la qualitat de vida, aconseguir una millor adherència al tractament oncològic i evitar modificacions o retirades innecessàries de dosi.

Recomanacions generals de l'estil de vida:

- Escolliu roba ampla de lli o cotó que no fregui la pell.
- Eviteu tot contacte amb objectes metàl·lics que puguin irritar o erosionar la pell: cremalleres, cinturons, joies, cadenes...
- Eviteu treballs o activitats esportives que puguin traumatitzar les mans o els peus.
- Eviteu fricció en les zones d'irradiació de la radioteràpia durant o després de la radioteràpia.
- Eviteu embenatges oclusius, esparadraps, tiretes, que puguin agredir la pell.
- Realitzar una manicura meticulosa, deixant ungles ben curtes i amb marges roms per evitar ferides per rascat.
- Eviteu al màxim l'exposició al sol i utilitzar fotoprotectors UVA/UVB amb factor de protecció 50+
- Eviteu les variacions importants o brusques de temperatura.

Recomanacions de neteja i cura de la pell:

- Utilitzeu productes d'higiene corporal suaus, sense sabó, tipus Syndet en pastilla o gel de pH 5.5. Els sabons naturals són alcalins i poden perjudicar la pell que té caràcter àcid.

- Eviteu el bany, ja que asseca la pell. És millor la dutxa ràpida diària amb aigua tèbia i evitar la calenta.
- Eixugeu-vos la pell amb suavitat, a tocs, sense friccionar-la.
- Renteu-vos els cabells diversos dies a la setmana amb un xampú suau.
- Escolliu desodorants, perfums i cremes que no continguin alcohol, perfums, parabens o olis essencials.
- Hidrateu-vos la pell amb cremes emol·lients no comedogèniques amb niacinàmida o urea, cada dia.
- En homes que han rebut radioteràpia a la cara o al coll, és recomanable l'afaitat amb màquina elèctrica amb molta delicadesa.
- Durant el tractament, no es recomana la depilació amb cera o similars, perquè és molt traumàtica. És millor afaitar la superfície amb màquina elèctrica.
- No us pinteu les ungles, i si ho feu, utilitzeu esmalts hipoal·lèrgics que no continguin toluol, formaldehids o parabens. Els llevaesmalts han de ser hipoal·lèrgics i lliures d'acetona. No feu servir llevacutícules ni ungles postisses.
- Es pot utilitzar maquillatge corrector no comedogènic per cobrir àrees més pàl·lides o vermelles. Millora l'autoestima i la autoimatge corporal.

EFFECTES ADVERSOS DELS FÀRMACS ANTI-DIANA MOLECULAR

1. Exanema maculopapulós o morbiliforme.
2. Erupció fol·licular papulopustulosa o acneiforme.
3. Xerosi, queratosi pilar i èczemes.
4. Fissures palmoplantars.
5. Paroníquia (ungla encarnada, granulomespiògens, abscessos periungueals).
6. Reacció cutània mans-peus (diferent a síndrome mà-peu o eritrodisestèsia de la quimioteràpia).
7. Radiodermitis aguda (3 primers mesos i molt més freqüent) o crònica.



Joaquim Sola Ortigosa

Dermatòleg

Hospital General de Granollers

Afrontant la pèrdua d'un ser estimat pel càncer

" No hay mayor dolor que no poder dar amor a quien se ama"

Thiago de Mello



La psicòloga **Carme Cortés**, cap de psicooncologia, membre del Comitè Tècnic sanitari de la Fundació Oncovallès i vocal de la Junta de la Societat Catalano-Balear d'Oncologia.

Afrontar la pèrdua d'un ser estimat és una de les experiències més dures per a una persona, una pèrdua tant important que posa a prova els recursos personals de cadascun de nosaltres i ens confronta a la nostra pròpia finitud.

L'experiència de pèrdua pot provocar un dolor tan intens que afecta el nostre cos físic, així com les nostres emocions, les nostres relacions amb els altres i amb nosaltres mateixos, els nostres pensaments, les nostres creences i el nostre món intern existencial o espiritual.

El dol és un procés d'adaptació necessari per a integrar la pèrdua de l'ésser estimat en la nostra història de vida, un procés natural que provoca unes reaccions que utilitzarem com a estratègies conscients o inconscients per a donar sentit a l'experiència de separació.

Aquestes estratègies són molt variades i es consideren com a normals durant un llarg període de temps. Tenen com a objectiu mantenir el dolor de la pèrdua en un nivell suportable.

És habitual sentir-se confós, com en un núvol o en una pel·lícula. També és normal la incredulitat i la confusió, la tristesa, sentir-se sol, ansiós i amb sentiments de culpa per als assumptes no resolts. Les sensacions corporals poden ser també molt variades: vertigen, insomni, dolor de cor, pressió o buit al pit, etc.

És habitual, sobretot al principi, la presència de pensaments repetitius i incontrolables, així com d'experiències en les quals es percep de manera física la persona estimada que ha mort. És possible sentir-ne la veu, l'olor o veure'l; fer-se preguntes com per què ell?, i si haguéssim fet alguna cosa de manera diferent? I també sentir-se culpable pot formar part del procés.

Per evitar el major temps possible el dolor de la pèrdua algunes persones tracten de desfer-se dels objectes de la persona estimada, no parlar del que ha passat, evitar llocs de record, consumir alcohol i/o medicines, omplir-se de feina o activitats. Altres busquen activament la manera d'estar-hi connectades i mantenir-ne viu el record.

Aquestes manifestacions són les respostes que una persona pot utilitzar perquè ningú pot actuar més enllà de la seva història d'aprenentatge. Si intentes que la persona en dol deixi de fer alguna cosa que no consideres adient, només aconseguiràs que s'aïlli. Si intentes posar-te en el seu lloc, la persona se sentirà compresa i segura per a poder compartir amb tu tot el que calgui, sabrà que ha trobat recolzament per als moments més difícils i així quan estigui preparada anirà canviant el que necessiti canviar.

"Els antidepressius no han demostrat ser de gran ajut quant als símptomes depressius en resposta a la mort d'un ésser estimat i existeix l'evidència, que continua creixent, sobre els efectes negatius a llarg termini de l'ús d'aquests fàrmacs."

Attig, Corless, Gilbert, Mckissok, Roth, et al., 2014.

Com a éssers socials necessitem el recolzament, la companyia i fins i tot l'aprovació dels altres i quan ens veiem en una situació d'extrema necessitat aquesta s'incrementa. Però pot passar que justament en aquesta ocasió no disposis de l'ajuda necessària del teu entorn.

És important identificar els motius que poden indicar la necessitat de demanar ajut específica.

Un símptoma d'alarma seria la idea suïcida. Però símptomes de depressió com la disminució de l'autoestima, la sensació d'inutilitat, la manca d'energia i d'interès per les coses que sempre t'havien agradat, alteracions de la son o d'hàbits alimentaris poden ser missatges del cos que indiquin que alguna cosa va malament. S'ha de fer cas d'aquestes alarmes naturals.

El procés de dol és una experiència íntima, reprimida socialment, una experiència que malgrat ser tant comú és desconeguda. Estem davant del tabú de la mort. Així tot el que la persona percep que no és acceptat ni comprès callarà per por a la reprovació social o bé per por que el cataloguin com a malalt mental.

