

# El noticiero

**Eventos, experiencias y vivencias de pacientes o voluntarios**



OCTUBRE,  
NOVIEMBRE Y  
DICIEMBRE DE 2025

**[WWW.RELEVOSXLAVIDA.COM](http://WWW.RELEVOSXLAVIDA.COM)**

## RELEVITO, NUESTRA MASCOTA



Después de mucho tiempo soñando con tener una mascota oficial... ¡por fin podemos presentaros a RELEVITO!

Nuestro nuevo compañero, inspirado en el logotipo de la mano azul, llega para llenar de alegría, energía y esperanza todos los eventos y actividades a los que vayamos.

Queremos dar las GRACIAS de corazón a Luis Díaz (Crispyn), a Susana Calero y a todo el equipo de Nueve Televisión Almería, por hacer realidad este sueño y donarnos este traje tan especial.

Gracias por vuestra implicación, por vuestra generosidad y por creer en lo que hacemos.

Relevito no es solo una mascota... Es el símbolo de la unión, la empatía y la fuerza de todos los que forman parte de esta gran familia. ¡Prepárate para verlo en acción en nuestros próximos eventos, repartiendo abrazos, sonrisas y esperanza!

## NUEVAS AGENDAS 2026

Entre octubre y mediados de noviembre abrimos reservas de nuestra Agenda Solidaria 2026, un artículo personalizado que tuvo muy buena acogida dentro de nuestro merchandising.

Gracias al éxito de esta iniciativa, pudimos seguir apoyando nuestros proyectos de acompañamiento.

El próximo año esperamos volver a lanzarla de nuevo.





# OCTUBRE DE 2025

www.relevosxlavida.com

Churriana de la Vega, Granada CP 18194

## 7º SORTEO SOLIDARIO DE NAVIDAD

Durante las semanas previas a la Navidad, en Relevos x la Vida volvimos a poner en marcha una de nuestras tradiciones más queridas: el Sorteo Solidario de Navidad, que en 2025 celebró su 7ª edición consecutiva.

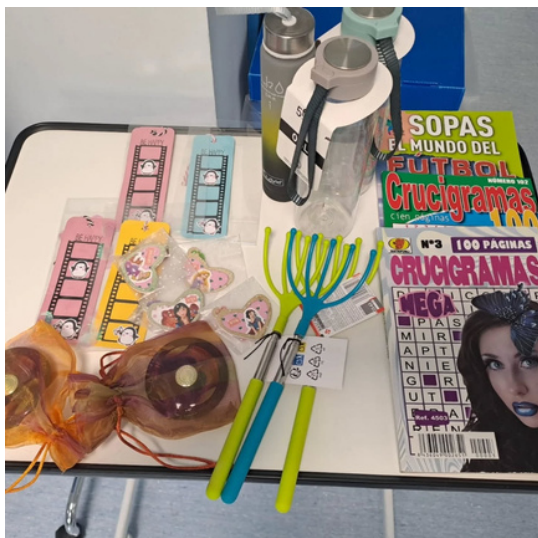
La venta de papeletas tuvo muy buena acogida y un gran apoyo por parte de la ciudadanía y de numerosos comercios colaboradores, lo que nos permitió recaudar fondos esenciales para seguir desarrollando nuestros proyectos de acompañamiento a adolescentes y jóvenes con cáncer juvenil.

Gracias a cada persona que participó y a todas las entidades que donaron premios,

esta iniciativa volvió a demostrar que la solidaridad, cuando se comparte, multiplica su impacto. Lo recaudado nos ayuda directamente a continuar llevando apoyo emocional, actividades y momentos de desconexión a pacientes y familias. Nuestro agradecimiento es enorme: cada papeleta cuenta y cada gesto suma.



## BINGO SOLIDARIO – 15 DE OCTUBRE



El 15 de octubre retomamos el Bingo Solidario en el Hospital de Día del Hospital Universitario Virgen de las Nieves. Nuestra coordinadora Delia, junto a Clara e Inés, compartieron una mañana de risas, compañía y pequeños regalos con los pacientes.

Una actividad sencilla pero muy especial, donde el acompañamiento y la humanidad fueron los verdaderos protagonistas.

## 47ª EDICIÓN DE LA FERIA DE MUESTRAS DE ARMILLA

Los días 3, 4 y 5 de octubre participamos en la Feria de Muestras General de Armilla, dando a conocer quiénes somos y la labor que realizamos desde Relevos x la Vida. Fueron tres días de encuentros, apoyo y solidaridad, en los que muchas personas se acercaron a conocernos y a colaborar a través de nuestro merchandising solidario.

