



Člen UICC a ECL

# Liga proti rakovině



Informační zpravodaj ▲ Ročník 31 ▲ Prosinec 2021 ▲ Číslo 4

## Milí přátelé,

Já se tolik radovala z našich setkání. Nejdříve na Václavském náměstí v den sbírky, potom na říjnovém Sněmu pacientských organizací v hotelu Duo a další den v divadle Karla Hackera i na Děkovném koncertě, kde jsme si užili nádherné prostory Betlémské kaple. Obavy, že opět přijdeme o možnost se setkávat, budeme na svět hledět s rouškami na ústech a nebudeme se ani poznávat, mě moc trápí.

Ale člověk musí hledat oporu především sám v sobě, snažit se uskutečňovat své plány navzdory okolnostem, které nás svazují. Věřit v zaběhnutý řád a ve své vybudované jistoty. Určitou naději ke zvládnutí tohoto náročného času nám dávají vánoční svátky, které zvou k lásce k bližnímu, obdarovávání svých milých a zklidnění se v tomto uspěchaném a nevládném čase. Vždyť tolik tradičních rituálů a zvyků nám nedává snad žádný jiný svátek. Trochu jsem se začetla do historie vánočních obyčejů, netušila jsem, že první vánoční stromek pochází z roku 1570 ze severoněmeckých Brém, původně byl ozdoben jablky, ořechy a jinými potravinami. V 18. století se přidala tradice zdobení svíčkami. Z veřejných prostranství začaly vánoční stromky pronikat do domácností až v 17. století. Teprve ve století 19. se vánoční stromky rozšířily z velkých měst na vesnici. Katolická církev tomuto zvyku původně protestantské církve dlouho odolávala, právem jej považovala za pohanský zvyk. Nakonec ale vánoční stromek dostal křesťanský význam: „strom (dřevo) se stal symbolem života Krista (do jeslí ze dřeva uložen, na dřevěném kříži zahuben), zelené větve znamenají život věčný, jablka připomínají pramáti Evu a její první hřích, ořechy přivolávají lásku“. A tak stál vánoční strom poprvé ve Vatikánu až v roce 1982. Představte si, že i Česká republika darovala Vatikánu strom, a to v roce 1999. Pocházel z Beskyd nedaleko obce Morávka na Frýdeckomístecku.

Za skutečného předchůdce vánočního stromku lze považovat



tzv. chvojku – velkou jedlovou větev zdobenou sladkostmi. Ta se zavěšovala na vchodové dveře špičkou dolů, aby se mrtví nasýtili už venku a netoužili zaujmout místo živých u slavnostní večeře. Nicméně stolovníci pro jistotu své židle i tak raději neopouštěli. Postupně se chvojka začala zdobit jablky, ořechy, vejci, červenými stuhami a papírky, sušeným ovocem, perníčky, cukrovím, dřevěnými ozdobami a lojovými svíčkami. Nakonec se z chvojky stal celý strom, obrátil se špičkou nahoru a přesunul se až do domu.

Tradičně se zdobila hlavně jedle, která jako vánoční stromek zůstává nejoblíbenější dodnes.

V Čechách nechal první vánoční stromček ozdobit před svým domem ředitel Stavovského divadla Johann Carl Liebich v Praze v roce 1812. Znal tuto tradici ze své rodné Mohuče a chtěl vzpomínkou na dětství potěšit své české přátele.

Když dnes nahlédneme do domácností a vidíme bohatě ozdobené stromečky všech druhů svítící do dálky množstvím barevných světýlek,



těžko bychom hledali jakousi podobu s těmi úplně prvními. Přesto Vánoce a nazdobené stromky symbolizují stále totéž – pokoru, víru v laskavost a pochopení. Oslavují nový život a lásku mezi lidmi. Pevně věřím, že nám letos také přinesou nejen lásku a souznění mezi všemi, ale i pevně zdraví a víru

v přívětivou budoucnost. Přeji vám v novém roce především zdraví, ať nám přinese hodně radosti, spoustu setkávání se svými milými a potkávání se na různých společenských akcích. Ať je to zlomový rok a dvě dvojky na konci letopočtu přinesou nové svobodné dny. Neboť

dvojka je číslem spolupráce a sjednocování. Toto číslo je symbolem duality, protipólů, ale i vřídlosti a nesmělosti. Miluje společenství, sdružování se, harmonii. Takže jak vidíte, i numerologie nám přeje.

