



# SALIDA

N.º: 083

Fecha: 31/07/2025

AFOL

Asociación de Familias  
Oncohematológicas de Lanzarote  
C.I.F. G-35697499

## Estimados socios/as:

Esperamos que en estas vacaciones se estén cuidando. Recuerde que el sol de nuestras islas es diferente.

A lo largo de este tercer cuatrimestre, esperamos que se animen a realizar todas las actividades y se incorporen a ellas.

Seguimos con la 9ª Edición "Caminamos con el Cáncer" o "Por la Vida". Este año se realizará en el municipio de Teguiise, concretamente en La Graciosa, el domingo 19 de octubre. En esta nueva edición se venderá una camiseta alusiva a la Graciosa y en conmemoración por el Día Mundial del Cáncer de Mama. Ya está a su disposición una plataforma para realizar las inscripciones online, [www.tripasioneventos.com](http://www.tripasioneventos.com), así como la posibilidad de hacerlo en la sede de AFOL.

Este año la XXI Cena de AFOL, en el Monumento al Campesino, será el **viernes 7 de noviembre**.

Reanudaremos las presentaciones en los Ayuntamientos que nos faltan y en Centros Escolares del cuento: "El Viaje de Afolín" Lo tenemos a la venta en la Sede y en algunas librerías de la isla.

También, comenzaremos con las inscripciones del IX Certamen de Relatos y Microrrelatos "Conviviendo con el Cáncer", la presentación será el 17 de octubre y finalizará el 16 de enero de 2025. La clausura y entrega de premios se hará el miércoles 4 de febrero de 2026. "Ese mismo día es el "Día Mundial del Cáncer". Interesados llamar a AFOL.

El viaje del 2026 será a las Rías Altas, Galicia y se realizará en el mes de mayo. Interesados llamar AFOL

Como cada año, ya está a la venta el número de la Lotería de Navidad de AFOL, 79.328.

Se mantiene el Taller de Tarjetas de Navidad, se realizará en AFOL, y aquellos que no puedan asistir, pueden hacer los dibujos desde casa.

Asimismo, seguimos colaborando con Sanidad, Bienestar Social, Dirección del Área de Salud, Dirección Médica, Gerencia del Hospital y Gobierno de Canarias. Esperamos que vayan resolviendo todas las necesidades atrasadas.

Ya se ha conseguido que desde el Hospital Dr. Negrín venga una Nutricionista y desde AFOL, empezaremos con clases de ejercicios físicos para pacientes.

Seguimos luchando por el PET y por formar un grupo multidisciplinar en oncología.

Los trabajadores y la Junta Directiva están a vuestra disposición, tanto presencial o a través de las redes sociales para recordarles lo importante que es la prevención y la labor que realizamos. Los animamos a seguir adelante y a contar con nosotros si lo necesitan.

Por ello, seguiremos realizando los programas constantes y actividades para socios/as y pacientes. Anímense a participar y sugieran lo que deseen realizar.

**Con el comienzo del curso 2025/2026, les informamos que desde el servicio de Pedagogía tenemos a la disposición de los pacientes infanto-juveniles y de los hijos de pacientes adultos, las Clases de Apoyo Escolar. Este programa tiene como objetivo asegurar la continuidad escolar y potenciar sus capacidades: déficit de atención o concentración, razonamiento abstracto, razonamiento lógico, escritura, lectura, etc; que facilitan la continuidad de sus estudios y la adquisición de nuevos conocimientos.**

## CAMPAÑAS DE PREVENCIÓN Y SENSIBILIZACIÓN:

**15 de septiembre:** Día Mundial del Linfoma.

**20 de septiembre:** Día Mundial del Donante de Médula Ósea.

**22 de septiembre:** Día Mundial de la Leucemia.

**24 de septiembre:** Día Mundial de la Investigación del Cáncer y del Cáncer de Tiroides.

**11 de octubre:** Día Mundial de los Cuidados Paliativos.

**19 de octubre:** Día Mundial del Cáncer de Mama e iluminación de un monumento emblemático en La Graciosa.

**30 de octubre:** Día Mundial del Cáncer de Hígado.

**15 de noviembre:** Día Mundial Sin Alcohol.

**17 de noviembre:** Día Mundial del Cáncer de Pulmón.

**19 de noviembre:** Día Mundial del Cáncer de Páncreas.

**5 de diciembre:** Día del Voluntariado.

AFOL. C/ Manolo Millares, 77. 2ª Planta. Puerta 6. C.P. 35500 Arrecife. Tfno 928-816-960 Móvil 606-656-046

Web [www.afol.info](http://www.afol.info) Email [asociacion@afol.info](mailto:asociacion@afol.info)

Inscrita en el registro de Asociaciones de la Comunidad Autónoma de Canarias nº 12102 Entidad de voluntariado nº LP/LZ. 09/914 C