Estos eventos nos aportan visibilidad, fuerza y esperanza, y no serían posibles sin el compromiso de nuestros voluntarios y coordinadoras. Queremos agradecer especialmente a Lina y al equipo de la Feria de Muestras de Armilla por contar con nosotros un año más.

Además, este año estrenamos a Relevito, nuestra nueva mascota, que conquistó a grandes y pequeños y nos ayudó a llevar nuestro mensaje aún más lejos.



## EN MEMORIA DE MANUEL SÁNCHEZ



Queremos dedicar unas palabras llenas de cariño y respeto a Manuel Sánchez Díaz, un paciente que conocimos durante su ingreso en el hospital y que nos dejó una huella profunda.

Manuel era un hombre creativo, apasionado por el bricolaje y siempre dispuesto a compartir una sonrisa, incluso en los momentos difíciles. Tras su fallecimiento, su familia —la familia Sánchez Ortega— ha querido rendirle homenaje de una forma preciosa: realizando una donación solidaria de 620€, fruto de la venta de las herramientas que Manuel utilizaba en su taller, su rincón favorito.

Un gesto lleno de amor, memoria y generosidad que convierte su afición en esperanza para otros pacientes y familias que siguen luchando.

Desde Relevos x la Vida, enviamos todo nuestro cariño y agradecimiento a su mujer, a sus hijos y a todos los que mantienen viva su luz.

Porque hay personas que, aunque se vayan, siguen construyendo vida en los demás.



## XI RALLYE CIUDAD DE GRANADA



El pasado 9 de octubre tuvimos el honor de estar presentes un año más en la ceremonia del Rallye Ciudad de Granada, un evento lleno de emoción, solidaridad y motor del bueno.

En esta ocasión, recibimos una donación increíble de 2.000 €, un gesto que nos impulsa a seguir desarrollando nuestros proyectos y a continuar acompañando a pacientes, familiares y jóvenes que luchan cada día con fuerza y esperanza.

Desde Relevos x la Vida, queremos dar las gracias de corazón por contar con nosotros nuevamente y por seguir apostando por causas que cambian vidas.

Vuestra ayuda acelera la esperanza. Gracias a: @checkinhotelgroup @hotelcaminogr y @rallyegranada.

## PEQUEÑOS GESTOS QUE DEJAN HUELLA

Queremos dar las gracias de corazón a Luisa Encinas Guerrero por esta preciosa donación de llaveros con el lazo azul, símbolo de nuestra lucha contra el cáncer juvenil. Estos detalles, además de formar parte de nuestro merchandising solidario, también se convierten en regalitos especiales para los pacientes que participan en nuestros bingos hospitalarios, llevándose un recuerdo lleno de cariño y esperanza. Gracias, Luisa, por tu creatividad, tu tiempo y por aportar tu granito de arena con tanto amor. Puedes seguir su bonito trabajo en: @bolsoslupi @luisa\_encinas\_guerrero



## UN HOMENAJE QUE LLEGA AL CORAZÓN

El pasado viernes 17 de octubre se vivió una noche muy especial en el Palacio de las Artes Escénicas y de la Música de Churriana de la Vega, donde se rindió homenaje a varias personas del municipio por su trayectoria y compromiso con los demás.

Entre ellas, nuestra presidenta y fundadora, Maruzzella Romero, recibió un reconocimiento lleno de cariño, emoción y sorpresa.

Un gesto precioso que pone en valor no solo su entrega como madre y luchadora, sino también el enorme corazón con el que dio vida a Relevos x la Vida, una asociación que nació del amor y que hoy sigue acompañando y apoyando a jóvenes y familias en su lucha contra el cáncer juvenil.

Desde aquí, Maruzzella y toda la familia de Relevos queremos dar las gracias al Ayuntamiento de Churriana de la Vega, al Coro Rociero "El Duende" (a Encarnita), al Grupo Solera, en especial a María Vidal, y a todas las personas que hicieron posible este homenaje tan bonito y humano. Fue una velada inolvidable, llena de música, emoción y gratitud.

Porque cuando el reconocimiento viene del corazón... se convierte en el mejor regalo.



## GRACIAS POR TU GESTO, LUCÍA!

Queremos dar las gracias de corazón a @fp\_lucia por su preciosa donación de productos de aloe vera, que se suman a los regalitos que entregamos cada semana en nuestros bingos solidarios en el hospital. Estos detalles van mucho más allá de un simple regalo:

- Son momentos de ilusión en medio del tratamiento.
- Sonrisas compartidas entre pacientes y acompañantes.
- Y una forma de hacer más llevadero el día a día hospitalario.

