



PROGRAMACIÓ ANUAL

2024

ÀGOR-FOIA DE CASTALLA

C/ Era del Frare nº 17 bajo

03420 Castalla - Alicante

Tel. 633967908

info@agoracastalla.org

www.agoracastalla.org

Contenido

PRESENTACIÓN.....	2
SERVICIOS	8
PROYECTO BIENESTAR.....	11
TALLER DE ESPALDA SANA.....	12
TALLER DE SUELO PÉLVICO	12
TALLER DE YOGA	12
GRUPO DE APOYO MUTUO EN EL DUELO.....	13
CREANT SALUT. CADA MOVIMENT COMPTA.....	13
PROYECTO DONA-DEMANA	14
PROYECTO ÁGORA OCIO Y TIEMPO LIBRE.....	15
TALLER DE MANUALIDADES.	15
APRENDER A UTILIZAR TU MÓVIL	15
CLUB DE LECTURA ÁGORA	15
PELÍCULA “LA MÚSICA NUNCA SE DETUVO”	16
UN FIN DE SEMANA DIFERENTE.....	16
CAMPAÑAS PREVENCIÓN Y SENSIBILIZACIÓN	16
CONFERENCIAS, JORNADAS Y ACTIVIDADES	17
FERIAS.....	19
CALENDARIO DE ACTIVIDADES.....	19

PRESENTACIÓN

Ágora-Foia de Castalla desde el año 2000 trata de dar apoyo, ayuda y soporte a todas las personas enfermas de cáncer, así como a sus familiares de la localidad de Castalla y comarca.

C/ Era del Frare n.º 17 Bajo 03420 Castalla- Alicante

Teléfono: 633967908

E-mail: info@agoracastalla.org

web: agoracastalla.org

Twitter e Instagram: @agora_castalla

Facebook: Ágora-Foia de Castalla

Nº de socios y socias: total 406 de los cuales 350 son mujeres y 56 hombres

Inscripciones:

Registro de Asociaciones GVA nº 7467 Sección 1

Registro Municipal nº14 a fecha 10 de noviembre 2008

Registro General de titulares de actividades, de servicios y centros de acción social de la CV. Nº 3404

Registro de Asociaciones de la Comunitat Valenciana, con el número CV-04-062215-A como entidad de voluntariado.

Registro en Catálogo Autonómico de Entidades en Salud de la Comunidad Valencia con el nº 7467

Formamos parte de:

Plataforma de Voluntariado de la Comunidad Valenciana (PVCV) y del Grupo Español de Pacientes con Cáncer (GEPAC)

Objetivo:

El objetivo principal de la asociación es ofrecer soporte psicológico a enfermos y enfermas oncológicas en todas las fases de la enfermedad, sin discriminación de género ni de diagnóstico, así como a sus familiares.

Fines:

- Colaborar con la administración y la sociedad civil en la lucha contra el cáncer.
- Desarrollar programas de promoción para la salud y la vida que conduzcan a desarrollar nuevas formas de comportamiento socio-cultural para la autonomía personal, la salud y la vida.
- Crear sistemas de información, apoyo y acompañamiento a personas oncológicas y a sus familiares.
- Crear grupos de voluntariado para dar apoyo y ayuda práctica a personas enfermas de cáncer.
- Información, formación y concienciación de la sociedad como medida de prevención.
- Colaborar con los servicios públicos sanitarios para conseguir una atención profesional multidisciplinar.