Krásný nový rok vám přeje

*Iveta Kuchařová*



## Milé dámy a pánové, milí přátelé!

Končí rok, který nám přinášel málo radosti, hodně obav, zákazy hodné doby totality, přehlčení statistickými údaji, které je měly ospravedlnit. Drásavé snímky z nemocnic, naléhavý tón zpráv, to vše vyplnilo první polovinu roku. Zákaz divadel, kin, koncertů, práce na pracovišti, přechod života do virtuálního prostoru nás ochudily o přímý kontakt s milými lidmi a na druhou stranu nás donutily být aktivnější v kyberprostoru. Pokud jsme v době nejlubší uzavěry chtěli alespoň vidět kamarády, bylo nutné se naučit komunikovat pomocí počítače. To vidím jako světovou stránku celého období. Od návštěv přátel přes virtuální prohlídky galerií, zahrad, hradů a zámků v celém světě se nám vše nově otevřelo a je nám k dispozici, aniž bychom vstali z křesla. Je to nesmírně pohodlné, ale připomíná mi to hlasy Sirén: podívej se,

ještě se podívej na tohle..., nevstávej z křesla, ještě pobud! A pneumatika kolem pasu se zdárně rozostřla, umocněna vnučenou lenivostí.

Pak nastal jarní čas, kdy sice nebyly povoleny koncerty, divadla a akce v kulturních stáncích, ale bylo možné běžně vycházet, jezdit na výlety i mimo republiku, potkávat se s lidmi. A jaká radost byla vidět úsměv na jiné lidské tváři, která má lidský tvar a není deformovaná rouškou nebo respirátorem.

Ztráty a odcizení přátel byla nutná daň za dlouhé nucené období omezeného života. Po letním dovolenkovém období začala koncertní a divadelní sezona a plánované akce se zdárně rozvíjely.

A s příchodem sezony viróz se opět začala rozjíždět proticovidová opatření, zvyšovat tlak na neočkované, omezovat životní příjemnosti, rušit kulturní akce nebo omezovat možnost jejich provozování. Proto i letos, milí přátelé,

budete ochuzeni o Vánoční koncert Ligy proti rakovině nikoli z našeho rozhodnutí. Jsem šťastná, že se podařilo alespoň Sněm patientských organizací s koncertem k 30. výročí založení Ligy. Jsem šťastná, že jsme se mohli setkat alespoň tam.

Naše společné plány na příští rok jsou hotové a nezbyvá než věřit, že nám již nic nebude bránit v jejich splnění. Začal advent, čas očekávání dobré zvěsti. Věřím, že přinese dobrou zvěst o pokoji pro lidská srdce i vám!

Těším se na společný rok, věřím, že se naplní všechna naše přání a bude možnost opětovného normálního života s plánovanými akcemi a setkávání se s krásnou hudbou, s milými dobrými lidmi a vším dobrým, co život přináší! Požehnané vánoční svátky!

*MUDr. Michaela Fridrichová  
předsedkyně Ligy proti rakovině Praha*

# 25. ROČNÍK CELONÁRODNÍ VEŘEJNÉ SBÍRKY ČESKÝ DEN PROTI RAKOVINĚ

**Ve středu 29. 9. vyšli do ulic mnoha měst České republiky dobrovolníci ve žlutých tričkách a nabízeli kvítky měsíčku lékařského se zelenou stužkou.**

**V minulém čísle jsme vás informovali o dění v několika městech, v kterých se sbírka konala. V tomto čísle vám přinášíme pokračování prostřednictvím příspěvků, které přišly do redakce až po zářijové uzávěrci.**

**Děkujeme upřímně všem, kteří se v této složité době vydali do ulic nabízet kvítky měsíčku lékařského, všem organizátorům a dobrovolníkům, kteří se podíleli na uskutečnění sbírky. Velmi si ceníme toho, že při zachování všech hygienických nařízení a navzdory nevlídnému počasí jste statečně zabezpečili 25. ročník sbírky.**