Gracias, Lucía, por aportar tu granito de esperanza y ayudarnos a seguir llevando alegría y cariño a cada planta.





# OCTUBRE DE 2025

www.relevosxla vida.com

Churriana de la Vega, Granada CP 18194

## 26 DE OCTUBRE DE 2025



Queremos dar las gracias de corazón a nuestra compañera Delia, coordinadora y voluntaria veterana de Relevos x la Vida, por dedicar su mañana al Hospital de Día del Hospital Universitario Virgen de las Nieves, acompañando a pacientes y repartiendo pequeños detalles solidarios llenos de cariño.

Estos regalitos han sido elaborados por Ariadna, una de nuestras voluntarias más jóvenes y creativas, que una vez más nos sorprende con su talento y su enorme corazón.

Gracias, Delia Gonzalez Jimenez, por tu entrega y por estar siempre al pie del cañón.

Y gracias, Ariadna, por recordarnos que las manos que crean con amor también curan el alma.

## HOMENAJE A MANUEL ARROYO

El pasado 18 de octubre tuvimos el honor de participar en un partido benéfico muy especial en Santa Fe, organizado por la familia, amigos y compañeros de fútbol de Manuel Arroyo, un paciente oncológico a quien recordamos con enorme cariño a un año de su partida.

Nos invitaron a formar parte de esta jornada tan emotiva, permitiéndonos estar presentes con nuestro merchandising solidario y ayudándonos a recaudar 283€ para nuestros proyectos.

Queremos dar las gracias de corazón a la familia

de Manuel por contar con nosotros, al equipo de fútbol, a las instalaciones y al Ayuntamiento de Santa Fe. Vuestro apoyo hace que la memoria de Manuel se convierta en un legado de solidaridad y esperanza para otros.



## EL VALOR DE LO HECHO CON CARIÑO



Queremos dar las gracias de corazón a Matilde Gómez Sánchez (@chioguijarro) por su preciosa donación de muñecos de crochet hechos a mano, que ya forman parte de nuestro merchandising solidario. Cada creación está hecha con mimo, tiempo y mucho amor, y eso se nota en cada puntada. Gracias a gestos como este, seguimos dando vida a nuestros proyectos y llevando esperanza a quienes más lo necesitan. Porque cuando algo se hace con el corazón... se nota.

## SEGUNDO AÑO DE HOMENAJE A SABINA

Un año más, hemos celebrado una jornada muy especial en recuerdo de Sabina, con motivo de su cumpleaños, una actividad que seguiremos repitiendo cada año en su honor y para seguir creando conciencia sobre el cáncer juvenil.

En esta ocasión, pacientes y familiares pudieron disfrutar de una preciosa visita guiada a la Abadía del Sacromonte, de la mano del guía @ish.alain en colaboración con @walkinggranada.

Fue un día lleno de emociones, aprendizaje y recuerdos, en el que Sabina estuvo muy presente en cada paso. Gracias a todos los que lo hicieron posible por acompañarnos en este homenaje que nos une y nos inspira a seguir llenando de vida cada momento





# OCTUBRE DE 2025

www.relevosxla vida.com

Churriana de la Vega, Granada CP 18194

## 28 DE OCTUBRE – DÍA DEL CÁNCER JUVENIL



Cada 28 de octubre celebramos el Día del Cáncer Juvenil, una fecha que elegimos por ser el cumpleaños de José Enrique, el alma de nuestra asociación y la razón por la que nació este proyecto lleno de esperanza.

En su memoria, y por todos los jóvenes que luchan o han luchado contra el cáncer, distintos ayuntamientos y entidades se han unido a nosotros iluminando de color azul sus edificios y espacios más emblemáticos como símbolo de fuerza, vida y solidaridad.

(Ejemplos: Cijuela, Jayena, Armilla, Alcalá la Real, PTS Granada...)

Desde Relevos x la Vida queremos dar las gracias de corazón a todos los que habéis participado en esta iniciativa, por mantener viva la llama del apoyo, la empatía y la conciencia social.

Porque cada luz azul encendida representa una historia, una sonrisa y una esperanza que sigue brillando. Por José Enrique. Por todos los jóvenes valientes. Por seguir acompañando y dando vida incluso en los momentos más difíciles.