Objetivos Agenda 2030

Objetivo 3: Garantizar una vida sana y promover el bienestar de todos a todas las edades

RECURSOS PERSONALES

JUNTA DIRECTIVA

Presidenta: Emilia Sempere Matarredona

Tesorera: Fany Santiago Guill

Secretaria: Pilar Sendra Pina

Vocales: Josefa Bellot Asunción

Francisca Serrano Pérez

EQUIPO TÉCNICO

Los programas son ejecutados por el siguiente personal

- Yolanda Bernabeu Piña - Área de Atención Social
- Fany Santiago Guill - Área Contable, (Tesorera)
- Judith Castillo Molla - Fisioterapeuta
- Gema Berenguer Juan - Psicóloga
- Quico Bernabeu Monllor - Nutricionista
- M^a Jose Bellot Domenech - Profesora de yoga



VOLUNTARIADO EN ACTIVIDADES GRUPALES:

- M^a Carmen Estevan Juan - Grupo de Ayuda mutua en el duelo
- Lola Paya Rico: Club de lectura
- Bienvenida Llorens Rico: Taller Crean Salut
- Mila Berenguer y Tere Leal: Taller de Manualidades
- Fany Santiago Guill : Taller Aprende a manejar tu móvil.

RECURSOS MATERIALES

Instalaciones: Local de la sede cedido por el ayuntamiento con mobiliario y servicios básicos de luz y agua y aire acondicionado. Cuenta con tres salas: Una de oficina, biblioteca y sala de reuniones; una segunda diáfana y para actividades de grupo; una tercera para el servicio de fisioterapia individual.

Equipamiento oficina: 2 torres de ordenador, dos pantallas y un portátil; 2 impresoras, una a color y otra en blanco y negro; 1 proyector y su pantalla de proyección, 1 papelógrafo/ pizarra verde, 3 altavoces, destructora de papel, encuadernadora, un móvil.

Equipamiento técnico de fisioterapia: camilla, 10 colchonetas, 12 pares de tacos para yoga, 12 bandas elásticas, 12 cojines, lámpara de infrarrojos, equipo de presoterapia, combo de electroterapia, Magnetoterapia Magnum XL Pro y POCKET Laser VIT.

Biblioteca con una base de datos de 682 libros de divulgación, novelas, cd de documentales y música y hemeroteca de la asociación.

Material fungible: folios, carpetas, 3 grapadoras, 1 calculadora, fundas de plástico, carpetas y todo el material necesario para talleres y funcionamiento de la asociación.

Material técnico: Banco de recursos oncológicos: 6 bolsas para drenaje, 4 cojines de corazón, 7 bustos para las pelucas, 11 pelucas, 4 postizos, 29 turbantes y gorros oncológicos, 2 prótesis de mama y unos 56 pañuelos para la cabeza. Además de contar con mechones para hacer extensiones para postizos en pañuelos.

JUSTIFICACIÓN

El cáncer es un conjunto de más de 200 enfermedades caracterizadas por un crecimiento incontrolado de las células con capacidad de invadir los tejidos vecinos y de diseminarse a distancia (metástasis).

Según los últimos datos de la SEOM (Sociedad Española de Oncología Médica), el cáncer sigue siendo una de las principales causas de morbi-mortalidad en el mundo y en España. En 2020 se diagnosticaron aproximadamente 18,1 millones nuevos casos de cáncer en el mundo (excluyendo los tumores cutáneos no melanoma) y el número de nuevos diagnósticos aumentará a 28 millones de casos nuevos al año para 2040.

El cáncer en España, y nivel mundial, aumenta debido al crecimiento poblacional, al envejecimiento, y a la exposición a factores de riesgo como el tabaco, el alcohol, la obesidad y el sedentarismo.

Las estrategias de detección precoz y cambios demográficos podrían, a largo plazo, reducir la mortalidad por cáncer, a pesar de un aumento inicial en los casos diagnosticados. Por eso es tan importante la atención temprana y la prevención.

Enfrentarse al diagnóstico de una enfermedad es complicado y mucho más si hablamos de cáncer. En el momento del diagnóstico aparecen sentimientos como el miedo, la ira o la incertidumbre. Luego llegan las primeras fases de aceptación en las que hay que aprender a convivir con la enfermedad.

Las asociaciones de pacientes de cáncer son un pilar fundamental en la atención integral de personas afectadas de cáncer y de sus familiares, pues ofrecen apoyo emocional, recursos prácticos, educación y un trabajo constante con el que ayudan a mejorar la calidad de vida de pacientes y familiares.



