

The background of the cover is a photograph showing several hands of different skin tones pulling on a thick, light-colored rope. The focus is sharp on the hands in the foreground, while the others are blurred in the background, suggesting a group effort or teamwork. The rope is being pulled towards the right side of the frame.

ASOCIACIÓN ESPAÑOLA CONTRA O CANCRO

2021

“ A Asociación Española Contra o Cancro (aecc) é unha ONG que loita contra o cancro.

Somos unha institución sen ánimo de lucro creada no ano 1953 e declarada de utilidade pública no ano 1970

O noso Obxectivo

Loitar contra o cancro liderando o esforzo da sociedade española para diminuír o impacto causado pola enfermidade e mellorar a calidade de vida das persoas.

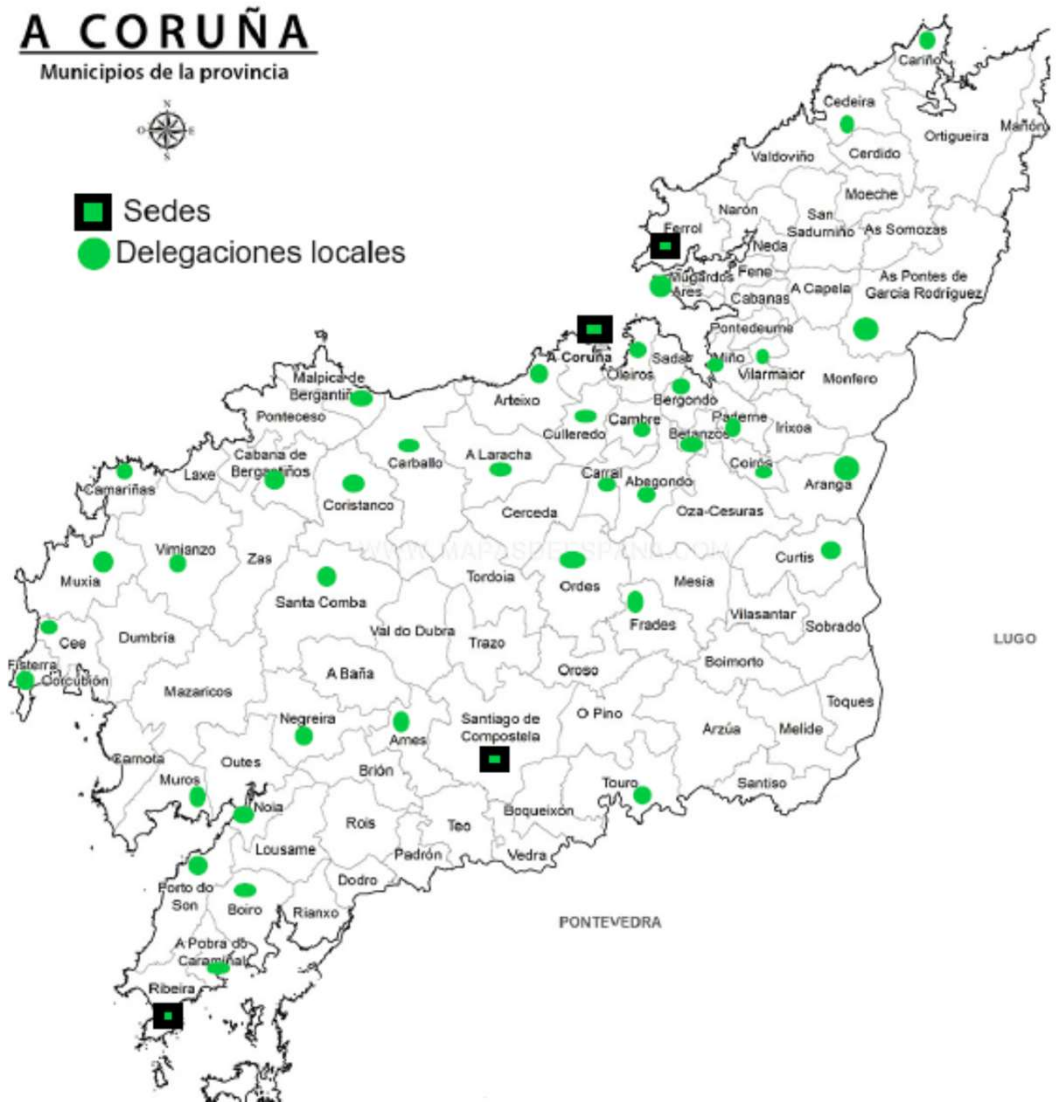
aecc Coruña en datos

SOCIOS: 15.299

VOLUNTARIOS: 544

PROFESIONAIS: 21

USUARIOS 2020: 2.054
INTERVENCIONES: 3.497



Unha **organización** formada por pacientes, familiares, voluntarios, colaboradores e profesionais.