Si et sents sol amb el teu dolor, si conèixer les experiències d'altres et serveix de guia o necessites explicar la teva història en un entorn segur i on l'expressió emocional sigui acollida, els grups de dol són una alternativa molt efectiva.

Aula de la Salut

Cicle de xerrades 2015-16

La vessant humana de la malaltia oncològica

amb Carme Cortés,
psicooncòloga de la Fundació Oncovallès

Dijous 21 de gener a les 19.00 hores
Al centre Cívic Jaume Oller



Ajuntament de Granollers



Hospital General de Granollers



Institut Català de la Salut
Servei d'Atenció Primària
Granollers-Mollet del Vallès



Oncovallès
FUNDACIÓ D'AJUDA ONCOLÒGICA



Al Centre Cívic Jaume Oller la psicooncòloga Carme Cortés, ens va parlar de la vessant humana de la malaltia oncològica. La va acompanyar la doctora Anna Nadal, membre de l'equip de promoció de la salut del Servei de Salut Pública.

NATURAL I FET A CASA DE TOTA LA VIDA



www.carnstorrent.com

GRANOLLERS Passeig de la Muntanya nº96 Tel. 93 879 24 36 C. Girona nº198 Tel. 93 846 70 25 C. Francesc Macià nº88 Tel. 93 860 61 80 C. Mare de Déu de Núria nº9 Tel. 93 879 15 27	LA LLAGOSTA Av. 11 de Setembre nº1 Tel. 93 560 13 88 LLIÇA D'AMUNT C. Anselm Clavé nº143 (dins del Supermercat Condís) Tel. 93 841 51 99 CANOVELLES C. Riera nº2 Tel. 93 840 52 55	STA. EULÀLIA DE RONÇANA Ctra. de Barcelona nº78 Tel. 93 844 98 22 CALDES DE MONTBUI Avgda. Pi i Margall nº158 (dins Cal Frutos) Tel. 93 862 65 88	LES FRANQUESES DEL VALLÈS Ctra. de Ribes nº6 Tel. 93 849 21 65 PALAU-SOLITÀ I PLEGAMANS C. Pintor Vayreda nº20 Tel. 93 865 91 49
---	--	--	---

the waiigo

Inicios:

The Waiigo nace 5 años atrás en un hospital de la mano de María José, que debido a circunstancias de la vida ha necesitado utilizar hasta cuatro bolsas de ostomía a la vez; dos urostomías y dos colostomías. Pero lejos de perder los ánimos reunió fuerzas y buscó la forma de hacer más llevadera esa carga, negándose a cambiar su forma de vestir, sus costumbres y sobre todo su vida.

Después de mucho pensar y algunas pruebas, diseñó y confeccionó unas fundas de tela que recubrirían las bolsas de ostomía, cambiando la imagen ortopédica por una más agradable y estética, transformando una necesidad médica en una parte más del cuerpo, pudiendo vestirla y combinarla con la ropa y gustos de cualquier persona.

Gracias a unas sencillas prendas, tanto adultos como niños han tenido un pequeño soplo de aire fresco en una situación difícil, permitiéndoles respirar hondo y asimilar poco a poco su nuevo estado de salud.

Hace apenas un año el proyecto se puso en marcha con la colaboración de Víctor, un joven enfermero que conoció a María José como paciente y a los pocos días como compañera de proyecto. Juntos aprendieron los intrincados tejemanajes del mundo empresarial. Todo un puzzle que con perseverancia y la ayuda de amigos y colaboradores se ha podido ordenar para crear no sólo un proyecto, sino todo un movimiento de cambio y mejora de la vida de toda persona portadora de una bolsa de ostomía.

Valores:

The Waiigo busca transmitir una sensación de movimiento, dinamismo, actividad, vitalidad y libertad, animando a todas las personas a tener una actitud positiva, levantarse y vivir al máximo cada día.

Con el uso de las fundas también se intenta amenizar la adaptación y aceptación de la bolsa en la vida, minimizando el impacto visual, permitiendo conservar la forma de vestir única de cada individuo tanto dentro como fuera de casa.

En un futuro cercano se abrirá un blog donde enseñar y educar sobre los cuidados del estoma, la nutrición, y consejos tanto de personas ostomizadas como de profesionales de la salud.

Aspectos técnicos de las fundas:

Todas las fundas son universales tanto para urostomías como colostomías. Se pueden utilizar en ambas bolsas transformando su aspecto y forma disimulándolos como una riñonera normal y corriente.

Gracias a su sistema de cierre con velcro se puede colocar y retirar en cualquier momento fácilmente, sin necesidad de vaciar antes ni después la bolsa para la colocación de la funda.

El tamaño del aro también es adaptable, gracias a la largura del velcro se puede adaptar la medida del aro de la funda a un tamaño mínimo de 17mm hasta 40 mm.

Todas las fundas son 100% algodón salvo la tejana que es 97%. Asegurando un tacto amable en la piel y separando la bolsa, evitando irritaciones y rojeces.

Agradecimientos a la Fundación Oncovallès por su ayuda, y a la Farmacia Viñamata por incluirnos en su catálogo.

Adapta el estoma a ti.

Web: www.thewaiigo.com



Mª José Delgado



Víctor López

Treballant Junts...

La Merche Ruiz i en Carles Munzón de l'equip de cribratge de càncer de còlon de l'Hospital General de Granollers van visitar les nostres instal·lacions.

La prevenció va primer!



Salut i prevenció

TALLER PER A TENIR CURA DE LA PELL EN EL PACIENT ONCOLÒGIC

Presentació i formació dels productes LA ROCHE-POSAY

La Roche-Posay és un laboratori dermatològic especialitzat en el tractament i la cura de la pell, en el pacient oncològic.

El 4 de març d'enguany es va fer, a la Seu d'ONCOVALLÈS, la presentació i formació de les dues tècniques sanitàries cedides per la Farmàcia Viñamata i el Centre d'Estètica Depiline que lideraran els tallers que es duran a terme, un cop al mes, al taller d'imatge d'Oncovallès.



Oncovallès i la Farmàcia Viñamata Granollers signen un conveni de col·laboració.



Oncovallès i el Centre d'Estètica Depiline de Granollers signen un conveni de col·laboració.

El nom del laboratori prové d'una població francesa del mateix nom, situada al bell mig de França, famosa per les seves aigües termals d'aigua viva, riques en seleni i utilitzades per al benestar de la pell. Aquestes virtuts terapèutiques són aprofitades pel laboratori en la producció de les seves especialitats.

L'interès de la presentació a ONCOVALLÈS ve donada per la línia de productes especials per a pacients oncològics que ofereixen. Aquests productes compten amb l'assessorament d'ESKIMO GROUP (European Skin Management in Oncology), que és un grup format per dermatòlegs i oncòlegs especialitzats en el tractament del càncer i problemes dermatològics associats a aquests tractaments.

Les persones tractades amb quimioteràpia i/o radioteràpia sofreixen, quasi totes, els efectes secundaris i col·laterals al tractament amb problemes a la pell.



Els productes presentats busquen fer més suportables aquests efectes i normalitzar al màxim la vida diària, mantenint la qualitat de vida del pacient oncològic.

En la mateixa presentació es va fer una demostració de l'aplicació a tres pacients voluntaris, un home i dues dones. Va resultar molt interessant el canvi sofert pels tres models i els comentaris de benestar post tractament. No només es varen presentar productes per a la cura i el tractament de la pell, sinó també la versió que en tenen amb aplicació per a maquillatge.