Nuestra asociación, desde su constitución en el año 2000, tiene como finalidad ayudar y asesorar a las personas con cáncer, pero también incidimos en su prevención, pues también es una herramienta fundamental en la lucha contra esta enfermedad. Así pues, ponemos el foco de atención en la salud y no solo en la enfermedad. Por eso la educación para la salud es una estrategia de promoción y prevención constante entre nuestras actividades. Con nuestro programa de promoción de la salud, no solo informamos, sino que aportamos las herramientas necesarias para que sus participantes aprendan habilidades y competencias que mejoren su salud y su calidad de vida, en especial en pacientes con cáncer.

Son muchos los estudios que demuestran que es necesario sensibilizar a la población sobre los riesgos de la salud y aunque somos conscientes que es importante tener unos hábitos saludables y ponerlos en práctica, también se requiere de compromiso e implicación no solo a nivel individual sino también colectivo.

Según se expone en el documento, "Estrategia en Cáncer del Sistema Nacional de Salud" publicado en enero del 2001, la incidencia de cáncer aumenta cada año y no solo a causa del envejecimiento de la población, sino también debido al crecimiento de hábitos y estilos de vida poco saludables. Al mismo tiempo, los datos sobre incidencia y mortalidad de algunos tipos de cáncer muestran una mayor efectividad ante las políticas y programas de prevención, tanto primaria como secundaria.

Nuestra asociación es consciente de la necesidad de la promoción de la salud, entendida como todo proceso que permita a las personas incrementar el control de su salud, tal como la define la OMS. Por eso desde Ágora hemos creado un entorno que ayude a promover y proteger nuestra salud. Así pues, todos nuestros servicios y actividades tienen como fin el bienestar, en aquellas personas que sufren la enfermedad, pero hacemos gran incidencia en la prevención y por ello en nuestro PROGRAMA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD se incluyen todos los factores que repercuten en nuestro bienestar emocional, físico y social.

Ser paciente de oncología supone muchos cambios y sobre todo una gran incertidumbre. Queremos, desde la entidad, hacer nuestra pequeña colaboración para mejorar la calidad de vida de todas aquellas personas que buscan ayuda y apoyo. Ya que son varios los factores que se ven influenciados:

Factores mentales como la ansiedad, depresión y búsqueda del bienestar.

Factores sociales: familia, trabajo y amigos

Factores físicos: movilidad, fatiga, autocuidado...

Síntomas: dolor, náuseas, anorexia....

Por eso desde Ágora nos implicamos y nos comprometemos en ofrecer recursos para poder paliar, en la medida de lo posible, dichos factores y mejorar su calidad de vida

Todos nuestros servicios, acciones y actividades que realizamos, y que están presentes en esta programación, son por y para las personas con cáncer y sus familiares, el resto de socios y socias y la población en general.

PROGRAMAS ÁGORA -FOIA DE CASTALLA



PROGRAMA PROMOCIÓN DE LA SALUD

SERVICIOS

SERVICIOS DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA

La intervención psicológica que se realiza en nuestra asociación se ajusta considerando los factores dependientes de la enfermedad, del propio enfermo/a y del marco social, además de los intereses que haya en juego en cada momento, donde la intervención se dirija a la salud y/o la enfermedad.

Para poder disminuir los efectos que la enfermedad, genera y fomentar la calidad de vida de pacientes oncológicos, se les presta el apoyo psicológico necesario

adaptado a las circunstancias y necesidades de cada persona, dependiendo del estado de su enfermedad que el/la paciente se adapte lo mejor posible a ella.

