



«Per mi, Toca-te-les és això: **compartir, cuidar-nos, fer comunitat i sumar juntes.**»

«Sento que va molt més enllà de posar imatges i paraules, que serveix d'**unió** per a moltes dones i persones i que genera sempre un ambient molt **bonic, real i humà.**»

«Fer visible la importància de la **prevenció, alliberar tabús** i intentar mostrar-me tal com soc.»

«En cada trobada he descobert el valor de la **unió comunitària** per una causa tan important com la lluita contra el càncer de mama.»

«**Tenir cura** dels nostres pits i de pas ajudar a les que no ho han tingut fàcil i s'han trobat amb una malaltia que hem de combatre, i quina millor manera que fer-ho **juntes.**»

«Ens ajuden a **conscienciar-nos** de l'autoexploració i de realitzar-nos les nostres revisions mèdiques. (...) Per totes les que ens van deixar, hem de continuar **donant suport** a aquestes iniciatives.»

«Per mi el Toca-te-les és **sororitat, divulgació i molta gresca!**»

«Recordem el fet d'haver d'**autoexplorar-nos**, també m'agrada el to festiu que té, **retrobar-nos, ballar, riure, plorar** i prendre alguna cosa, etc.»

— Voluntàries del **Toca-te-les**



**TOCA-
TE-LES**

TOCA-TE-LES

campanya per a la prevenció del càncer de mama

10a edició

2026
EL CASTELL SALA D'EXPOSICIONS
Del 27 de setembre al 25 d'octubre





10 edicions del Toca-te-les

Darrere de cada imatge, una història.

Darrere d'aquestes deu edicions, una xarxa de dones.

Toca-te-les va néixer d'una amistat, d'una notícia que va sacsejar i de la voluntat de no mirar cap a una altra banda.

Tres amigues, 25 dones i una càmera van posar en marxa un projecte que volia trencar silencis, fer soroll i recordar-nos la importància de conèixer i cuidar els nostres pits.

El que havia de ser una única edició es va convertir en un camí compartit de deu anys. Més de 1.000 dones han passat davant de la càmera, mostrant cossos reals, diversos, únics. Cossos que expliquen històries.

Aquesta exposició és memòria, sororitat i vida.

És una mirada a la diversitat dels nostres cossos i una invitació a mirar-nos, reconèixer-nos, prevenir i estimar-nos.

Aquí tanquem un cercle.

Aquesta desena edició és un comiat, però sobretot és un homenatge a totes les dones que han fet possible el Toca-te-les.

A les que van posar el cos.

A les que van compartir la seva història.

A les que hi han estat, d'una manera o d'una altra.

A les que s'estan curant.

A les que ja no hi són.

Perquè quan una dona fa un pas endavant, moltes caminem amb ella.

Gràcies per formar part d'aquesta història.

