

¿Quiénes somos?

Somos una organización sin ánimo de lucro formada por pacientes, familiares, voluntarios, colaboradores y profesionales. Luchamos contra la enfermedad oncológica, liderando el esfuerzo de la sociedad para reducir el impacto causado por la enfermedad y mejorar la vida de las personas.

El cáncer es el problema sociosanitario de mayor envergadura del mundo. 1 de cada 3 mujeres y 1 de cada 2 hombres lo padecerá a lo largo de su vida.

Desarrollamos nuestra actividad en todo Aragón y a nivel nacional. Nuestros programas y servicios son totalmente gratuitos tanto para pacientes como para sus familiares. Tenemos tres sedes provinciales (Huesca, Zaragoza y Teruel) y varias juntas locales repartidas por el ámbito rural.

¿Qué hacemos?

Disminuir el impacto del cáncer en la sociedad sólo puede conseguirse con un enfoque integral, por eso cuidamos la salud de todos, estamos junto a las personas afectadas e impulsamos una investigación de calidad. Tenemos tres pilares de actuación:

- Informar y concienciar

Las evidencias científicas constatan que se puede reducir el riesgo de cáncer si adoptamos comportamientos saludables. Te ayudamos a llevar hábitos de vida sanos de una forma sencilla. Además, a través de nuestros programas de prevención queremos generar entornos saludables tanto en el ámbito escolar como en el entorno local.

- *Programas de deshabituación tabáquica*
- *Rutas saludables*
- *Abordaje de la obesidad en instituciones de enseñanza*
- *Espacios sin humo*
- *Diagnóstico precoz*

- Apoyar y acompañar

- *Atención psicológica (en todas las fases de la enfermedad y en el duelo)*
- *Atención social (préstamo de material ortoprotésico, pisos de acogida...)*
- *Voluntariado (de acompañamiento, testimonial, ...)*
- *Talleres grupales terapéuticos*
 - *Terapia Centrada en el Sentido*
 - *Duelo*
 - *Bienestar emocional durante la enfermedad*
 - *Mindfulness*
 - *Grupo de familiares y cuidadores*
 - *Miedo a la recaída*
- *Talleres de ejercicio físico*
- *Talleres de ocio*
- *Talleres de bienestar*

- **Investigar**

Cada año convocamos públicamente ayudas para proyectos de investigación en cáncer. Garantizamos que los fondos sean asignados a proyectos de máxima calidad y con un claro enfoque en la obtención de resultados en beneficio del paciente

¿Cómo te puedes poner en contacto con nosotros?

- **Presencial**

En cualquiera de nuestras sedes:

- *Huesca: C/Santo Ángel de la Guarda, 4*
- *Teruel: C/ San Miguel 12, Bajo*
- *Zaragoza: Plaza San Francisco, 6*
-

- **Telefónicamente**

Con el teléfono 24 horas, los 365 días al año de infocáncer: 900 100 036

- *Huesca: 974 22 56 56*
- *Teruel: 978 61 03 94*
- *Zaragoza: 976 29 55 56*

- **Online**

<https://www.contraelcancer.es>