Las diferentes fases y objetivos en la intervención tienen como fin disminuir el sufrimiento del o la paciente, amortiguar el impacto psicológico y facilitar el proceso de adaptación suyo y de su familia, para poder afrontar la incertidumbre que la enfermedad genera de otra manera, que puedan vivir con esperanza y puedan seguir disfrutando de lo que aún les queda en la vida

Las técnicas a utilizar dependen del paciente, del momento concreto de la enfermedad y del síntoma a tratar. Utilizaremos intervenciones terapéuticas aplicadas de forma individual, grupal, familiar o de pareja con los siguientes objetivos:

- Facilitar técnicas para disminuir el estrés, el dolor y la ansiedad, para aumentar la sensación de autocontrol y de cierto dominio sobre el propio cuerpo.
- Técnicas para afrontar alteraciones del sueño.
- Inducir un espíritu de lucha positivo ante la enfermedad.
- Aumentar la participación activa en el tratamiento de la enfermedad.
- Desarrollar estrategias de afrontamiento efectivas para los problemas derivados de la enfermedad.
- Facilitar la canalización adecuada de las emociones.
- Apoyar y acompañar al paciente y a la familia a lo largo del proceso de la enfermedad.
- Facilitar la significación de la enfermedad, para encontrarle un sentido personal a ésta y así resignificar las experiencias vitales de la persona.
- Determinar y hacer consciente los recursos del paciente para favorecer el abordaje de las dificultades que se puedan presentar durante su enfermedad y tratamiento.
- Validar y normalizar los procesos afectivos implicados en las fases del duelo oncológico.
- Practicar métodos estratégicos para manejar la ansiedad tales como: Hipnosis, relajación muscular progresiva con imaginación, desensibilización sistemática con estímulos relacionados con la quimioterapia y técnicas de control atencional

El Servicio se hace a demanda previa solicitud. Está dirigido tanto a la persona afectada como a la familia si lo necesita.

PSICÓLOGA: GEMA BERENGUER

SERVICIO DE ATENCIÓN FISIOTERAPEUTA

La fisioterapia oncológica es una especialidad que ayuda a pacientes oncológicos a vivir el proceso de la enfermedad y su tratamiento médico. Su principal objetivo es prevenir, recuperar y readaptar la capacidad funcional de los y las pacientes con el fin de minimizar el impacto de los efectos secundarios derivados de los tratamientos y así aumentar su calidad de vida.

El servicio se puede solicitar desde el mismo momento del diagnóstico para preparar el organismo, mejorando el estado físico y fortalecer aquellas estructuras que se verán afectadas durante el tratamiento.

Durante la etapa de tratamiento el programa de atención fisioterapéutica vendrá determinado por el tipo de tratamiento oncológico y los efectos secundarios que conlleva y siempre atendiendo a las pautas de su especialista oncológico.

Una vez en su etapa de supervivencia los tratamientos aplicados ayudan a adoptar un estilo de vida saludable, tratando los efectos secundarios producidos por los tratamientos o bien para prevenirlos a largo plazo.

El servicio se ofrece, en nuestra sede, los martes y jueves de 16:00 a 19:00 previa solicitud y estudio de cada uno de los casos particulares.

FISIOTERAPEUTA: JUDITH CASTILLO

SERVICIO DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

En nuestra asociación somos conscientes de la importancia de una alimentación correcta y saludable durante el tiempo que dura el tratamiento porque puede ayudar a sentirte mejor y paliar algunos efectos secundarios provocados por los mismos tratamientos.

Una intervención nutricional puede ayudar a: mejorar la tolerancia al tratamiento, controlar posibles efectos secundarios como fatiga o pérdida de peso y mejorar la calidad de vida.

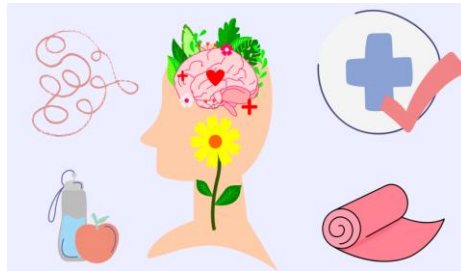
Nuestro nutricionista ofrece planes nutricionales personalizados con un seguimiento dietético que serán modificados teniendo en cuenta tratamientos, síntomas o

necesidades.

Servicio ofrecido los jueves por la tarde, previa cita en horario de 16:30 a 19:30.