## REGALOS QUE SE CONVIERTEN EN SONRISAS

El 31 de octubre, nuestra coordinadora y voluntaria veterana, junto a Félix, uno de nuestros nuevos voluntarios, han llenado de alegría y sonrisas las salas de tratamientos del Hospital Universitario Virgen de las Nieves. Una mañana diferente, donde pacientes y acompañantes pudieron disfrutar de nuestro querido bingo solidario, compartiendo momentos de distracción, risas y cercanía que hacen más llevadero el día a día.

Gracias, Delia y Félix, por vuestra entrega, por acompañar con tanta humanidad y por demostrar que un pequeño gesto puede transformar una mañana entera.



# OCTUBRE DE 2025

www.relevosxla vida.com

Churriana de la Vega, Granada CP 18194

## HALLOWEEN SOLIDARIO EN LOS HOSPITALES



La última semana de octubre, nuestras voluntarias de Relevos x la Vida han llevado la magia y la alegría de Halloween a los pacientes de los dos hospitales donde colaboramos: el Hospital Universitario Virgen de las Nieves y el Hospital Universitario Clínico San Cecilio.

Disfrazadas con mucha ilusión, repartieron regalitos y detalles decorativos, llenando los pasillos de color, risas y sorpresas. Porque cuando pasas tanto tiempo en el hospital, pequeños gestos como este hacen que el día se sienta un poco más ligero y especial.

Queremos dar las gracias a todas nuestras voluntarias por su entrega y creatividad, a los hospitales por permitirnos seguir realizando estas actividades, y a los pacientes y acompañantes les enviamos todo nuestro cariño y ánimo.

Gracias por dejarnos compartir con vosotros un trocito de ilusión y esperanza.

## NOVIEMBRE DE 2025

www.relevosxla vida.com

Churriana de la Vega, Granada CP 18194

El 9 de noviembre, nuestros voluntarios Mathi y Juanjo han representado a Relevos x la Vida en la III Feria del Comercio de Güevéjar, llevando nuestro puesto de merchandising solidario y dando a conocer todo lo que hacemos como asociación.

Ha sido una jornada llena de cercanía, solidaridad y apoyo mutuo, donde hemos podido compartir con muchas personas la esencia de nuestro trabajo y cómo, con pequeños gestos, se pueden

lograr grandes cosas. Gracias de corazón a Mathi y Juanjo por su implicación y a todo el Ayuntamiento de Güevéjar por contar con nosotros y hacernos partícipes de esta bonita iniciativa que impulsa tanto el comercio local como las causas solidarias.





# NOVIEMBRE DE 2025

www.relevosxla vida.com

Churriana de la Vega, Granada CP 18194

## BELMODA 2025



Del 7 al 9 de noviembre, tuvimos el placer de estar un año más presentes en Belmoda, un evento muy especial que nos brinda la oportunidad de seguir dándonos a conocer como asociación y mostrar nuestros detalles solidarios personalizados para bodas, bautizos y comuniones.

Han sido unos días llenos de ilusión, compromiso y solidaridad, donde muchas personas se han acercado a conocernos y a colaborar con nuestra causa, demostrando que los pequeños gestos también pueden cambiar vidas.

Desde Relevos x la Vida, queremos dar las gracias al equipo de organización de Belmoda por contar un año más con nosotros, y un agradecimiento infinito a todos los voluntarios que han participado y hecho posible este evento.

Sin vosotros, nada de esto tendría sentido.

## CHARLA EN EL COLEGIO LUX MUNDI

El pasado 12 de noviembre, hemos tenido la oportunidad de visitar el Colegio Lux Mundi de Granada, donde parte del beneficio de su VI Carrera Solidaria LXM25, que se celebrará el próximo 29 de noviembre, irá destinado a nuestra asociación.

Durante esa jornada, Maruzzella, Eli y Álvaro compartieron con los alumnos de secundaria quiénes somos, qué hacemos en Relevos x la Vida y cómo, con pequeños gestos, se puede marcar una gran diferencia en la vida de los pacientes y sus familias. Gracias de corazón al Colegio Lux Mundi por abrirnos sus puertas, por su sensibilidad y compromiso, y por ayudarnos a dar visibilidad a nuestra labor. Gracias también a todos los profesores y estudiantes por su atención, su empatía y sus ganas de colaborar.

Vuestra solidaridad nos impulsa a seguir adelante con nuestros proyectos, para acompañar, apoyar y mejorar la estancia hospitalaria de quienes más lo necesitan.