Somos líderes en diminuir o impacto causado polo cancro e centramos os nosos esforzos en **mellorar a vida das personas** a través de:



Prevenición

O 40% dos cancros se poden prever con hábitos de vida saudables. Centrámonos en ensinar estes hábitos ás personas en todas as etapas da súa vida.

Apoio e acompañamento

De maneira gratuita a persoas con cancro e as súas familias.



Investigación

Promovemos a investigación oncolóxica.

EN MARCHA

CARA A UN FUTURO SAUDABLE





de educar en saúde

Promover hábitos saudables, creando contornas

Queremos actuar **modificando as contornas** nos que se move a poboación para **facilitar hábitos de vida saudable** dun xeito efectivo e equitativo.

Actuaremos en lugares da vida diaria como os centros educativos, os centros universitarios ou os barrios.



a xerar contornas saudables



Ámbitos de intervención

1. Para colexios.
2. Para universidades.
3. En espazos abertos.
4. No barrio.
5. Na empresa.



tabaquismo



malos hábitos
alimentarios



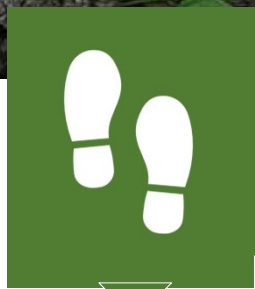
sedentarismo



RUTAS SAUDABLES

- Xerar un espazo de actividade física periódico, para **adquirir o hábito de facer exercicio físico** a lo menos unha vez por semana.
- Que estea pensado **para persoas que non adoitan facer deporte**: camiñar, durante unha hora, un roteiro sinxelo e alcanzable.
- **Dispoñible para toda a poboación.**

¿Qué beneficios aporta esta iniciativa?



Promover unha vida activa.



Construir un espazo de encontro.



Aumentar o benestar.



Facilitar a sustentabilidade.



aecc A Coruña @aeccACoruna · 1d
🚴🚴 Estamos en marcha cos roteiros no concello de @FerrolOficial

FERROL Concello de Ferrol @FerrolO... · 3d

🏠 O edil de Sanidade participou hoxe no inicio do plan de balde 'Roteiros Saudables', unha iniciativa en colaboración coa Asociación Española Contra o Cáncer: 4 rutas c...



¿CÓMO PODEMOS ACTUAR?

O que buscamos é promover un estilo de vida activo.

A aecc actuaría como **dinamizador da actividade**.

Conectar coa necesidade de facer **máis exercicio físico** pode ser **difícil** para a maioría da poboación.

Por ese motivo, **ofrecer outros elementos de interese** é un xeito de promover a adhesión á actividade .

Na aecc ofrecémosche levar a cabo a tarefa informativa no teu Concello para que a mensaxe chegue á poboación

Iniciativas da AECC

1. Campaña informativa:
Beneficios do exercicio físico
Información sobre a ruta saudable
2. Difusión da actividade en: centros de Saúde,
Centros Sociais, Asociacións...
3. Sensibilización da poboación diana
4. Dinamización da actividade
5. Seguimento
6. Valoración.



