

La Prevenció va primer!

Treballem les 4 campanyes dels càncers més diagnosticats: còlon i recte, pulmó, pell i mama.

Col·laborant amb:

- Els departaments de Salut pública dels 39 ajuntaments del Vallès Oriental.
- Els tres hospitals comarcals.

Des de la primària:

- Els 39 CAPS i ABS.
- Les farmàcies Viñamata, Parera, Bellavista i Olivet de Granollers i les que es vulguin sumar a les que ja estan participant.



Oncovallès

FUNDACIÓ D'AJUDA ONCOLÒGICA

Av. del Parc 9, 6a planta · 08402 Granollers
Horari: de dilluns a divendres de 9.30 a 13.30 h
i de 16.00 a 20.00 h

Telèfon: 93 870 01 67 · fundacio@oncovalles.cat
www.oncovalles.cat

 Fundació D'Ajuda Oncològica Oncovallès

EL CÀNCER DE PULMÓ ARRIBA SENSE AVISAR

Que et pugui sorprendre
només depèn de tu.



diseny: miguel@ciccomunicacion.com

31 de maig
Dia Mundial sense
TABAC

COMITÈ TÈCNIC SANITARI



Oncovallès
FUNDACIÓ D'AJUDA ONCOLÒGICA



A LA TEVA SALUT DECIDEIXES TU!

- ✓ Fixant un dia per deixar-ho.
- ✓ Fent exercici regularment.
- ✓ Mantenint una dieta equilibrada.
- ✓ Aprenent a relaxar-te.
- ✓ Buscant petites estones de lleure.
- ✓ Demanant ajuda al teu metge de capçalera.



1. Trobaràs més gust al menjar.
2. Notaràs molt més les olors.
3. Millorarà el teu esmalt dental.
4. Seràs lliure davant de la dependència del tabac.
5. Estalviaràs molts diners.



Fes 30 minuts d'activitat física diària