## UN RATITO QUE MARCA LA DIFERENCIA



El pasado sábado 8 de noviembre, nuestros voluntarios Álex, Carmen y Elena llevaron una nueva edición de nuestro bingo solidario al Hospital Universitario Virgen de las Nieves, llenando de compañía, risas y cariño la tarde de los pacientes y acompañantes.

Una actividad sencilla, sí... pero tremendamente especial. Porque más allá de los regalitos —que siempre hacen ilusión— lo que realmente importa es ese rato compartido: la conversación, las sonrisas, la conexión y la desconexión que necesitan en medio de su proceso.

Gracias, chicas, por vuestra entrega y vuestra sensibilidad.

Y gracias también a todas las personas que donan regalitos solidarios: vuestro gesto es imprescindible para que podamos seguir haciendo estos momentos tan bonitos. Seguimos acompañando, siempre.

## UN GESTO QUE NOS IMPULSA A SEGUIR

Queremos dedicar unas palabras llenas de agradecimiento a la Asociación de Mujeres Ayuda Mutua, que ha realizado una donación muy generosa a Relevos x la Vida.

Un gesto precioso, humilde y hecho desde el corazón, que tiene un valor enorme para nosotros. Gracias a apoyos como este podemos continuar desarrollando nuestros proyectos de acompañamiento, creando espacios más humanos y ofreciendo momentos de respiro y esperanza a pacientes y familias.

Mención muy especial a Emilia Aguilar, cuyo cariño, implicación y sensibilidad han sido clave para que esta ayuda llegue a nuestra asociación.

Gracias de verdad, por creer en lo que hacemos y por caminar a nuestro lado.

Gestos así sostienen, animan y nos recuerdan que no estamos solos en esta lucha.





## OTOÑO, RISAS Y CASTAÑAS EN EL CLÍNICO



El frío ya ha llegado a Granada... ¡y con él, nuestras voluntarias más "entrañables"!

De nuevo, nuestras chicas se han vuelto a convertir en "abuelitas" llenas de encanto para repartir castañas asadas, sonrisas y buen humor en la séptima planta del Hospital Universitario Clínico San Cecilio.

Un gesto sencillo... pero tremendamente mágico. Porque cuando pasas tiempo en el hospital, estos detalles llenos de cariño se sienten como un abrazo calentito en pleno otoño.

Gracias de corazón a nuestras voluntarias por estar siempre dispuestas, por su creatividad, por su energía y por llenar los pasillos de alegría auténtica. Sois luz, sois compañía y sois una terapia que no aparece en ningún manual... pero que cura por dentro. A los pacientes y acompañantes, os mandamos todo nuestro apoyo y un poquito de ese calorcito otoñal que tanto reconforta.

## LA 6ª CARRERA SOLIDARIA LXM25 YA ES HISTORIA... ¡Y QUÉ HISTORIA TAN BONITA!

El pasado 29 de noviembre vivimos una jornada llena de energía, solidaridad y sonrisas en el Colegio Lux Mundi, donde una vez más demostraron que cuando la comunidad se une, pasan cosas mágicas. Gracias de corazón al colegio Lux Mundi por contar con Relevos por la Vida como parte beneficiaria de este evento tan especial. Gracias a todas las familias, alumnado y participantes por correr, animar y aportar vuestro granito de arena. Y gracias infinitas a nuestros voluntarios, que estuvieron al pie del cañón:



informando, organizando, ayudando, repartiendo abrazos azules y llevando el stand de merchandising con una ilusión enorme. Y sí... ¡Relevito también estuvo allí! Nuestra mascota puso ritmo, baile y muchas fotos divertidas para hacer aún más inolvidable este día tan completo. Fue una jornada repleta de deporte, valores, unión y muchísimo cariño. Nos volvemos a casa con el corazón lleno y con más fuerza para seguir acompañando a nuestros jóvenes y familias. Gracias, de verdad, por hacer posible momentos así. Cada paso que dais... nos ayuda a avanzar.

## BINGO SOLIDARIO EN EL HOSPITAL DE DÍA



El miércoles 3 de diciembre, nuestra coordinadora Delia ha estado en el Hospital de Día del Hospital Universitario Virgen de las Nieves acompañada de María e Inés, dos voluntarias que llevan poquito tiempo con nosotros, pero que ya están demostrando una sensibilidad y una entrega preciosas.

Entre partidas de bingo en las zonas de tratamiento de oncología y hematología, han repartido regalitos, sonrisas y, sobre todo, compañía.