## BRNO

### KLUB STOMIKŮ BRNO

Celou noc před 29. zářím jsem se courala, moc toho nenaspala! Měla jsem před sebou velký úkol. Spočíval v zajištění prodeje 2 100 objednaných kytiček, a ani jednu nevracet zpět. Na mně samotné bylo 150 kytiček! Odpovědnost za celek však byla největší starost! Navíc jsem dostala úkol od paní Jiřky Bajgarové z agentury Arcadia vystoupit v TV s aktuální informací. Sumírovala jsem si, co řeknu o celostátní akci a o pocitech ke květinovému dni v našem Klubu. Pak se telefonem ozval moderátor brněnské TV Michal Čejka a požádal o setkání ve středu ráno, už v 7.30 hod. Takže jsem musela vynechat své každodenní ranní 50minutové cvičení a po

základní hygieně, spolknutí banánu (snídám zásadně jen ovoce, vezmu vitamíny, zapiji) jsem už v 6.45 šla na trolejbus, abych se dostala včas na místo setkání ve středu města. Ráno bylo celkem příjemné, teplota dobrá a sraz s moderátorem bez zdržení. Ještě jsem stačila nabídnout pár kytiček lidem, kteří ke mně sami přistupovali, protože moje tričko v barvě žluté a vak na penízky zářily na dálku. Pak se už vše odehrávalo ráz na ráz! Já odpovídala na zadané otázky pravdu a nic víc než pravdu! Kamerateř zabíral! Najednou jsem byla svěží a probdělá noc mě netrápila. Po tomto rozhovoru se telefony netrhly, dcera, příbuzní, známí, kamarádi,

členové našeho klubu, všem, všem děkuji! Pak jsem se pustila do prodeje a v 10 hod. už jsem měla kytičky prodané. Lidé, kteří sledovali živé ranní vysílání, mě poznávali a vyjadřovali se k vystoupení celkem pozitivně! A protože jsem už další kytičky neměla, odebrala jsem se do kanceláře, tam ještě kontaktovala své kolegyně a kolegy, jak jsou na tom, a zjistila, že nikde nic nevázne! Šla jsem domů uvařit oběd a trochu relaxovat. Ve 4 hodiny odpoledne se ale zase věc zkomplikovala! V základní a mateřské škole, ve kterých se také kytičky prodávaly, oznámili, že mají ještě zbytky a už je neprodají. A že mi je vrátí až ve 14 hodin ve čtvrtek, neboť se musí neprodané soustředit na jedno místo. Takže jsem začala problém řešit. Volala jsem Petra Sojku a Janu Kuchtovou, kteří se mnou táhnou společnou káru a mají stejnou odpovědnost jako já. Otázka byla, zda mi pomohou, aby se kytičky prodaly. Oba svorně přitakali a já jim byla velmi vděčná. V noci jsem opět nespala, šroubovalo mi to v hlavě. Nejvíce mě trápilo, kolik těch kytiček bude. Čas nespání jsem si krátila luštěním sudoku, čtením Jojo Moyesové, ale četba mě nevtáhla, pořád jsem myslela, jak to vyřešíme. Ráno bylo podmračené, důležité však bylo, že nepršelo. Během dopoledne jsem si dávala pracovní věci dohromady a v poledne jsem vyrazila pro kytičky a čekalo jich tam na mě jen 61, ostatních 339 kytiček prodali! Se svými kolegy jsem se dohodla na sraz u Hlavního nádraží v 15 hod., že si ky-





tičky rozdělíme a pustíme se do díla. Cestou tramvají jsem všech 61 kytiček napíchlala na letáky, a jakmile jsem uviděla své kamarády, předala každému část a šli jsme prodávat. A nevěřili jsme vlastním očím, během 15 minut jsme neměli ani jednu. A to jsme spoustu lidí neuspokojili. Někteří lidé mě oslovovali, že mě viděli v TV, a jeden pán řekl, že sem jede kvůli mně! To mě potěšilo. Ale zažili jsme i legraci. Jeden muž chtěl 10 kytiček. My mu svorně gratulovali a on se rozesmál a řekl: moje žena také prodává kytičky a nedostává se jí právě

těch 10. Takže mě vyhnala do města, ať jí je koupím. Pobavil nás a společně jsme se od srdce zasmáli.

Už v pátek mi prodejci začali vaky nosit, já děkovala za práci, zapisovala částky, průměry a ptala se na zkušenosti z letošního prodeje a také zda se aktivně zapojí do příštího, už 26. květinového dne.