NUTRICIONISTA: QUICO MONLLOR

PROYECTO BIENESTAR



La salud es un estado de bienestar físico, mental y social. Por eso el objetivo de nuestro "Proyecto de Bienestar" es promover actividades y experiencias dirigidas a pacientes de cáncer.

El proyecto también está dirigido a pacientes, cuidadores o familiares, pero también al resto de socios y socias pues creemos en la importancia de la prevención y en compartir experiencias donde quienes participan puedan compartir y experimenten vivencias de forma que se sientan parte de la comunidad de Ágora con el fin de mejorar el bienestar psicosocial del colectivo.

TALLER BIENESTAR EMOCIONAL

El taller de psicoterapia, "Bienestar Emocional", está dirigido a pacientes con cáncer.

La finalidad de la intervención grupal es promover una mejoría en aquellas variables psicológicas que influyen en las personas al ser diagnosticadas de cáncer como son: el autocuidado, la capacidad de autoconocimiento. Además de proporcionar herramientas que puedan mejorar el estado de ánimo, y la calidad de vida.

TALLER DE ESPALDA SANA

TALLER ESPALDA SANA
 FISIOTERAPEUTA :
 JUDITH CASTILLO



MARTES DE
 19:15 A 20:00

Lugar Casa de Cultura de Castilla

Previa inscripción. 633967908




La principal finalidad de este taller es eliminar tensiones musculares y dolores mediante el ejercicio y la adquisición de buenos hábitos posturales.

Los dolores de espalda o cervicales son consecuencia principalmente de malos hábitos posturales, traumatismos o estrés. Además es muy importante fortalecer la masa muscular tanto durante el tratamiento oncológico como después.

En las clases de grupo también se realizan ejercicios de concentración y respiración que ayudan a mantener la estabilidad central y emocional.

TALLER DE SUELO PÉLVICO

Los tratamientos de cáncer de mama, de endometrio o de cuello uterino, recto o vejiga, entre otros, afecta al suelo pélvico, provocando pérdidas de orina, o prolapsos, problemas de estabilidad de la columna lumbar, o dolor pélvico, entre otros...

Los ejercicios de fisioterapia que se realizan en el taller sirven para disminuir las secuelas de dichos tratamientos oncológicos, aportando calidad de vida y bienestar.

TALLER SUELO PÉLVICO
 FISIOTERAPEUTA :
 JUDITH CASTILLO

JUEVES DE
 19:15 A 20:00




Lugar Casa de Cultura de Castilla

Previa inscripción. 633967908




TALLER DE YOGA

TALLER DE YOGA:
 LA PRÁCTICA CONSTANTE COMO PUERTA DE TRANSFORMACIÓN



- 1- Interpretación holística enfermedad/Salud.
- 2- Aplicación, adaptación y apoyo en las diferentes etapas de la enfermedad.
- 3- Crecimiento personal.

M^o JOSÉ BELLOT

MIÉRCOLES
 de 10:30 A 12:00

Lugar Casa Cultura de Castilla

Previa inscripción. 633967908




Los objetivos generales a desarrollar en este taller son a nivel físico y fisiológico, mejorar y conservar la movilidad y elasticidad corporal asegurando una mayor libertad de acción y autonomía. Reducir procesos degenerativos y suavizar los efectos devastadores como consecuencia de los tratamientos oncológicos.

Para ello se realizan ejercicios tanto para mejorar la capacidad respiratoria, reforzar la articulaciones y el tono muscular como elevar el nivel de energía vital estimulando el ánimo.

GRUPO DE APOYO MUTUO EN EL DUELO

Nuestro principal objetivo es ayudar a pensar, sin sentimientos invalidantes, sobre la pérdida, recordar al ser querido, con tristeza, pero sin dolor, establecer nuevos roles y conseguir una buena adaptación a la vida cotidiana.

El duelo es un proceso tras la pérdida de un ser querido, pero necesita tiempo, amor a ti mismo, paciencia y comprensión para afrontarlo.

El expresar y compartir aquello que nos pasa nos conecta con las vivencias y sentimientos del duelo. Ello facilita el darle sentido a cada proceso particular del duelo y a la pérdida para aprender a vivir con ella.