Porque a veces los pacientes llegan cansados, sin ganas de hablar ni de escuchar... pero basta escuchar un "¡biiiiingo!" para que algo dentro se encienda y su ánimo cambie, aunque sea por unos minutos. Y ver eso... también nos llena a nosotros. Gracias, Delia, por seguir sumando cada día. Gracias, María e Inés, por aportar tanta luz desde el primer momento. Y gracias a cada paciente por permitirnos acompañaros un ratito en vuestro camino. Pequeños gestos, grandes respiros.

## TOON STORY - FILM SYMPHONY ORCHESTRA

El domingo 14 de diciembre, algunos pacientes y acompañantes pudieron disfrutar de un concierto inolvidable en el Palacio de Congresos de Granada: TOON STORY de la Film Symphony Orchestra.

Un viaje musical por bandas sonoras que marcaron nuestra infancia y juventud: Los Increíbles, Ice Age, Kung Fu Panda, Pesadilla antes de Navidad, Anastasia, Cómo entrenar a tu dragón, Aladdín, Tom y Jerry, Chicken Run, Toy Story, La Princesa Mononoke, Shrek, Pocahontas, El Rey León, La Bella y la Bestia...

Un regalo para el alma, lleno de nostalgia, emoción y sonrisas. GRACIAS de corazón a Film Symphony Orchestra por donar las entradas y permitir que nuestros pacientes y familiares vivieran una tarde diferente, especial y muy necesaria. Estos momentos de desconexión y alegría son un regalo enorme. Y gracias a Delia, nuestra coordinadora, por estar siempre al pie del cañón buscando actividades que llenen de luz los días más difíciles. Tu dedicación hace magia. Porque la música también acompaña, también abraza... y también cura.





## LA NAVIDAD TAMBIÉN LLEGA AL HOSPITAL



El día 17 de diciembre, en la séptima planta del Hospital Universitario Clínico San Cecilio, nuestras voluntarias Ana, Sonia, Irene, Félix, Conchi y Mariángeles llenaron los pasillos de luz, ilusión y espíritu navideño montando el árbol de Navidad y llevando un pedacito de estas fechas tan especiales a pacientes y familiares.

Sabemos que la Navidad puede ser un momento difícil cuando el cáncer está presente, pero en Relevos x la Vida creemos firmemente que acompañar, estar y compartir alegría marca la diferencia. Un adorno, una sonrisa o un gesto sencillo pueden cambiar un día entero.

Gracias de corazón a todas ellas por su tiempo, su entrega y por demostrar que, incluso en los

momentos más duros, siempre hay espacio para la esperanza y el cariño.

A los pacientes y familias que estáis pasando por momentos complicados: no estáis solos. Estamos con vosotros, hoy y siempre.

## VILLANCICOS, SONRISAS Y MUCHO CORAZÓN

El viernes 19 de diciembre, la Navidad sonó y se sintió con fuerza en el Hospital Universitario Virgen de las Nieves. Nuestras queridas Delia y Maruzzella, junto a las jóvenes Claudia, Mar y María, llevaron una mañana muy especial cantando villancicos y repartiendo regalitos navideños a pacientes y familiares.

En estas fechas tan sensibles, estos gestos llenan los pasillos de alegría, emoción y esperanza, y ayudan muchísimo a animar a quienes están pasando momentos difíciles.

Gracias de corazón a Ayudarte y a Centro de Estudios Dirigidos Rocío por colaborar con esas preciosas cápsulas de mensajes que tanto llegan al alma.

Y gracias infinitas a Ariadna, nuestra pequeña gran artista, que una vez más nos ha regalado sus manualidades llenas de cariño para los pacientes. Gracias a todas las personas que hicieron posible esta actividad tan bonita. Porque en Relevos x la Vida, la Navidad también se acompaña, se canta... y se comparte.



## GRACIAS INFINITAS, DENTRO DE MÍ



Desde Relevos x la Vida, queremos expresar nuestro más profundo agradecimiento a Patricia y a todo el proyecto solidario de @dentrodemi\_es por su generosa donación de 9.500 €

Este gesto tan hermoso y constante de solidaridad nos ayuda a seguir adelante con nuestros proyectos, acompañando a jóvenes con cáncer y a sus familias a través de actividades, entretenimiento en hospitales y acciones que hacen que los días difíciles sean más llevaderos.

