

# OnCodines Trail amb Oncovallès

Un repte solidari que creix i que ens fa créixer. Els millors companys de camí que haguéssim pogut trobar, per entomar nous projectes que Oncovallès tenia pendents i que, amb la col·laboració de OnCodines Trail, han estat possibles.

Volem compartir amb vosaltres les fites aconseguides gràcies a l'esforç conjunt, a la organització i també a tots els participants, sense els quals no hagués estat possible.

Gràcies, moltes gràcies a tots i a totes!

## OnCodines Trail 2021 - DONATIU 99.275€

### Què hem aconseguit amb el donatiu?

#### Projecte Apadrina una perruca



La pèrdua del cabell en els malalts oncològics representa un perjudici en la imatge personal que afecta molt negativament en la autoestima i causa altres efectes emocionals molt adverses.

Apart de les perruques donades, el projecte ha incorporat una terapeuta que ha ajudat a les beneficiàries a sentir-se millor amb la pròpia imatge i a afrontar millor el procés de curació.

- Perruques donades: 1.385

*"El càncer dol, perdre el cabell és una desconfiguració més a la que ens enfrontem, A la Fundació no ho fem sols, amb el suport professional i el grup humà s'aconsegueix fer de la foscor, llum" \*\*\*\* Miriam - Beneficiària.*

## Millora Servei Fisioteràpia



La fisioteràpia és una disciplina sanitària que aborda diversos àmbits d'actuació que, en malalts oncològics, poden millorar clarament la seva qualitat de vida.

Aquesta branca sanitària juga un paper fonamental en la prevenció i en el tractament de les seqüeles neurològiques, cardiovasculars i funcionals que poden ocasionar els tractaments de quimioteràpia, radioteràpia o cirurgia.

Millores al servei:

- Adquisició nova màquina presoteràpia
- Adquisició noves lliteres i material per dur a terme les sessions

*"La medicina ens aporta la vida, la fisioteràpia millora la qualitat de vida" \*\*\*\* Àlex - Terapeuta.*

## OnCodines Trail 2022- DONATIU 64.722€

Què hem aconseguit amb el donatiu?

### Contractació nova psico-oncòloga



Un dels principals beneficis de les atencions psico-oncològiques als malalts de càncer és poder oferir-los un espai privat on poden desfogar-se emocionalment i expressar els seus sentiments envers la malaltia i com ha canviat la seva vida i la dels éssers estimats que l'acompanyen en aquest moment vital tan dolorós.

Amb la contractació d'una nova professional hem pogut ampliar el servei i oferir horaris de visita de manera quasi immediata a la demanda, de manera que hem evitat les llistes d'espera.

- Hores atenció psico-oncològica: 2.173

*"A vegades només necessitem eines per afrontar situacions, aquí les he trobat" \*\*\*\* Mònica-Usuaria*

## Projecte Fletxes per l'esperança



La contracció i la relaxació dels grups musculars que intervenen en el tir amb arc afavoreixen la circulació limfàtica. Per aquesta raó, s'ha desenvolupat el projecte "Fletxes per l'esperança", amb l'acompanyament del Club de Tir amb Arc de les Franqueses del Vallés.

Aquesta teràpia complementària, ajuda als pacients amb Limfedema a guanyar força i agilitat, a millorar l'estrés, l'equilibri emocional i l'autoestima.

Si afegim les sinergies creades al fer l'activitat de forma grupal, tot son beneficis.

- Beneficiaris: 162 pacients

*"Apuntar, tirar i fer diana, que no és fàcil. Cada fletxa porta una abraçada, una amistat, un somriure" \*\*\*\*  
Montserrat - Beneficiària*

## OnCodines Trail 2023- DONATIU 91.513€

Què hem aconseguit amb el donatiu?

### Projecte M'acompanyes?



El nom del projecte ho diu tot. Amb l'adquisició d'aquest vehicle acompanyem a pacients amb dificultats organitzatives i/o econòmiques que han de desplaçar-se a centres hospitalaris on rebre tractament.

Ens fem companyia, ens donem suport i, en definitiva, ens preocupem de fer la vida una mica més fàcil en aquests moments on l'enfermetat ens canvia el nostre dia a dia.

- Beneficiaris: 167 pacients

*"Emociona saber que, en situacions difícils, hi ha persones que escolten, comparteixen, ajuden, agafen la mà, acompanyen" \*\*\*\* Alba - Alcaldessa*

## Noves teràpies i nous terapeutes



A Oncovallès ens fem nostres les inquietuds, els dubtes, les angoixes del malalts que ens visiten cada dia. La malaltia ocasiona multitud de noves situacions que cal abordar, i en la recerca d'aquestes noves solucions, hem crescut, ampliant les activitats de la Fundació, i ajudant així, a tirar endavant en els millors condicions possibles.

Per aquest motiu hem engegat nous tallers:

- Taller Musicoteràpia
- Taller Art-teràpia
- Mindfulness
- Taller risoteràpia
- Acupuntura

*"Per mi ha estat una gran troballa, al costat dels companys i companyes he perdut la por a la malaltia"*

\*\*\*\* Dolors - Beneficiària.

## OnCodines Trail ens ajuda a ajudar



Equip Oncovallès - Edició OnCodines Trail 2023

## Junts podem fer grans coses

## Seguim!