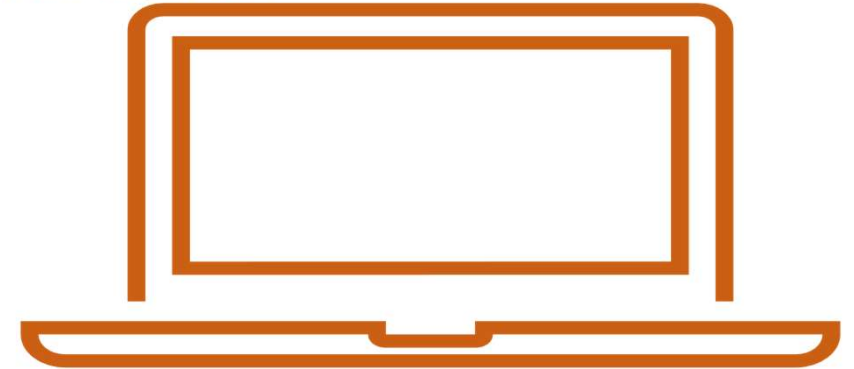
Deshabitación tabáquica



PREVENCIÓN: DESHABITUACIÓN TABÁQUICA

Grupo online

- Nº participantes sesión: 6 máx.
- Comenzaranse grupos unha vez completado aforo. Ata 3 grupos simultáneos.
- 60 % de éxito
- **Novidades:**
 - Acceso a evaluaci3ns v3a **forms**
 - **Caderno de traballo** usuario
 - Participaci3n de profesionaies colaboradores: **farmac3uticos e nutrici3n.**
 - **Respirapp**



RESPIRAPP

Deja de fumar en 4 semanas



Respirapp – Dejar de fumar

Tecnolox3a AECC Salud y bienestar

PEGI 3





O consumo de tabaco é un importante problema de saúde pública no noso país

63 praias sen fume na provincia da Coruña
exterior de hospitais e paradas de bus

¿Parques ou estadios libres de fume?

ESPAZOS SEN FUME



ESPAZOS SEN FUME

A CORUÑA

25 concellos

63 praias

Corcubión
Porto do Son

Muxía
Ferro
Oleiros
Boiro

Ortigueira
Ribeira
Mañón
Miño
Valdoviño
Cabanas

Camariñas
Rianxo
Fene
Noia
Muros

Pobra do
Caramiñal
Bergondo
Cedeira
Ponteceso
Dumbría
Carnota

Cabana de
Bergantiños
Laxe

Praia de Quenxe, P. de Santa Isabel
A Vila, A Gafa, O Pozo, Amela, Ornanda,
Coira esquerda, Coira dereita

P. da Cruz, P. Area Maior
A Fragata, P. Esmelle
P. Santa Cristina dereita, Bastiagueiro
Barraña, Carragueiros, Barraña-Satiño,
A Retorta

Da Concha, Morouzos
Río Azor, O Touro
Esteiro, Bares, Vilela
Praia da Ribeira ou pequena, Perbes
Praia de Mourillá
Praia de Chamoso

Arou, Lingunde, O Ariño, O Lago
As Cunchas - Porrón, Tanxil, A Torre
Almieiras, Maniños
Boa Grande, Boa Pequena
O Cabo (O Castelo), A Rocha

Areal
O Pedrido esquerda, O Pedrido dereita
P. da Magdalena, Praia Area Longa
A Ermida, Balarés, Niñóns, Osmo, P. Amela
P. de Ézaro
Mar de Lira, San Mamede (Boca do Río),
San Pedro

P. de Rebordelo
Arnado, Traba, Soesto, Laxe-Centro,
Laxe-Esquerda

“ APOIAR e ACOMPAÑAR

Ofrecemos servizos *gratuitos* de apoio e acompañamento que garanticen unha atención integral das persoas diagnosticadas de cancro e as súas familias.