Tots els assistents varen rebre un regal que consistia en un reguizell de productes de La Roche-Posay perquè poguessin comprovar els efectes beneficiosos que fan sobre la pell.



En acabar la formació hi va haver un important col·loqui entre els presentadors i les persones assistents.

SI SUMEM PODEM AJUDAR MÉS. JUNTS I SOLIDARIS!

Ramon Mora
Taller de Lletres



ATENCIÓ I ORIENTACIÓ: ELS TALLERS D'IMATGE

Ja han començat els tallers per a tenir cura de la pell en el pacient oncològic, dirigits per les terapeutes Yolanda San Martín Arenas amb la col·laboració de la farmàcia Viñamata i Areta Valero de Depiline, amb el suport dels laboratoris La Roche-Posay.

Els tallers han estat un gran èxit.



TALLER DE LA PELL
un cop al mes.
Apunta-t'hi!
Si et cal, fem tallers
personalitzats quan
ho necessitis!
Truca'ns!



TALLERS TERAPÈUTICS

Taller d'Iniciació al Reiki amb la terapeuta María Isabel Defez, mestra de Reiki.



Taller Solidari, un taller dolç, un taller suau i de colors, el taller de coixins del cor on també treballem motxilles, espelmes mentre gaudim d'una bona estona de companyia.



El coixí del Cor

Us vull donar les gràcies per fer-me la recuperació de l'operació de càncer de pit molt més lleugera, gràcies al coixí del cor que em va proporcionar a l'Hospital de Granollers. El coixí significa molt per a mi. No només és l'ajut incondicional que doneu a tots el que estem passant per moments difícils, sinó també el fet de fer-ho amb tot el cor. Gràcies, moltes gràcies per la vostra feina. M'agradaria algun dia ser jo qui pogués ajudar els altres.

Gemma Garcia



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

ONCOVALLÈS VOLUNTARIAT EN MARXA

Un cop més el pintor granollerí Emili Lloret participa en el taller solidari.

Aquí podeu veure els nostres voluntaris treballant els ventalls, que ben aviat podreu trobar a les activitats que fem al carrer.



Grups d'ajuda mútua

Com cada any, a finals de juny es tanquen els nostres tallers. Com podeu veure a les fotos les participants del taller de ventalls volien felicitar al seu mestre de pintura, un voluntari més, el pintor granollerí, l'Emili Lloret.

Taller "Cuidar més que curar"

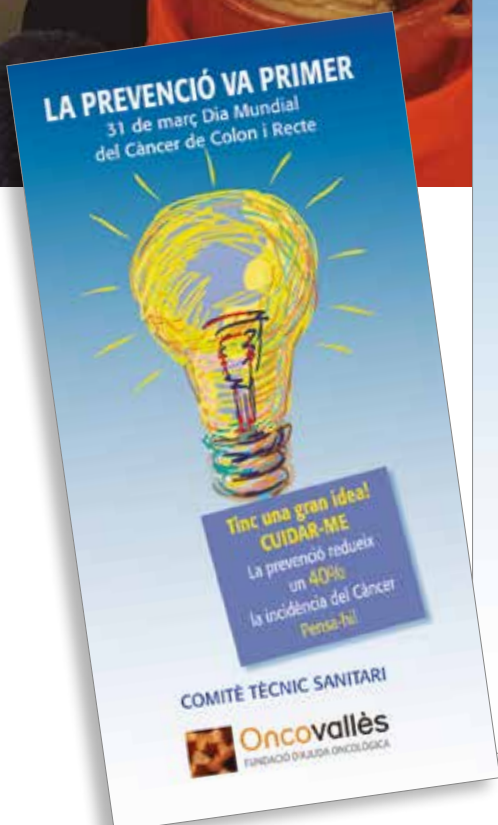
El nou taller del segon trimestre, a càrrec de la Nuria Molina "Cuidar més que curar", adreçat als malalts de càncer i els seus cuidadors, ha estat de molta ajuda per a molts pacients



SOTA EL LEMA "LA PREVENCIÓ VA PRIMER"

Dia Mundial del Càncer de Còlon i Recte

Com sempre a Oncovallès Voluntariat en marxa! Quin goig de taula... i quin berenar! Es reparteixen 200 llesques de pa amb hummus, fet amb cigrons plens de fibra, elaborat amb molt d'amor per la nostra tècnica nutricionista Petri Lavado. Ens han acompanyat la doctora Cladellas de la primària i la doctora. Rosa Franco, del Servei de Salut Pública. Volem donar les gràcies a tots els col·laboradors: Forn Ca l'Espinasa, Forn Bretxa, Disfruit i La Magrana.



PENSAR EN: CUIDAR-ME!

Com ho puc fer?

- ☒ Seguint una dieta equilibrada.
- ☒ Tabac zero.
- ☒ Realitzant exercici físic regularment.
- ☒ Mantenint un pes adequat per la teva edat i alçada.
- ☒ No oblidis que el teu metge de capçalera és la persona que millor et pot informar.



Recorda que si tens entre 50 i 69 anys estàs en un període de risc i és important que et facis la prova per detectar sang oculta en femta no apreciable a simple vista.

COM EM PUC FER UNA DETECCIÓ PRECOÇ?

1. Espera a rebre la carta a casa teva.
2. Un cop tinguis la carta, acudeix a una de les farmàcies adherides a la campanya, on et facilitaran el material necessari per fer-te la prova.
3. Un cop fet el test, caldrà que el portis a la farmàcia tan aviat com sigui possible.
4. El resultat es comunicarà per carta passats uns dies, en el cas que la prova surti positiva s'oferirà la possibilitat de fer una colonoscòpia per detectar lesions en el còlon o el recte.

Showcooking

L'últim dia del mes de març va ser el Dia Mundial del Càncer de Còlon i Recte. Aprofitant aquesta data ONCOVALLÈS va organitzar una Taula Informativa i una mostra de cuina (showcooking) per fer palès que es pot lluitar contra aquesta malaltia fent prevenció amb cura especial en l'alimentació.



Amb la col·laboració de la Farmàcia Viñamata, entre d'altres, en el local de l'establiment de restauració 100 Montaditos es va realitzar aquesta activitat.

En primer lloc, la nutricionista Martina Ferrer va fer una dissertació sobre l'alimentació saludable amb el títol de "L'alimentació va primer".



Va iniciar la xerrada explicant que és necessària una alimentació saludable que ha d'anar lligada a un estil de vida saludable.



Els aliments que s'han de menjar han de ser rics en antioxidants i en fibra. Va dir que hem de buscar una dieta variada en colors, com un arc de Sant Martí, que tingui

una varietat de productes que facin aquest efecte. També va dir que és important fer una especial atenció al vegetals, tant verdures i hortalisses, com fruita, bolets, algues, espècies i olis no refinats.

També va incloure el peix blau i la carn sense greixos saturats.

Va incidir en el fet d'evitar menjar aliments refinats (sucre, oli, pa blanc, arròs blanc) igualment com aliments rics en greixos saturats, transformats i refinats (bioxeria industrial, carns mal processades, formatges no frescos).

En un altre ordre de coses va ressaltar que l'estrès, el sedentarisme, el consum d'alcohol el tabac i el restrenyiment crònic són factors que poden predisposar a aquest tipus de càncer.