El grupo de duelo te da este espacio para expresarte sin juicio y sentir que nos acompañan, acogen y apoyan.

GRUP DE SUPORT EN EL DOL

M^a CARMEN ESTEVAN



PRIMER
DILLUNS
DE CADA MES
20:00 A 22:00



Previa inscripció.

LLOC c/ Era del Frare n° 17 Bajo

CREANT SALUT. CADA MOVIMENT COMPTA

El ejercicio físico mejora el tratamiento oncológico y después se trata de rehabilitar nuestra capacidad funcional y emocional. El objetivo es ofrecer una actividad deportiva con la finalidad de responsabilizarse de nuestra propia salud con el objetivo de mejorar y llevar un sistema de vida más activo.

Realizamos ejercicio físico al aire libre en contacto con la naturaleza.

Taller: ARMONIZAR LAS HERIDAS EMOCIONALES



Taller en el que explorar sobre nuestra historia emocional, las experiencias vividas que han sido dolorosas y han dejado rastro en nuestra memoria corporal y condicionan nuestro estilo de vida, nuestra forma de funcionar, de relacionarnos.

Día: 14 de abril y 22 de

septiembre del 2024

Horario: de 10.00 hasta 14.00

Lugar: Casa de cultura (Club de pensionistas y jubilados)

Taller: EL PODER DEL SONIDO. CONCIERTO DE GONG.

Concierto-taller en el que se experimentará el poder de sonido y sus vibraciones en el propio cuerpo y mente, a canalizar la energía y calmar los pensamientos.

A cargo de Paco Sevilla

Lugar: Sala de baile del Auditorio de Castalla

Horario de 16.00 a 20.00

PROYECTO DONA-DEMANA

El proyecto supone una acción concreta en el área de la oncoestética. El objetivo es aportar ayuda y apoyo a mujeres con cáncer de nuestra localidad sin tener que desplazarse y estando en contacto con profesionales de confianza.



Contamos con la colaboración de las peluquerías y centros de estética de la localidad. Son la parte visible y activa de “DONA -DEMANA” .Además de ofrecer el servicio de asesoramiento estético, durante el proceso de tratamiento oncológico, también son las encargadas de recoger y entregarnos las donaciones de cabello para su posterior envío a la asociación de “Mechones solidarios”, que es quien elabora las pelucas y a quien se le solicitaría en caso de necesitar alguna.

También se incluye en el proyecto un banco de recursos oncológicos compuesto por pelucas, postizos, turbantes, gorros y pañuelos a disposición de quien lo necesite.

El 6 de octubre se realizará la IV Jornada Dona-Demana. Se trata de una actividad que se realiza en el parque municipal de la localidad en la que se da a conocer el proyecto y se hace también

corte de mechones, taller de automaquillaje, actuaciones de animación

PROYECTO ÁGORA OCIO Y TIEMPO LIBRE

El poder disfrutar durante el tiempo libre es fundamental pues permite desconectar de la enfermedad, además de compartir experiencias y vivencias con otras personas que han pasado por un cáncer o bien están en proceso de tratamiento. Se crean lazos de amistad y son un apoyo para quienes están en proceso de tratamiento oncológico.

El apoyo de las compañeras y compañeros es muy importante porque ves cómo otras personas viven el proceso de manera positiva, ayudando a normalizar y dar fuerza a pacientes. Si una compañera está atravesando por un momento difícil, todo el grupo la reconforta, eso es la vida, nuestra vida.

TALLER DE MANUALIDADES.

Se pretende con esta actividad ofrecer un espacio creativo y de aprendizaje donde interactuar con otras personas con las mismas inquietudes. A través de la creación de manualidades establecer una rutina de ocio con la que mejorar nuestro bienestar físico, social y mental.

Las manualidades que se realizan son para la venta en los distintos mercadillos solidarios que hacemos durante el año.

Horario: lunes de 4:30 a 6:30 de la tarde.