Apoio psicológico



Orientación médica



Atención Logopedia



Apoio social



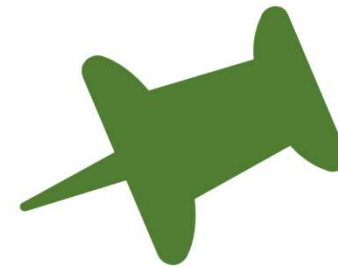
Acompañamento

Canles de acceso aos servizos

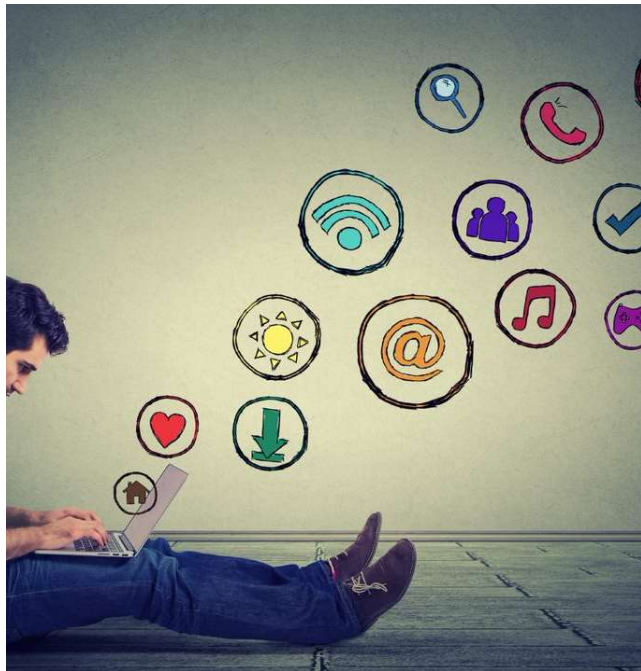
www.aecc.es



Nas nosas Sedes na
Coruña, Ferrol, Santiago e Ribeira



Atención os/as usuarios/as na situación derivada pola Covid 19



Atención non presencial: todas as actividades poden desenvolverse na modalidade NON presencial mediante chamada telefónica, video-chamada e no caso de voluntariado tamén a través da app móbil (chat-beneficiarios-usuarios)

O **obxectivo** da asistencia non presencial é mellorar a calidade de vida dos pacientes oncolóxicos mediante a atención e seguimento dos profesionais da entidade.

Mediante os recursos tecnolóxicos **optimízase a atención e auméntase a accesibilidade** das persoas aos servizos. Sobre todo no ámbito máis rural, xa que a dispersión xeográfica fai que os profesionais non poidan achegarse con facilidade os domicilios das persoas con enfermidade, e os propios doentes teñan dificultades para o desprazamento as sedes da aecc.



Apoio psicológico

- atención **individualizada** para as persoas enfermas e as súas familias en calquera momento da enfermidade que o poidan necesitar: durante o tratamento, cando a enfermidade avanza (paliativos), trala alta médica (sobreviventes) e tamén no momento do duelo.
- atención **grupal**: planificadas, segundo as necesidades detectadas, con diferentes contidos (xestión emocional, autoestima, manexo da ansiedade, sexualidade, ...)



Atención Logopedia

Intervención logopédica individual ou grupal, para recuperar o antes posible todo o funcionamento das zonas alteradas pola cirurxía ou despois dos tratamentos de radioterapia ou quimioterapia, referida sobre todo ás alteracións funcionais como mastigar, tragar, falar, articular, oler, saborear e respirar.

Apoio social



- **Orientación social:** asesoramento sobre trámites ou xestións que poidan xurdir durante o proceso da enfermidade.

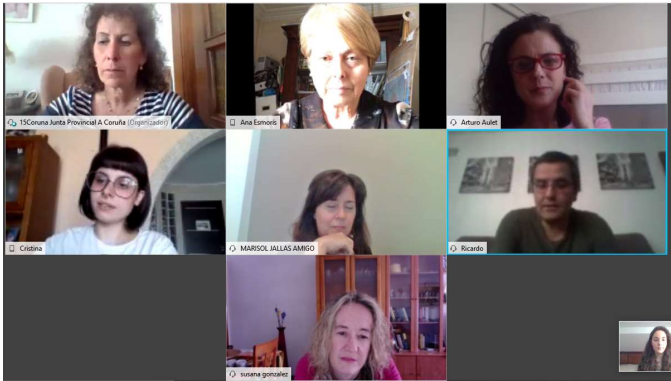
- **Xestión de axudas económicas,** propias da aecc, para gastos derivados da enfermidade como poden ser medicación, desprazamentos, alimentación... e axudas de emerxencia para gastos da vivenda, subministracións...etc.

- **Préstamo de axudas técnicas:** prótese mamarias, perrucas, panos oncolóxicos, cadeiras de rodas, camas articuladas...etc.

- Derivación a **pisos e residencias** noutras comunidades autónomas, para aqueles doentes que teñan a necesidades de desprazamento para recibir tratamento, realización de probas, revisión...etc.



Acompañamento



- **Acompañamento:** Ofrecer unha rede de apoio estable, duradeira e de confianza ao longo de todo o proceso de enfermidade que contribúa a previr situacións de soidade e illamento. Esta actividade do voluntariado desenvólvese, en situación de normalidade, nos centros hospitalarios e domicilios; na actualidade implementouse a atención a través de vídeo chamadas
- **Testimonial:** Ofrecer ao paciente e/ou familiar cun diagnóstico de cancro a posibilidade de ter encontros con outras persoas que pasaron pola súa mesma situación e que presentan un bo axuste á enfermidade coa finalidade de contribuír a mellorar a calidade de vida das persoas enfermas de cancro.