Per acabar va recomanar l'activitat física, el descans i la meditació des del punt de vista de concentrar-se en el que es fa, ja que evita l'estrès.

Posteriorment hi va haver un col·loqui molt interessant entre l'expositora i els assistents que va ser molt enriquidor.

Després en Marc Vergés, també nutricionista, va fer l'exposició de la part pràctica amb una mostra de cuina, on va ampliar el que ja s'havia explicat mentre anava cuinant plats que complien les recomanacions que s'havien exposat.



I, per acabar, va fer un agraïment a tots els col·laboradors per ajudar-nos a fer prevenció.

Ramon Mora
Taller de Lletres



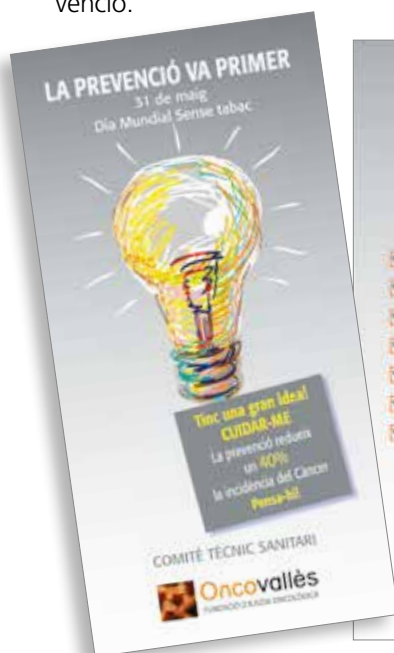
LA PREVENCIÓ VA PRIMER

31 de maig de 2016

Dia Mundial Sense Tabac

La Fundació Oncovallès ha sortit al carrer per a informar als ciutadans sobre com es pot prevenir el càncer de pulmó.

En el marc del Dia Mundial Sense Tabac, Oncovallès ha seguit apostant fort per la prevenció. Un any més amb la col·laboració dels tres hospitals comarcals, 39 CAP, Salut Pública, les farmàcies Viñamata, Bellavista, Parera i Olivet, hem volgut fer arribar eines per fer prevenció.



Durant el dia, la infermera de l'àrea bàsica de salut de Granollers, Lidia Molinés, ha fet proves amb el cooxímetre per detectar els nivells de monòxid de carboni (CO) a la sang per a tots els fumadors que han volgut comprovar-ho.

Agraïm la col·laboració en aquests actes als professionals del Cat Salut, hospitals, farmàcies, a tot al voluntariat de la Fundació i a totes les persones que es van acostar a les taules informatives.




MAS DE
SANT LLEÍ

La teva boda Ideal

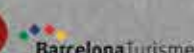


Viu la boda dels teus somnis en un espai espectacular i elegant,
envoltat de naturalesa que emana romanticisme i emoció.
La nostra atenció personalitzada i gastronomia de primera qualitat
són la garantia de l'excel·lència del nostre servei

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



MARATÓ ACTIVITATS I COL·LECTA ANUAL

DIA EUROPEU DEL CÀNCER DE PELL

Speaker en marxa!

"DANI BERNABÉ"

Junts repassem el guió per dur a terme les activitats de la Marató.

Aquesta és la força que fa possible poder estar al costat de tothom que ens necessita.



Models en marxa!

L'Esther, de Parc Estudi, i la Marta, d'Ortopèdia del Vallès de la mà d'Anita Care, preparant la catorzena desfilada.



VOLUNTARIAT EN MARXA! Marató d'Activitats, dia 18 de juny. Així començava el dia.





Vermut solidari! Voluntaris del bar preparant el vermut. Per a nosaltres, una estoneta de xerrada i companyia.



La Tómbola Solidària i els Encants d'Oncovallès. Ho hem de transformar tot en donatius!



Taula informativa dels nostres tallers terapèutics. Els nostres voluntaris han treballat per vosaltres. Aquí teniu les peces que han creat perquè pugueu començar a triar. Les podeu adquirir a través d'un donatiu.



Els Xics ens acompanyen un any més a la taula informativa a la plaça de la Caserna, junt amb un grup de voluntaris d'Oncovallès.



Taula d'imatge. Perruques. Mocadors. Ortopèdia. Vine, t'ho ensenyerem!



A la Sala Tarafa els nens també varen gaudir del seu taller. Guiats per la monitora de manualitats, Laura Aranda.



Caminada des de la Farmàcia Bellavista



Caminada des de la Farmàcia Bellavista i arribada a la Sala Tarafa on els nostres voluntaris els hi van donar una peça de fruita... Gràcies a Disfruit

Club Natació Granollers



Molta pau es va viure gràcies al loga que van fer els voluntaris del Club Natació Granollers.

La millor manera de començar el cap de setmana!

Vols venir a fer loga amb nosaltres?

Xerrada sobre foto protecció



Recordeu que el sol crema, i que la pell té memòria. Ningú pot cuidar la nostra salut com nosaltres mateixos! Heu de protegir-vos!

Els laboratoris La Roche Posay col·labora amb la Fundació als tallers de la pell.



Ens va acompanyar també el Dr. Antonio Guilabert, Cap de la Unitat de Dermatologia de l'Hospital General de Granollers, que va fer una xerrada sobre fotoprotecció.

La Prevenció va Primer

XIII Desfilada Familiar d'Oncovallès

MODELS EN MARXA

L'Esther, de Parc Estudi, i la Marta, d'Ortopèdia del Vallès de la mà d'Anita Care.

Volem que tots el pacients que estiguin operats de càncer de mama, puguin gaudir d'uns bonics banyadors i la roba interior tan maca com sempre... També ens acompanyen com cada any: Barbany, Claxon i Lurdes Bergada amb la seva roba *prêt-à-porter*.

ANITA CARE



Roba interior



Roba bany



BARBANY



CLAXON



LURDES BERGADA



Aquest any, a la desfilada, els nostres models ens han delectat desfilant en família: mares i filles, inclús àvia, mare i filla.



El President d'Oncovallès clou la desfilada. Un any més han brillat els nostres models. Gràcies per fer-ho possible.



• 1969 •

VIENA

Swing



Com cada any no hi poden faltar els de Swing.



Gràcies pel vostre ritme!

Un dia inolvidable



Va ser fantàstic poder gaudir de totes les persones, malalts, familiars, professionals, públic i organitzadors, la família Oncovallès, que van fer possible que tot el que es va recaptar pugui servir per als projectes que Oncovallès du a terme per tothom que ho necessiti.

Aquí teniu algunes imatges que ens varen emocionar, tant per la dedicació dels voluntaris, professionals i públic com



per la força i valentia dels malats que no ens deixa indiferents, tot el contrari, ens donen una lliçó.

FELICITATS per la vostra lucidesa i humilitat!