Declarada de Interés Público Insular por el Excmo. Cabildo Insular de Lanzarote

Declarada de Utilidad Pública



**19 de diciembre:** Día de la Oncología Radioterápica.

**21 de diciembre:** Día Nacional del Niño con Cáncer.

**Jueves por la tarde en AFOL:** Salud, deporte y bienestar: **Una forma de quererte practicando actividad física** con Begoña Menor Sánchez. Dirigido a pacientes y en grupos reducidos. *Se informará cuando comienza.*

## ACTIVIDADES:

### SEPTIEMBRE

**Día 3:** A las 18:00 horas en AFOL. **Charla Informativa Reconstrucción Emocional: El Arte y la Ciencia de la Micropigmentación 3D en Mujeres Mastectomizadas** con Yurena Gutiérrez Díaz

**Día 11:** **Visita a la 36 Feria de Artesanía de Lanzarote** en Los Dolores. *Las personas interesadas deben apuntarse.*

**Día 19:** De 18:00 horas a 20:00 horas en el C.C. Conecta Tías. **Taller Respira y Estira** con Iciar Antuña. Taller apto desde los 12 años.

**Día 23:** A las 16:30 horas en AFOL. Comienza el **Taller de Pachtwork** para los pacientes adultos y/o familiares. *Las personas interesadas deben apuntarse. Plazas limitadas.*

**Día 29:** De 17:00 a 19:00 horas en el C.C. Conecta Tías. **Taller "Adéntrate en el mundo meditativo del Mandala"** con Fátima Lemes Suárez. *Taller apto desde los 7 años. Plazas limitadas. Las personas interesadas deben apuntarse.*

### OCTUBRE

**Martes a las 16:30 horas en AFOL. Taller de Pachtwork** para los pacientes adultos y/o familiares.

**Día 1:** Taller **Autocuidado de la Piel** con Davinia Rodríguez Machín, Asesora de Belleza de Infinity Balance. *Pendiente de confirmar la hora y lugar donde se llevará a cabo.*

**Del 13 al 17:** **Recogida de las Camisetas de la 9ª Edición Caminamos contra el Cáncer en AFOL.** Horario de lunes a jueves de 9h a 13h y de 16h a 20h. Viernes de 9h a 13h. *Estén pendientes a posibles modificaciones.*

**Día 17:** Comienzo del **IX Certamen de Relatos y Microrrelatos "Conviviendo con el Cáncer"**. Bases disponibles en la web de AFOL: [www.afol.info](http://www.afol.info).

**Día 19:** A las 10:30 horas en la Explanada de Caleta Sebo en La Graciosa. **IX Caminamos con el Cáncer** a beneficio de AFOL. Precio: 10 €. Inscripciones en AFOL y en <https://tripasioneventos.com/>. Te esperamos.

**Día 24:** **Tarde de Cine** con los niños, jóvenes y sus familias. *Pendiente confirmar hora y lugar.*

### NOVIEMBRE

**Martes a las 16:30 horas en AFOL. Taller de Pachtwork** para los pacientes adultos y/o familiares.

**Día 7:** A las 20:30 h en el Monumento al Campesino. **XXI Cena Benéfica de AFOL.** *El cartel y las entradas saldrán los días posteriores a la realización de la Caminata.*

**Día 21:** A las 17:00 horas en AFOL. **Taller de Tarjetas de Navidad y Merienda** para los niños/as y jóvenes de la asociación.

**Día 28:** De 18:00 horas a 20:00 horas. **Taller Respira y Estira** con Iciar Antuña. Taller apto desde los 12 años. *Pendiente confirmar el lugar.*

Por el Día Mundial del Cáncer de Pulmón se llevará a cabo una Charla Informativa.

### DICIEMBRE

**Día 17:** **Reunión Navideña** para los/as adultos/as de AFOL. *Pendiente de confirmar lugar y hora.*

**Día 22:** **Reparto de Tarjetas de Navidad** con los/as niños/as y jóvenes de la asociación por la Calle Real, comercios, instituciones, asociaciones, etc; y desayuno navideño.

Las actividades programadas pueden ser modificadas, recomendamos ponerse en contacto con la Asociación para la confirmación de las mismas. Pueden seguirnos en Facebook, Twitter e Instagram: @afolenlanzarote.