Lugar: sede de Ágora

APRENDER A UTILIZAR TU MÓVIL

Actividad con la que aprender a utilizar las distintas aplicaciones de móvil desde redes sociales, escuchar música, aplicaciones de salud, etc.

Horario: miércoles de 4 a 5 de la tarde

Lugar: Sede de Ágora

CLUB DE LECTURA ÁGORA

El club será un espacio de encuentro donde compartir y debatir sobre una lectura programada por la coordinadora del grupo. Se hará una propuesta de libros, cuentos, artículos, etc que tendrán que leerse para la próxima sesión.

Horario: El último lunes de cada mes.

Lugar: Sede de Ágora

PELÍCULA “LA MÚSICA NUNCA SE DETUVO”

Horario: 19:00 del 27 de enero

Lugar: Salón de Actos de la casa cultura

UN FIN DE SEMANA DIFERENTE

-

El ocio es saludable y mejora nuestra salud mental y social. Este año hemos programado un nuevo a la localidad de Novelda donde se realizará una visita a la empresa “La Carmencita” y a la Casa Museo Modernista.

Día 12 de septiembre 2024



PROGRAMA SENSIBILIZACIÓN Y DIVULGACIÓN

CAMPAÑAS PREVENCIÓN Y SENSIBILIZACIÓN

Durante el año se realizarán diversas acciones y materiales con finalidad de sensibilizar a la población en general y a los y las asociadas de la entidad sobre la prevención y promoción de salud relacionados con el cáncer.

Son actividades con el objetivo de sensibilizar sobre la enfermedad, eliminar falsos mitos y divulgar información veraz sobre el cáncer y sus tratamientos y por supuesto sobre la prevención.

Es muy importante en este punto seguir nuestras redes sociales, ya que son el medio a través del cual podemos llegar a más gente.

Acciones como:

- Mesas informativas en el centro de salud de Castalla y mercado
- Carteles informativos: código europeo del Cáncer, mitos y falsedades
- Entrevistas en los medios de comunicación
- Participación en la Feria de San Isidro y navidad
- Video promocional
- Folletos informativos sobre los diferentes tipos de cáncer
- Divulgación de noticias en las redes sociales
- Ampliación de nuestra sección de información sobre el Cáncer en nuestra web con enlaces a organismos oficiales y guías informativas

III MARCHA SOLIDARÍA . DÍA MUNDIAL CONTRA EL CÁNCER



El 4 de febrero en conmemoración del Día Mundial Contra el Cáncer se celebrará en la localidad de Castalla la III Marcha solidaria en colaboración con la Asociación del Cáncer de Onil.

La marcha solidaria tiene un doble objetivo. En primer lugar dar visibilidad a la enfermedad y a nuestras asociaciones como un recurso que tiene la población a su alcance, si lo necesitan, durante su proceso y posterior tratamiento del cáncer.

Por otro lado, recaudar dinero con el que poder llevar a cabo los proyectos, talleres y actividades con los que ayudar y apoyar a las personas que se encuentran afectadas de algún modo por el cáncer. Pero además, creemos que cada vez es más importante, priorizar también acciones encaminadas a la prevención, la investigación y por supuesto a romper mitos que dificultan el diagnóstico y retrasan los tratamientos.

CONFERENCIAS, JORNADAS Y ACTIVIDADES

CONFERENCIA Y EXPOSICIÓN "TIEMPO SIN TIEMPO. LUCES Y SOMBRAS DEL CÁNCER"