Servizos Complementarios: Obradoiros


VERSIÓN ONLINE



- Conferencias, xornadas ou charlas sobre temas de interese. Dous luns ao mes ten lugar unha charla.
- Obradoiros de **benestar**: loga (luns – mércores – venres), expresión corporal (venres)
- Obradoiros **recreativos**: clube de lectura (martes)

loga	Expresión Corporal	Clube de lectura
luns-mércores-venres	Venres	martes

Servicios Complementarios: Ebooks



CÁNCER DE MAMA

EBOOK
Cáncer de Mama
Ebook sobre el Cáncer de Mama

DESCARGAR

Ebooks —



EBOOK

Cómo hacer frente a la pérdida de un ser querido

Ebook cómo hacer frente a la pérdida de un ser querido

DESCARGAR



EBOOK

Linfedema - Prevención y tratamiento

Guía linfedema

DESCARGAR



EBOOK

Cómo viven los niños la pérdida de un ser querido

Ebook para el duelo de los niños

DESCARGAR



EBOOK

Cuidarte para cuidar

Guía para cuidadores de enfermos de cáncer

DESCARGAR



EBOOK

CÓMO AYUDAR TRAS LA PÉRDIDA TRÁS LA PÉRDIDA

Cómo ayudar tras la pérdida de un ser querido

Ebook para sobrellevar la pérdida de un ser querido

DESCARGAR



EBOOK

Creencias Erróneas, mitos y pseudoterapias sobre el cáncer

Ebook Creencias Erróneas, mitos y pseudoterapias sobre el cáncer

DESCARGAR



EBOOK

Cuidados tras una laringectomía

Guía Cuidados tras una laringectomía

DESCARGAR



EBOOK

Alimentación y Cáncer

Guía de alimentación y cáncer

DESCARGAR



EBOOK

Esfúmate del tabaco

Guía para dejar de fumar

DESCARGAR



EBOOK

¿Qué es la radioterapia?

Guía sobre la radioterapia

DESCARGAR



EBOOK

¿Qué es la quimioterapia?

Guía sobre la quimioterapia

DESCARGAR

900 100
Infocáncer

<https://www.aecc.es/es/ebooks>

900 100
Infocáncer

O noso reto....

Sendo conscientes das dificultades que en lugares máis illados pode haber para acceder a internet, e a dificultade que pode supor para as persoas ó acceso aos nosos servizos.

Necesitamos a colaboración das administracións e entidades provinciais e locais para:

- Divulgar os servizos e actividades da Asociación Española contra o Cancro.
- Facilitar ás persoas que necesiten atención un espazo axeitado para recibila, cando sexa preciso.

**Mellorar a calidade de vida
das persoas con cancro e as súas familias é labor de todos**

Entre todos mellorando a calidade de vida...

APOIO E ACOMPAÑAMENTO

Difusión dos servizos de apoio e acompañamento para persoas con cancro e as súas familias

Difusión do teléfono gratuito
INFOCANCER 900 100 036

Derivación a persoas que poidan necesitar os servizos aecc, facilitando unha sala de conexión (no caso de problemas de conexión)

Derivación ao noso servizo de traballo social as persoas con cancro en situación de vulnerabilidade social

PREVENCIÓN. Fomento de hábitos de vida saudables

Señalización de rutas saudables na súa zona

Engadir unha Praia ao listado de “praias sen fume”

Promoción dos Cursos online para deixar de fumar

Contacta connosco!!!

SEDES

A CORUÑA
Rúa Real, 1 – 1º
981.142.740
lacoruna@aecc.es

FERROL
Rúa Magdalena, 106
981.370.003
ferrol@aecc.es

SANTIAGO DE COMPOSTELA
Av. Barcelona, 29 bj
981.576.479
santiago.compostela@aecc.es

Outros

Traballadora Social
Paula Romero López
paula.romero@aecc.es

INFOCANCER
900.100.036



¿POÑÉMONOS EN MARCHA?

 **aecc**
Contra el Cáncer