Dentro De Mí nació en memoria de Patri Carreño, con un propósito claro: transformar creatividad en generosidad y lucha contra el cáncer, y parte de esa recaudación va directamente a asociaciones como la nuestra. Su labor tiene un impacto real y

humano que va mucho más allá de las cifras. En las fotos podéis ver parte del merchandising solidario de Dentro De Mí, como sus diseños llenos de color y optimismo, cada uno con un propósito social claro. Os animamos a seguirlos en sus redes sociales y estar atentos a sus colecciones y eventos, porque su “Toque Patri” es alegría, humanidad y compromiso con quienes más lo necesitan. Gracias por caminar con nosotros. Gracias por creer en Relevos x la Vida.

Porque la unión hace la fuerza.

## DETALLES HECHOS CON AMOR

Queremos dar las gracias de una forma muy especial a Eli, desde Ciudad Real (@lanelisamigurumis), y a Inma, desde Jaén (@evie.conejita). Son cuñadas y han tenido un gesto precioso con Relevos x la Vida, donándonos detalles hechos a mano para regalar a los pacientes en nuestros bingos solidarios. Cada pulsera, cada figura y cada pequeño detalle está lleno de cariño, dedicación y buenas intenciones, y eso se nota cuando llegan a los pacientes y consiguen arrancar sonrisas y momentos de ilusión.

Gracias de corazón por vuestra generosidad, por pensar en nuestros pacientes y por sumar con vuestras manos y vuestro tiempo a esta cadena de apoyo y acompañamiento. En Relevos x la Vida, estos regalos no son solo objetos: son compañía, alegría y un ratito de desconexión en medio del tratamiento.





## FELIZ NAVIDAD DESDE RELEVOS X LA VIDA



En estas fechas tan especiales, desde Relevos x la Vida queremos enviar un abrazo enorme a todos los pacientes y familiares que estáis atravesando momentos difíciles. Sabemos que el camino no siempre es fácil, pero queremos recordaros algo muy importante: no estáis solos.

Cada gesto, cada actividad y cada rato compartido nace del corazón, con la intención de acompañar, entretener y hacer un poco más llevaderos los días dentro del hospital. Ver cómo os animáis, sonreís y desconectáis durante nuestras actividades es el mayor regalo para nosotros.

Gracias infinitas a nuestros voluntarios, por su

compromiso, su tiempo y su entrega durante todo el año. Vuestra labor se refleja en cada sonrisa, en cada bingo, en cada pequeño momento de alegría que llega a los pacientes.

Seguimos caminando juntos, acompañando desde el corazón. La unión hace la fuerza.

## OS DESEAMOS UN FELIZ 2026

Desde Relevos x la Vida queremos dar la bienvenida al 2026 agradeciendo de corazón a todas las personas que habéis formado parte de este camino durante el año que dejamos atrás. A los pacientes y familias, queremos enviaros un mensaje de ánimo, esperanza y compañía. Sabemos que no siempre es fácil, pero queremos recordaros que no estáis solos. Seguimos aquí para acompañar, escuchar y caminar a vuestro lado, aportando momentos de desconexión, apoyo emocional y cercanía en cada etapa del proceso. A nuestros voluntarios, gracias por vuestro compromiso, vuestra entrega y vuestro tiempo. Cada gesto, cada visita, cada actividad y cada sonrisa que regaláis se refleja directamente en quienes más lo necesitan. Sois el corazón de esta asociación y el motor que nos impulsa a seguir adelante. Y gracias también a todas las personas, entidades y colaboradores que han confiado en Relevos x la Vida durante este 2025. Vuestro apoyo nos permite crecer, llegar a más personas y seguir desarrollando proyectos que humanizan el día a día en los hospitales. Miramos al 2026 con ilusión, con fuerza renovada y con el compromiso de seguir acompañando desde el corazón, porque creemos firmemente que la unión hace la fuerza. Os deseamos un año nuevo lleno de salud, esperanza y pequeños momentos de luz. Seguimos juntos.



## SANAR DESDE LA JUVENTUD II - SARAY ENCINAS

### Volver a la montaña.

Hace un año, en esta misma revista, publiqué “Sanar desde la juventud”, un texto nacido del reencuentro inesperado con mi propia historia al regresar a Sierra Nevada junto al grupo de jóvenes con los q trabajo. Jóvenes extraordinarios y diversos, que en cada reunión, conversación y silencio, me recuerdan que acompañar también es sanar.

Entonces creí que subía para cerrar un capítulo; sin embargo, descubrí que estaba comenzando otro. Algunas montañas no se conquistan una sola vez: hay lugares que nos esperan, porque volver no es recordar quiénes fuimos, sino comprender quiénes somos ahora.