A jakého výsledku jsme dosáhli? Prodali jsme všech 2 100 kytiček, dosáhli objemu 64 815 Kč, v průměru jsme se dostali na 30,86 Kč za 1 kus. Zatím

je to v naší 13leté historii nejvyšší průměr za 1 kytičku. Tentokrát to bylo bez spolupráce se studenty – dobrovolníky.

Máme radost z letošního květinového dne, dobrou náladu a budeme se pilně připravovat na příští rok už pod novým organizačním vedením mladších kolegyň.

*Jana Strnadová  
Klub stomiků Brno*

## KLUB DIANA BRNO

Liga proti rakovině Praha opět zorganizovala květinový den koncem září 2021. Klub Diana se zapojil do prodeje, jako v předchozích letech. Členové Klubu Diana spolu s přáteli klubu a studenty brněnského gymnázia Matyáše Lercha vyšli 29. září do ulic města Brna a nabízel květinu měsíčku lékařského spolu s letáčkem, který vybízel občany k včasné prevenci nádorového onemocnění ledvin, močového měchýře a prostaty. Oproti předchozímu ročníku někteří lidé sami přicházeli k prodávajícím s přáním zakoupit si kytičku. Naši prodávající se snažili a až na malé výjimky se jim podařilo prodat všechny přidělené kytičky. Přes veškerou snahu se nám však nepodařilo zajistit větší počet prodávajících, abychom prodali celou zásilku kytiček. Členská základna Klubu Diana stárne a mnoho našich členek, které se dříve s radostí prodeje zúčastňovaly, ze zdravotních důvodů již toho není schopna. Velmi si ceníme pomoci studentů Gymnázia Matyáše Lercha, kteří prodali 42 % z celkového počtu prodaných kytiček Klubem Diana. Ve prospěch Klubu Diana prodávali kytičky, jako v předchozích letech, naši členové manželé Špačkoví ve svém regionu na Vysočině, což velmi oceňujeme a jsme za to vděční. Avšak bylo třeba zajistit nejen prodej kytiček v ulicích, ale i další povinnosti a zázemí prodeje. Této činnosti se s úspěchem zhostil výbor Klubu Diana. Příprava balíčků pro prodejce, jejich předání v den prodeje, následně služby na poště při převzetí a odesílání výtěžků a závěrečné bilancování a uzavření sbírky s LPR. Je to práce téměř na celý týden. Klub Diana opět v letošním roce našel velkou podporu u vedení Masarykova onkologického ústavu při



poskytnutí prostor výtvarné dílny k uložení kytiček a následně v den prodeje zázemí v hale u podatelny při předávání balíčků prodávajícím i možnost nabídnout kytičky pacientům a zaměstnancům ústavu. Jsme velice rádi, že jsme se opět mohli zúčastnit celonárodní sbírky Ligy proti rakovině ve prospěch onkologie. Děkuje všem, kteří nás podpořili, zúčastnili se prodeje a pomohli nám naplnit část našeho poslání – informovat veřejnost o nutnosti prevence rakoviny. Děkuje i občanům města Brna, kteří dobrovolně přispěli finanční částkou do této sbírky.

*Miluška Gruberová  
předsedkyně Klubu Diana*



## MOKRÉ

Knihovnice paní Dagmar Honsnejmanová z knihovny U Mokřinky v obci Mokré v Královéhradeckém kraji se letos poprvé zapojila do sbírky Český den proti rakovině. Přes počáteční obavy z nejistoty, jak bude nabídka kytiček v obci se 169 obyvateli probíhat, se paní Honsnejmanové povedl úctyhodný výkon. Po dobu konání sbírky prodala 75 kytiček a podařilo se jí vybrat celkem 1 975 Kč. Děkuje.

*-red-*





## CHRTNÍČ

Dobrovolní hasiči z obce Chrtňič na Havlíčkobrodsku se pravidelně zapojují do sbírky Český den proti rakovině. Ani letošní změna termínu je neodradila a s nadšením opět pomáhali. A dokonce velmi úspěšně, jak nám do redakce napsala paní Petra Dobrá: „Sbírka v naší obci se letos opět vydařila, povedlo se vybrat celkem 7001 Kč. Děkujeme.