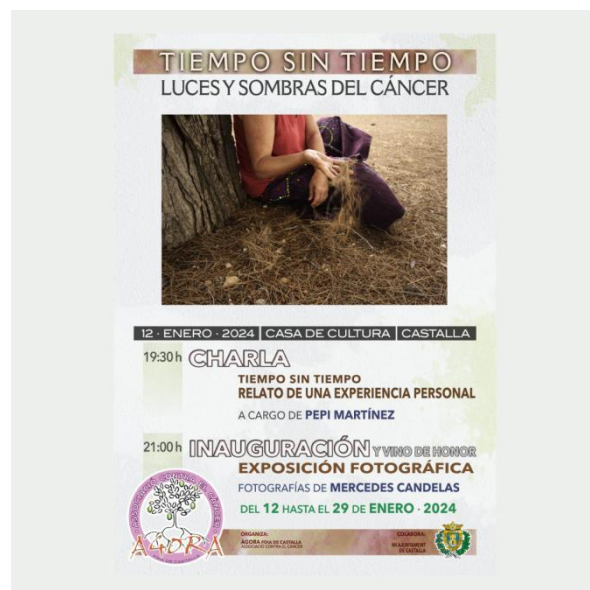
Inauguración y exposición en la Casa Cultura de Castalla de la colección de fotografías que documenta la conferencia.

Desde el 8 al 30 de enero.

La conferencia "Tiempo sin tiempo", en la que Pepi Martínez relata su experiencia personal, en el proceso de su vivencia de luces y sombras del cáncer.

Pepi Martínez, instructora de yoga y terapeuta Gestalt, ha pasado los últimos cinco años de su vida retirada en su casa de campo, cultivando una vida tranquila, debido a su largo proceso de enfermedad.

Conferencia 12 de enero



CONFERENCIA: NUTRICIÓN Y CÁNCER

La conferencia, NUTRICIÓN Y CÁNCER, está a cargo de Quico Bernabeu Monllor, nutricionista de la asociación que ofrece un servicio de orientación y asesoramiento nutricional a pacientes con cáncer de nuestra asociación.

Día: 15 de marzo a las 19:30

Lugar: Salón de Actos de la Casa Cultura.

CHARLA: EDUCACIÓN NUTRICIONAL EN LA ADOLESCENCIA

Quico Bernabeu Monllor, nutricionista y dietista que ofrece sus servicios en la asociación realizará esta charla el 20 de marzo, en el IES Enric Valor para el alumnado de bachillerato dentro de las jornadas de la salud.

CONFERENCIA “AVANCES TERAPÉUTICOS EN LA ONCOLOGÍA”

Conferencia a cargo de Vicente García Fons , Oncólogo, el 19 de abril.

Lugar: Espai Jove, de la Casa Cultura de Castalla

Horario: 19:30 el 19 de abril

CONFERENCIA: “ CONOCIENDO EL CÁNCER DE PULMÓN: NUEVOS AVANCES ”

A cargo de la doctora Natividad Martínez Banaclocha

Lugar: Salón de Actos de la Casa Cultura de Castalla

Horario: 19:30 el 10 de mayo

CONFERENCIA : “VOLUNTADES ANTICIPADAS”

A cargo de Carmen Alberich y Pere Boix de la Asociación Derecho a Morir Dignamente.

Lugar: Espai Jove de la Casa Cultura de Castalla

Horario: 19:30 el 17 de mayo

Posible taller o conferencia durante el tercer trimestre del año sobre cáncer y la sexualidad.

FERIAS.

En este espacio organizado por el Ayuntamiento de Castalla, la asociación dispone de un stand. En él damos información a la población en general sobre sus servicios y actividades. También es una oportunidad para colocar nuestro mercadillo solidario con el que recaudar fondos para la entidad.

San Isidro del 23 al 26 de mayo

Feria de Navidad del 13 a 15 de diciembre

PROGRAMA VOLUNTARIADO

Dentro de nuestro proyecto de voluntariado, durante este año se ha programado una taller de formación básica dirigida a nuevos voluntarios que se han incorporado al programa desde la última formación realizada el año anterior.

Talleres realizados por nuestras voluntarias son: Grupo de duelo, grupo de lectura, taller de manualidades, taller de aprende a manejar tu móvil y creant salut.

También intervienen en las mesas informativas, tareas gestión y divulgación en redes, limpieza y mantenimiento.

CALENDARIO DE ACTIVIDADES

Calendario en el que se detallan cada una de las actividades y eventos con acceso a google calendar .

[Link](#)