El que sí que podem fer avui, demà i sempre és agrair a tots els voluntaris, col·laboradors i públic que van fer i fan possible que les activitats preparades hagin estat un èxit! **MOLTES, MOLTES GRÀCIES!**

GRÀCIES

Ajuntament Granollers

Anita Care

Ara Granollers

Arderiu

Bankia

Barbany

Bretcha

Carbons Maria Sierra

Carns Torrent

CiC Comunicació

Claxon

Club Natació Granollers (CNG)

Disfruit

El 9 Nou

Esther de Vega

Farmàcia Bellavista

Farmàcia Olivet

Farmàcia Parera

Farmàcia Viñamata

Fraikin

Fruiteria Tres Torres

Hospital de Mollet

Hospital General de Granollers

Hospital Sant Celoni

Igrafic

Institut Català de la Salut

Jardinet

Joguines Cladellas

KH7

La Roche Posay

Lurdes Bergada

Marionnaud

Milnotes

Obra Social La Caixa

Ortopèdia del Vallès

Parc Estudi

Radio Granollers

Swing

Urbaser

VOTV

Xics de Granollers

Xurreria la Sorpresa

ONCOVALLÈS SEU ACOLLIDORA

L'Esther de Vega, terapeuta d'imatge d'Oncovallès, ha realitzat la cloenda del curs de formadors de professionals d'imatge a la nostra Fundació.

Després de prendre un bon esmorzar, Carme Grau ha fet la salutació als assistents i els ha explicat com neix la Fundació i perquè. Per continuar s'ha fet un recorregut per les nostres instal·lacions amb explicacions de les teràpies i activitats que es fan.

Olga Pey, com a terapeuta del taller d'expressió emocional, ha explicat la seva vivència dintre de la Fundació. Tot seguit, la Loren Macías ha donat testimoni com a pacient de com s'ha sentit d'acompanyada per la família d'Oncovallès durant la trajectòria de la seva malaltia.

I per acabar, han vist el vídeo "Oncovallès avui".



En primera persona

La superació a la malaltia

Els que estem a l'entorn d'ONCOVALLÈS sentim comentaris, quasi sempre relacionats amb el càncer, que fan que la malaltia es vegi com un esperonament a la superació personal del qui la pateix.

Fa temps un comentari va fer que ens interesséssim per una dona que ha viscut un procés d'aquesta mena.

La Maria Jesús Micó, casada amb l'Enric i amb qui té dos fills, és la persona a qui anem a veure per tal que ens expliqui les seves vivències.



Maria Jesús Micó treballa al PADES (Programa d'Atenció Domiciliària. Equip de Suport als professionals d'atenció primària).

Quan tenia 33 anys va patir un càncer de tiroides. Aleshores el nen tenia 2 anys i mig i la petita, 9 mesos. Però va superar aquest tràngol i va començar altra vegada la normalitat. Sempre pendent de què pugui passar amb relació a aquest entrebanc.

Cinc anys després li diagnostiquen un càncer de pit.. Amb la malaltia arriben les preocupacions. El marit, per qüestions laborals, passa molt de temps fora de casa i ella amb el suport de la família tira endavant el tractament i el fet de pujar la canalla. És una altra sotragada amb la mateixa problemàtica, però aquesta vegada és més dur: el tractament previ a la cirurgia, la cirurgia i el tractament post cirurgia amb una llarga durada. A tot això cal sumar-

hi els problemes col·laterals que suposa el tractament: cansament, pèrdua del cabell, canvis hormonals i emocionals.

Tot aquest trasbals els representa fer-se nous plantejaments de vida i canvis a l'escala de valors, que provoquen decisions com que l'Enric deixi la seva feina per posar-se a estudiar infermeria i, d'aquesta manera, poder dedicar molt més temps a la família, a més a més d'exercir la seva vocació.

Després d'onze anys de lluita i de superar els controls periòdics, l'oncòleg li dona "l'alta". Sap que mai li diran que està curada, però ella així ho sent.

Mentre estava en tractament segueixen creixent els fills, que necessiten l'atenció que els cal dedicar. Una d'aquestes atencions, la lligada a la pràctica de l'esport, va fer que la Maria Jesús comencés a pensar que ella, que ja feia exercici normalment, també decidís fer-ne amb més assiduïtat, amb més energia, cosa que també li permetria valorar la seva millora.

Tant és així que comença a fer running i cada vegada es troba més bé amb aquesta activitat. Pensa a fer un quart de la mitja maratón: cinc quilòmetres que són superats amb poc temps. Però no ni ha prou, és l'hora de "la mitja de la mitja", és a dir, deu quilòmetres de carrera. També els supera i l'esperonen per fer ja la mitja maratón.

Aquest any la Maria Jesús ha fet la "Mitja Marató Granollers – la Garriga – Granollers". Han estat els vint-i-un quilòmetres correguts més importants de la seva vida, superant el vent i la pluja. "Quan vaig travessar l'arribada, vaig tenir un cúmul de sensacions: d'alegria d'haver-ho aconseguit, de superar una meta proposada a mi mateixa, de saber que amb esforç es pot aconseguir".

La Maria Jesús no solament ha superat una prova d'esforç físic, a més a més, ha aconseguit superar tots aquells dubtes que un té quan pateix una malaltia que qüestiona el futur d'un mateix.

Quant a la seva feina cal dir que actualment treballa al PADES (Programa d'Atenció Domiciliària. Equip de Suport), un equip de suport als professionals d'atenció primària que es desplaça als domicilis per atendre persones a final de vida, per tal d'afavorir-los el confort sense oblidar les persones del seu entorn, per a qui també es fan sessions i seguiment de dol.

Només ens queda dir-li que totes les persones que fem ONCOVALLÈS la felicitem i li desitgem, si el genoll li permet, que pugui seguir aconseguint les fites que es proposi i que no siguin només físiques.

Ramon Mora
Taller de Lletres

A l'entorn d'Oncovallès

VI Concurs de Dibuix Infantil Els grans dibuixos dels més petits

Oncovallès va fer l'entrega dels obsequis als guanyadors de la VI Edició del Concurs de Dibuix "Els petits voluntaris fan grans dibuixos", que sota el lema "Crea, imagina la teva postal de Nadal", liderat per Marta Torrellas, tingué lloc durant la passada Fira de Nadal el desembre 2015. Vam comptar amb 160 participants. El jurat que ha atorgat els premis estava format per Nani Mingüllón, Anna M. Llopis, Teresa Chàfer, Amparo Marcos, Nati Jiménez i Marta Torrellas.



Dels 160 dibuixos que entraven a concurs, els nens i nenes premiats s'ha establert segons les següents categories:

Edat de 9 a 12 anys: Nouha Maumne, d'11 anys

Edat de 6 a 8 anys: Sun Yue, de 7 anys

Edat de 2 a 5 anys: Arlet Puig, de 4 anys

El més Poètic: Alèxia Brunat, de 7 anys

El més Espontani: Helena Mans, de 7 anys

El més Alegre: Jan Rius, de 5 anys

El més Expressiu: Sun Quan, d'11 anys



El lliurament de premis del Concurs de dibuix ha estat un èxit. Arlet, Alexia, Sun Quan, Sun Yue, Jan, Helena, Nouha, moltíssimes gràcies a vosaltres i als vostres pares per deixar-nos gaudir d'un bocinet del vostre art. Gràcies, també, al Forn de pa Bretcha, Juguines Cladellas, Urbaser, per la vostra col·laboració en aquest acte. I moltíssimes gràcies a M. del Mar Sánchez, tinenta d'alcalde i regidora de Salut Pública de l'Ajuntament de Granollers per acompanyar-nos.

Moltes gràcies a tots!