El año pasado ascendí con el corazón en la garganta, llena de ilusión, vértigo y memoria. Quienes han sobrevivido a algo —a un diagnóstico, a un silencio, a

una batalla que nadie ve— saben que hay paisajes capaces de tambalearnos y rescatarnos a la vez. Aquella primera vez regresé a un territorio interno que había quedado congelado.

Sierra Nevada no fue solo una convivencia. Fue un espejo. Un recordatorio. Un cierre de heridas que aún tenían nombre. Yo tenía su edad cuando el cáncer me obligó a crecer sin aviso.

Cuando las preguntas dejaron de ser:

—“¿Qué plan tenemos este verano?”

para convertirse en:

—“¿Y si este verano no llega?”

A los adolescentes no les debería tocar despedirse tan pronto: de su cuerpo sin cicatrices, de sus certezas intactas, o de la inocencia de creer que el mañana está garantizado. Por eso, aquella primera subida no solo alivió mi pasado: me devolvió una juventud que nunca terminé de habitar. Este año volví. Volvimos. Pero no regresé con heridas. Regresé con cicatrices. Y la diferencia lo cambia todo. Las heridas duelen. Las cicatrices cuentan. Son memoria, pero también son mapa. Esta vez no fui a cerrar. Fui a abrir. A abrir caminos y conversaciones, a ofrecer lo que no tuve, a sostener preguntas sin prisa, a construir espacios donde la vulnerabilidad no se esconda, sino que se nombre. Donde sentir sea un derecho y no una disculpa. Volví con el alma más liviana y con los ojos más nuevos. Ellos también han cambiado: unos siguen, otros llegaron, algunos se marcharon. Como en la vida. Como en cualquier habitación de hospital. Como cada etapa que se honra cuando se deja de resistir y se aprende a transitar. Comprendí mi propósito. No fue casual que la vida me devolviera, a través de estxs jóvenes, lo que la enfermedad me arrebató: pertenecer, sentir, nombrar, compartir.





## SANAR DESDE LA JUVENTUD II - SARAY ENCINAS

Descubrí que mi historia no era una sombra, sino un lenguaje.

Un puente.

Un abrigo.

Hoy sé que mi propósito es este:

convertir el dolor en palabra,

la experiencia en refugio,

la memoria en impulso,

y la vida en acompañamiento.

No fui a enseñarles.

Fui a recordar con ellxs.

A crecer junto a ellxs.

A celebrar lo que somos: supervivencia, presente y posibilidad.

Volver a Sierra Nevada este año ha sido la confirmación de que no sané “a pesar” de lo vivido,

sino gracias a ello. De que sí hay luz después del desconcierto, risa después de la pérdida,

y proyecto después del miedo. Este año la montaña no fue escenario de reconstrucción,

sino de celebración. Sanar desde la juventud ya no es el título de un artículo. Es mi realidad.

Es mi forma de estar en el mundo. Es el regalo que la vida me permitió recibir —y ahora devolver—.

Para quienes hoy leen estas líneas

Sobrevivir fue lo necesario.

Vivir —con cicatrices visibles y alma abierta—

es, por fin, lo elegido 💜



## LA NOCHE ANTES DE NAVIDAD

La noche antes de Navidad tiene algo distinto,  
como si el aire supiera que al día siguiente  
todo va a abrazar un poco más.  
La casa huele a comida hecha despacio,  
a manos que cocinan con memoria,  
a recetas que no están en libros  
sino en el corazón  
de quienes quieren vernos sonreír.  
En la cocina se mezclan risas,  
platos que chocan sin querer,  
miradas cómplices,  
y ese cansancio bonito  
de quien ha dado todo para compartir.  
La mesa aún no está servida,  
pero ya está llena.  
Llena de historias repetidas,  
de silencios cómodos,  
de nombres que importan.  
Hay conversaciones suaves,  
otras que estallan en carcajadas,  
y momentos pequeños que nadie fotografía  
pero que se guardan solos en el pecho.  
La noche avanza lenta,  
como si no quisiera irse,  
como si supiera que mañana será especial  
y no quiere robarnos ni un segundo.  
Yo miro alrededor  
y siento gratitud.  
Por estar aquí.  
Por pertenecer.  
Por esta familia que, incluso sin decirlo,  
me sostiene.  
La noche antes de Navidad no necesita regalos.  
Es suficiente con esto:  
una mesa compartida,  
comida hecha de corazón  
y el calor sincero de sabernos juntos.



**Julio Ramírez Hernández.**

19 años. Churriana de la Vega