Un fuerte abrazo

Carmen Arrocha Hernández  
Presidenta de AFOL

AFOL. C/ Manolo Millares, 77. 2ª Planta. Puerta 6. C.P. 35500 Arrecife. Tfno 928-816-960:

Web [www.afol.info](http://www.afol.info) Email [asociacion@afol.info](mailto:asociacion@afol.info)

Inscrita en el registro de Asociaciones de la Comunidad Autónoma de Canarias nº 12102 Entidad de voluntariado nº LP/LZ. 09/914 C

Declarada de Interés Público Insular por el Excmo. Cabildo Insular de Lanzarote

Declarada de Utilidad Pública



AFOL Y ANTONELLA SIANO

# Teatro con R de Risa

## Taller de Improvisación y Teatro del Ser

**UNA VEZ A LA SEMANA DESDE MEDIADOS DE SEPTIEMBRE HASTA DICIEMBRE**

Después de la cálida acogida de las sesiones de risoterapia, te invitamos a seguir acompañándonos en “Teatro con R de Risa”, un espacio creado para profundizar en el humor como una herramienta poderosa para el bienestar emocional y la conexión con uno mismo y con los demás.

Este taller está basado en la improvisación, el juego y la creación colectiva, y está diseñado para que cada persona pueda descubrir y potenciar su lado creativo y divertido, sin necesidad de experiencia previa ni de memorizar textos. Aquí no buscamos la perfección, sino el disfrute genuino, la espontaneidad y la risa compartida como motor de transformación personal.

Durante las sesiones, el grupo irá construyendo pequeñas escenas cómicas a partir de anécdotas reales, sugerencias espontáneas y ejercicios lúdicos que favorecen la expresión libre y la confianza en el aquí y ahora. Cada encuentro es una invitación a soltar el control, a sorprenderse y a reír, celebrando el presente con alegría y ligereza.

Si cuando se acerque diciembre el grupo siente que quiere compartir esta experiencia, podremos preparar una pequeña muestra navideña sencilla y entrañable, donde celebrar lo vivido juntos sin presiones ni exigencias, solo con la alegría de estar y crear en comunidad.

El compromiso es siempre flexible y respetuoso con los ritmos personales: cada participante aporta lo que puede, cuando puede, siempre desde la libertad y el bienestar propio.

Porque reír en grupo no solo es posible, sino que puede abrir espacios profundos de sanación, conexión y fuerza interior.

**SI ESTAS INTERESADO, APÚNTATE EN AFOL:**

**928 816 960**

**606 656 046**



Asociación de Familias  
Oncohematológicas  
de Lanzarote



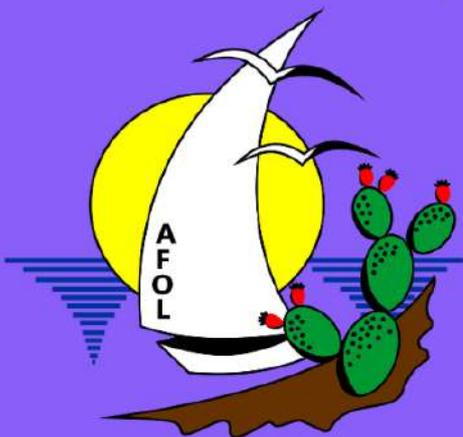
**afecite**  
Bienestar Social

Dirigido a pacientes con cáncer

# UNA FORMA DE QUERERTE PRACTICANDO ACTIVIDAD FÍSICA

Salud, deporte y bienestar.

Con Begoña Menor Sánchez  
Lda. en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.



Asociación de Familias  
Oncohematológicas de  
Lanzarote

**JUEVES POR LA TARDE  
EN LA SEDE  
DE AFOL**

**GRUPOS REDUCIDOS**

**PARA MÁS INFORMACIÓN:  
928 816 960 - 606 656 046**

# IX CAMINAMOS CON EL CANCER EN LA GRACIOSA

19 DE  
OCTUBRE  
2025

**SALIDA DESDE LA EXPLANADA  
DE CALETA DE SEBO**

**A LAS 10:30 HORAS**

LA CONCENTRACIÓN ANTES  
DE LA SALIDA SERÁ DESDE  
LAS 9:30 HORAS

Porque todos nos  
necesitamos alguna vez,  
camina junto a nosotros  
en la lucha  
contra el cáncer

**MENOS DE 5 KM.**

**INSCRIPCIÓN: 10€**

INCLUYE: - CAMISETA  
- AGUA  
- TRASLADO EN BARCO

ONLINE A TRAVÉS DE  
[WWW.TRIPASIONEVENTOS.COM](http://WWW.TRIPASIONEVENTOS.COM)  
O EN LA SEDE DE AFOL

**A BENEFICIO DE:**

AFOL Asociación de Familias Oncohematológicas de Lanzarote  
C/ Manolo Millares, 77 2º piso, pta.6 - 35500 Arrecife de Lanzarote  
Telf. 928 81 69 60 / Movil: 606 656 046

[asociacion@afol.info](mailto:asociacion@afol.info)  
[www.afol.info](http://www.afol.info)



ORGANIZA ..... COLABORADORES .....