Activitats per a recaptar fons Granollers

Posem-li pebrots al càncer

La Fundació d'Ajuda Oncològica Oncovallès s'afegeix a la campanya Posem-li pebrots al càncer, amb motiu del Dia Mundial del Càncer. Vam estar als dos Condis Supermercat de Granollers oferint pebrots per un donatiu que ajudarà a seguir donant suport als malalts i familiars de la Fundació.



A la Porxada al Mercat Setmanal de Granollers, una parada de disfresses solidàries.



Tómbola de Joguines i Encants Solidaris



Tómbola de Joguines Fira de l'Ascensió



Activitats per a recaptar fons La Garriga

La II Exposició de l'EMAD i la Tómbola de Juguines Recicla- des

II Exposició de l'EMAD i Tómbola de Juguines Recicla- des, donades per les famílies del alumnes de l'escola Giroi. Amb els vostres donatius participeu dels projectes socials

que es duen a terme des de la Fundació. La solidaritat és un acte de generositat que ens fa grans.

Moltes gràcies a tots!



Roses per a la vida



Mostra d'entitats



disfruit

SERVEI A DOMICILI

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

Convenis i Col·laboracions

ELS XICS DE GRANOLLERS ENTREGUEN ELS BENEFICIS DEL QUINTO SOLIDARI A ONCOVALLÈS

Els Xics de Granollers van lliurar a la Fundació Oncovallès els beneficis obtinguts amb el Quinto Solidari de Nadal.

El Xics van organitzar el Quinto Solidari amb la col·laboració de molts comerços de la ciutat. Les donacions dels establiments posteriorment es van sortejar a través del joc amb una finalitat solidària.

Xavi Àlvarez, president dels Xics de Granollers, va lliurar a Pere Cladellas i Carme Grau, president i coordinadora d'Oncovallès, un xec per valor de 342 euros.



Tot seguit, la Fundació va mostrar als Xics un vídeo de l'entitat per tal de donar a conèixer a la colla castellera la tasca social que realitza Oncovallès a la comarca.

Moltes gràcies per ajudar-nos a seguir fent pinya!

JUNTS CONTRA EL CÀNCER

Trobada a la Fundació Oncovallès de la federació catalana contra el càncer (FECEC), Onco Cardedeu i Oncolliga. Junts treballem per ajudar els malalts i els seus familiars.

Fem Pinya!!



L'ASSOCIACIÓ DE VEÏNS DEL BARRI LLEDONER COL-LABORA AMB LA FUNDACIÓ ONCOVALLÈS

L'Associació de Veïns del Barri del Lledoner, a través dels esforços del barri, ja és el segon any que se solidaritza amb entitats de la ciutat.

A partir de les activitats organitzades al barri del Lledoner, s'han obtingut uns beneficis que l'Associació de Veïns entrega a la Fundació en forma de xec.

El lliurament del xec la va realitzar el president de l'Associació de Veïns, Pere Ribas, en el Centre Cívic Lledoner. Va recollir el donatiu el president de la Fundació Oncovallès Pere Cladellas.



CONÈIXER ONCOVALLÈS

El Gerent de l'Hospital de Sant Celoni el Dr. Rafael Gotsens Vila ha vingut per veure les instal·lacions d'Oncovallès, i conèixer de primera mà el nostre projecte per així treballar junts i millorar la qualitat de vida dels pacients oncològics i les seves famílies.



SIGNATURA DE COL·LABORACIÓ AMB L'ASSOCIACIÓ MERITXELL BUIRA DE BIGUES I RIELLS

Des de la Fundació Oncovallès pensem que el més important per nosaltres és el pacient. La proximitat i l'acompanyament fa que tots els malalts que necessitin els nostres serveis puguin venir a Oncovallès i així junts poder millorar la qualitat de vida tant de malalts com de familiars.



BANKIA RECOLZA AMB 6.167 EUROS EL PROJECTE "PSICOONCOLOGIA PER A MALalts ONCOLÒGICS I FAMILIARS DIRECTES" D'ONCOVALLÈS

Bankia orienta la seva acció social cap a projectes locals i propers als centres de treball, que són escollits a començaments d'any, si s'aconsegueixen els objectius de negoci en el conjunt de l'exercici.

El programa "Red Solidaria" de Bankia pretén reconèixer l'esforç dels empleats en la consecució dels objectius de negoci.



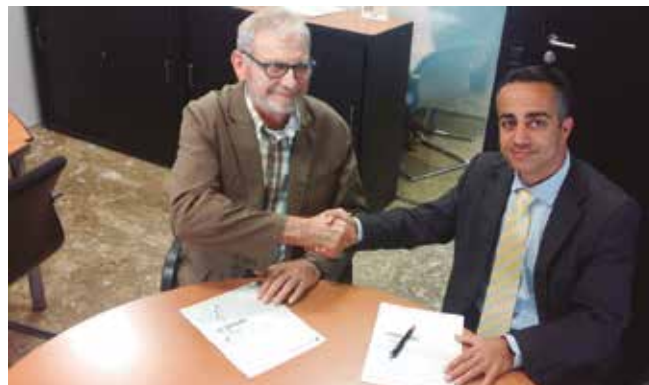
MOLTÍSIMES GRÀCIES!

Ja tenim planxa nova per al taller de reciclatge! Agraïm a GrupCarrera la seva donació.



SIGNATURA SUBVENCIÓ LA CAIXA

El director de La Caixa, el senyor Carles Benedito, i el president d'Oncovallès, el senyor Pere Cladellas, han signat una subvenció de 8.000 per a dur a terme projectes a Oncovallès. El nombre de pacients no para de créixer, per tant, necessitem sumar esforços destinats a tothom que ho pugui necessitar.



SIGNATURA DE COL·LABORACIÓ AMB FRAIKIN

El nostre president Pere Cladellas ha signat un conveni de col·laboració amb el senyor Martí Batallé, director general de Fraikin.



VALLROMANES

Presentació de la Fundació Oncovallès a Vallromanes acompanyats de l'alcalde David Ricard i primer tinent d'alcalde de la mà de l'associació de la Brúixola.

L'acte d'avui és per fer arribar el nostre projecte de suport als malalts de càncer i als familiars que ens puguin necessitar.



Consell d'Alcaldes

La senyora M. Lluïsa Berdala, alcaldessa de Sant Antoni de Vilamajor, ha acollit Oncovallès al Consell d'Alcaldes del Vallès Oriental. De la mà del president del Consell Comarcal, David Ricard, Oncovallès ha tingut l'oportunitat de donar a conèixer els serveis i activitats que presta als 39 municipis del Vallès Oriental.

Gràcies a totes les alcaldesses i alcaldes que vetllen per les persones dels seus municipis que ens puguin necessitar.



Els ajuntaments fent pinya amb Oncovallès

Ajuntament Campins



Ajuntament Montornès



Ajuntament Figaró Montmany



Ajuntament Sant Esteve Palautordera



Ajuntament Canovelles



Ajuntament Bigues i Riells



Ajuntament Cànoves



Ajuntament La Garriga



Ajuntament Mollet



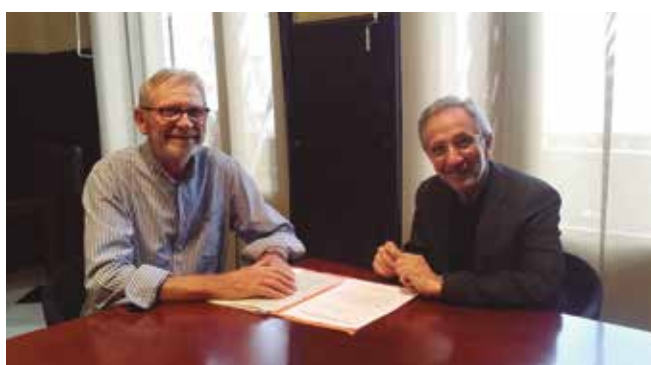
Ajuntament Sant Feliu de Codines



Ajuntament Vallromanes



Ajuntament Granollers



A les properes revistes seguirem sumant signatures i fent la Pinya més grossa.
Gràcies per fer-ho possible!



Les Gegantes de Catalunya s'estan organitzant per donar suport a les dones amb càncer de mama. Les voleu ajudar?

Què és Les Gegantes amb Tu? Al novembre del 2015 a una gegantera de Sant Pere de Vilamajor li van diagnosticar càncer de mama. De forma espontània tot el seu entorn va començar a posar sobre la taula iniciatives per contribuir a lluitar de forma efectiva contra la malaltia i també donar suport a les malaltes. Per tal de coordinar aquestes idees es va constituir l'associació Les Gegantes amb tu.

Quins són els objectius? Són tres: donar a conèixer la malaltia, contribuir econòmicament a la recerca mèdica, i organitzar la trobada de Gegantes més gran que s'hagi fet mai, com a cloenda d'aquest projecte.

On aniran els diners? El **90%** del que es recapti anirà al projecte Estudi en profunditat de les alteracions moleculars del càncer de mama: Avaluació dels factors moleculars pronòstics i predictius de resposta a tractament diana contra el càncer de mama de la **Vall d'Hebron Institute of Oncology**, un dels centres de recerca oncològica més reconeguts. El **10%** restant anirà a **Oncovallès**, Fundació d'Ajuda Oncològica, com a representant de l'ajuda més directa a les persones afectades de càncer i els seus familiars.

Som una colla gegantera, com podem ajudar? De dues formes. Organitzant actes de recollida de diners i/o participant en la trobada de gegantes que es farà a l'octubre a Barcelona. Poseu-vos en contacte amb nosaltres: us podem facilitar merchandising per vendre, donar idees d'activitats genials que es poden fer, i també podreu apuntar a les vostres colles i gegantes a la trobada de l'octubre

Som una organització, com podem ajudar? Podeu fer una aportació econòmica directa que us agrairiem fent-vos constar a la nostra llista de patrocinadors. També podeu organitzar actes de recollida de diners, i fins i tot ens podeu proporcionar material o objectes per a fires i esdeveniments.

Sóc un particular, com puc ajudar? Pots associar-te a les Gegantes amb tu, fer una contribució econòmica directa, participar de voluntari als nostres actes o simplement venint a l'octubre a Barcelona a donar suport a les gegantes i ballar amb elles!

Contacte:

- ⇒ Mail: lesgegantesambtu@gmail.com
- ⇒ Web : www.lesgegantesambtu.org
- ⇒ Facebook: <https://www.facebook.com/lesgegantesambtu/>
- ⇒ Twitter: <https://twitter.com/gegantesambtu>

Donacions : BANC SABADELL ES61 0081 1844 3100 0108 5813



Primer Festival Internacional de Música Clàssica de Bigues i Riells



L'últim concert del primer Festival Internacional de Música Clàssica de Bigues i Riells es va celebrar el 26 de juny. Volem agrair a la Sílvia Rovira, presidenta de l'Associació d'Amics de l'Òpera del Vallès Oriental que, un cop més, pensés en Oncovallès. Volem fer un agraïment, també a l'Associació Meritxell Buira que, com nosaltres, ajuda malalts de càncer i als seus familiars. I un agraïment molt especial per a la gran assistència de públic que ens ha acompanyat en els quatre concerts del Cicle de Música de Cambra Michel Wagemans. Esperem poder repetir al 2017! Gràcies a tots!



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

ESCOLES fent pinya

Escola Lledoner

Agraïm la feina dels petits grans voluntaris de l'Escola Lledoner. Ben aviat les vostres joguines ajudaran a molta gent que ho necessita.



Escola S.Llobet



Cooperativa
Wizards Of Art

Cooperativa
Maxi kids



El divendres 17 de juny vam venir a visitar la Fundació els alumnes de 5èB i 5èC de l'escola Salvador Llobet. El president Pere Cladellas els va explicar totes les activitats que es fan a les instal·lacions d'Oncovallès. Per acabar l'acte els alumnes van lliurar els diners recaptats per les cooperatives que van crear per a elaborar productes que van vendre al mercat.

Escola Camins



Els alumnes de l'Escola Camins de les Franqueses han escollit la Fundació Oncovallès per lliurar la recaptació de la Caminada Solidària. Hi van participar unes 400 persones. També van fer un taller de maquillatge, un sorteig de productes de varies empreses i una xocolatada; la recaptació va ser de 1.100 euros que les dues classes de 5è i els seus professors han lliurat a la Fundació Oncovallès.

La coordinadora Carme Grau ha fet un petit resum del perquè neix la Fundació, tots els serveis i projectes que s'hi realitzen actualment, i ha finalitzat amb un petit vídeo de les nostres instal·lacions i els nostres serveis fet pel voluntari Emilio Miguez.

Agraïm a totes les persones la col·laboració en aquest projecte, i esperem que el proper any també puguin formar-ne part.

Escola Ginebró "Projecte de Servei Comunitari"

L'Escola Ginebró i Oncovallès han col·laborat en el Projecte de Servei Comunitari amb alumnes de 3r i 4t d'ESO. Els volem agrair la participació en aquest projecte.



ORTOPÈDIA DEL VALLÈS

(més de 30 anys al seu servei)

PODOLOGIA

ADHERITS AL CAT SALUT

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

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

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

FESTA LITERÀRIA

Una tarda inoblidable



Per començar volíem premiar una persona que un bon dia va escollir Oncovallès per fer voluntariat, i va fer seu el nostre projecte.

Ens van acompanyar en aquest homenatge a l'Olga Pey tota la família d'Oncovallès i l'alcalde Josep Mayoral.



L'Olga Pey ha estat set anys de terapeuta en el taller d'expressió emocional, al costat dels pacients i familiars. Però no sols això, sinó que ha posat en escena catorze obres de teatre amb el grup Mandala, recollides en un vídeo, que han fet costat al taller de lletres i han donat alegria a la festa literària. La seva filla, la Núria, ens va sorprendre dirigint l'obra: *Un quilo d'invisible*. Els actors del grup també li volien retre homenatge. Va ser una tarda de sorpreses, alegria i alguna llagrimeta d'emoció.



Lliurament dels Premis de Poesia Pepi Pagès 2016



Per continuar vam fer el lliurament del Premi de Poesia Pepi Pagès 2016.

La coordinadora Carme Grau ens va explicar el creixement d'aquest premi i també que des del 2014 hem rebut molts correus electrònics i trucades demanant que la prosa s'incorporés al Premi, ja que per a moltes persones no és fàcil escriure poesia. Va explicar que després de fer arribar aquesta proposta al jurat va acordar que s'incorporés la prosa al Premi i que havia quedat palès que la decisió presa era la correcta, ja que s'havien doblat el nombre d'obres rebudes, arribades de Catalunya, les Illes Balears, del País Valencià i, fins i tot, d'Alemanya.

Va explicar que s'havien hagut d'incorporar 3 persones més al jurat, per tal de donar agilitat a la lectura.

El jurat havien estat format per:

Olga Pey, Ramon Mora, Francesc Circuns, Santi Montagut, M. Angels Coma, Teresa Castelló i Francesca Cano.

Els guanyadors van ser:

-1r Premi. **José Luís García Herrera** amb l'obra *Guanyaràs la batalla*.

-2n Premi. **M. Farnés Casas Fontcuberta** amb l'obra *La vida a la galeria*.

-Diploma honorífic a l'**Anna Soldevila** amb l'obra *En Daniel té càncer*.

La Teresa Riera, filla de la Pepi Pagès, amb les seves paraules, un cop més ens va acostar a la Pepi.

En nom de tots els membres del jurat, el Santi Montagut, ens va parlar del Premi i del seu lema "conviure amb la malaltia".



Lliurament dels Premis de Poesia Pepi Pagès.



M. Farnés Casas Fontcuberta amb l'obra llegint *La vida a la galeria*.



En Santi Montagud recitant el poema *Guanyaràs la batalla*.



Paraules de la Teresa Riera, filla de la Pepi Pagès.



Agraïments a la Teresa Riera del President Pere Cladellas i la regidora de Salut, la M. del Mar Sánchez



El president Pere Cladellas, la regidora de Salut, la M. del Mar Sánchez i la Teresa Riera van lliurar els premis 2016.

Va cloure la Festa Literària amb un brindis patrocinat per Freixenet.

Els premis van ser patrocinats per Pruna i fills.

Taller de lletres



Agraïments a Freixenet, Pruna i fills i Guisona

Agenda

XIV Sopar Benèfic de la Fundació Oncovallès

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

Lloc: Hotel Ciutat de Granollers

Dia i hora: Divendres, 30 de setembre 2016, a les 20.30 h

Xerrada Taula Rodona: "Els nens tenen càncer?"

Ponents:

- **Dr. Miquel Hernández-Bronchud**, oncòleg de l'Hospital General de Granollers exvocal del Pla Director d'Oncologia del Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya, exvocal de la Comissió Nacional de l'Especialitat d'Oncologia Mèdica del Ministeri de Sanitat i Igualtat, de Madrid, i fundador i actual president del Comitè Tècnic Sanitari d'Oncovallès.
- **Dra. Maite Coll Sivina**, especialista en Oncohematologia pediàtrica de l'Hospital General de Granollers
- **Professor Josep Sánchez de Toledo i Codina**, cap del servei d'Oncologia del CS Vall d'Hebron, Responsable del Servei d'Oncologia i Hematologia Pediàtriques de la Vall d'Hebron.

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

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



Durant el sopar, farem el nostre tradicional sorteig. Enguany serà d'un quadre que expressa el lema d'Oncovallès 2016 "Fent pinya", cedit pel pintor granollerí David del Hierro.

FEM PINYA!

Tiquet per al sopar: 60 euros.

Es podran adquirir fins al dilluns dia 26 de setembre.

Fundació Oncovallès, Av. del Parc, 9, 6a planta, Granollers

Tel.: 93 870 01 67 fundacio@oncovalles.cat

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

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

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



**Fira de la Carbassa
Sant Feliu de Codines:
24-25 de setembre**

**Col·lecta a Santa Agnès:
21 d'agost**

**Fira de Nadal de Granollers:
17 de desembre**

**Fira de Nadal de
Sant Feliu de Codines:
desembre**

**DIADA CÀNCER DE MAMA
19 OCTUBRE**



Activitats al Vallès Oriental
Suma't a donar llum al nostre llaç rosa, participa a l'encesa de la teva espelma
**t'agradaria ser voluntari?
afegeix-te a la festa!**

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 Ortopèdia
- 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.
Tómbola 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. "Gràcies per no fumar"
Taula informativa a càrrec de Lidia Molinés.

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



13 de juny

Dia Europeu del Càncer de Pell.

- 15 de juny a les 17:00 hores a la Sala d'actes d'Oncovallès xerrada a càrrec del Dr. Joaquim Sola, "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.

- 19 d'octubre Diverses activitats amb entitats de la ciutat, Zumba amb el CNG, arrossada, tallers d'imatge i ortopèdia, encesa del llac d'espelmes i actuació castellera dels Xics de Granollers.

Activitats per recaptar fons a Granollers i comarca

- Tómbola de joguines reciclades
- Roses per la vida
- Sopars benèfics
- Fira de la Carbassa
- Col·lectes anuals
- 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 Pruna 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.

DESCOBREIX UN
MON BELLESA
A DEPILINE



la millor relació qualitat preu

Tenyeix-te amb Matrix gama alta de L'Oréal
7,90€

Depilació cames senceres amb cires d'un sol ús
8,90€

Esmaltat permanent marca Thuya
14,90€

tot per sentir-te única

- depilació
- estètica
- nutrició
- perruqueria
- tractaments facials i corporals
- tractaments capil·lars
- fotodepilació
- bronzejat

pensant en tu

de dilluns a dissabte de 9 a 21h
SENSE CITA!

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

Nou projecte



La psicòloga **Carme Cortés**, cap de psicooncologia, membre del Comitè Tècnic sanitari de la Fundació Oncovallès i vocal de la Junta de la Societat Catalano-Balear d'Oncologia.

SERVEI DE PSICOONCOLOGIA

La Fundació treballa en els tres hospitals de la comarca facilitant un professional de psicooncologia.

L'any 2003 comencem a l'Hospital de Granollers al Departament d'Oncologia.

L'any 2007 s'inicia la col·laboració amb l'Hospital de Mollet al Departament d'Oncologia.

L'any 2009 s'inicia la col·laboració amb l'Hospital de Sant Celoni al Departament d'Oncologia.

La psicòloga Carme Cortés, cap de psicooncologia, membre del Comitè Tècnic Sanitari de la Fundació Oncovallès i Vocal de la Junta de la Societat Catalano-Balear d'Oncologia atén actualment les necessitats dels malats de càncer als tres hospitals de la comarca i a la Fundació, que dona servei a tot el Vallès Oriental.

NOU PROJECTE

A partir del setembre, Oncovallès oferirà un nou servei de psicooncologia. Es tracta del servei d'orientació i acompanyament al dol per la pèrdua d'un ser estimat a causa del càncer, dirigit per la psicooncòloga Carme Cortés.



Departament de Salut
Carme Grau



Care
CUP B - C



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

Por favor, envíenme información gratuita a:

Nombre / Apellidos

Calle

C.P. Población

Teléfono

E-mail



ANITA Spain S.L. · Marqués de Paradas N°53, 3° · 41001 SEVILLA
Teléfono: +34 95 429 30 87 · e-mail: anita.sp@anita.net · www.anita.com

www.anita.com

BMW Sèrie 2
Gran Tourer



PRUNA MOTOR

T'agrada conduir?

BMW SÈRIE 2 GRAN TOURER. FAMILIAR. I BMW

PRUNA MOTOR

Ctra. C-17 Km. 19,060
Tel. 93 861 89 23
Granollers

Via Sèrgia 2
Tel. 93 741 48 48
Mataró

Consum mitjà: des de 3,9 fins a 5,9 l/100 km. Emissions de CO₂: des de 104 fins a 137 g/km.