-red-

## NÁCHOD

Bohužel již podruhé neproběhl Český den proti rakovině v tradičním termínu druhou středu v měsíci květnu ani na východě Čech, ani v celé České republice. Z důvodu ochrany celé společnosti proti koronaviru byl květnový termín jubilejního 25. ročníku této veřejné celonárodní sbírky opět odvolán a akce byla přesunuta na příznivější dobu, tedy na středu 29. září. V loňském roce mnohé dlouhodobě spolupracující subjekty, především z řad středních škol, z důvodu v regionu se rychle šířící epidemie, na poslední chvíli odřekly svou účast. Letos však již byla situace o poznání lepší. Kampaň byla zaměřena na prevenci nádorů ledvin, močového měchýře a prostaty, jejichž výskyt je u nás bohužel vysoký. V zájmu snížení rizika všech typů nádorů i odolnosti proti chorobám vůbec by si měl každý již od mládí osvojit způsob života zahrnující pravidelnou fyzickou aktivitu, zdravou výživu a duševní pohodu, na což upozorňovaly i letáky.

Celkem se do prodeje symbolických kytiček měsíčku lékařského se zelenou stužkou zapojilo 32 skupin dobrovolníků z Náchodska, Trutnovska, Jaroměřska, Broumovska, Policka a Novoměstska, z toho 12 středních škol, jejich přínos sbírce je vždy nejm větší. Do spolupráce se zapojila mnohá zdravotnická zařízení, informační centra a další obětaví dobrovolní prodejci v regionu. Znovu se také osvědčil stánek náchodské Ligy proti rakovině na náměstí. Ochota veřejnosti přispět na tuto tradiční sbírku byla značná. Historicky nejlepší výsledek z roku 2019 náchodská Liga proti rakovině letos



překonala o 32 563 Kč, což je naprosto nečekaný úspěch! Na celorepublikový účet sbírky bylo celkem poukázáno 311 299 Kč. Nelze zde jmenovat všechny dobrovolné prodejce, velké uznání si však zaslouží zejména studenti a pedagogové Střední průmyslové školy stavební a Obchodní akademie arch. Jana Letzela Náchod, která přispěla vybranou částkou v rekordní výši 65 373 Kč, na druhém místě pak Střední průmyslová škola Otty Wichterleho - Centrum propagační tvorby a polygrafie Velké Poříčí s 42 833 Kč, dále potom Gymnázium Jaroslava Žáka Jaroměř s vybranými

38 128 Kč a také Vyšší odborná škola zdravotnická a Střední zdravotnická škola Trutnov, která vybrala 29 146 Kč. Velmi také pomohli skauti z Náchoda a z Červeného Kostelce, kteří dohromady odevzdali 18 046 Kč.

Upřímné poděkování patří všem prodejčům - žákům, studentům i jejich pedagogům, skautům a dalším dobrovolníkům, především členům výboru LPR Náchod za jejich obětavý přístup ke sbírce. Velký dík za spolupráci také patří jako každoročně pracovníkům a pracovnícím České pošty Náchod a jejího depa. Celý náš region je již po mnoho let oblastí, kde má Český



den proti rakovině vždy vstřícné přijetí a podporu veřejností, mnoha dárců z řad občanů. A nemění na tom nic ani složitá covidová situace. Srdce příznivců sbírky zůstávají i v nelehkých letech otevřená pro pomoc druhým. Zároveň je také důležité, že významná část výtěžku sbírky se rok co rok vrací zpět do regionu, v první řadě pro Hospic Anežky České v Červeném Kostelci.

*MUDr. Vladimír Müller, Ing. Libuše Kučerová a Mgr. Renata Lelková  
Liga proti rakovině Náchod, z. s.*

## OLOMOUC ONKO KLUB SLUNEČNICE

Letos v září se konal již dvacátý pátý ročník celonárodní sbírky Ligy proti rakovině. Do kytičkového dne, což byl původní název sbírky, se náš Onko klub Slunečnice Olomouc, který letos oslavuje dvacet let od svého založení, zapojuje každoročně. Vyjadřuje tak podporu poslání Ligy proti rakovině.

Naše přání, aby Český den proti rakovině v letošním roce neprobíhal již v prostředí pandemie, se nesplnilo. Ale i tak úkoly s ním spojené se nám podařilo zajistit.

To, že kytičkový den byl stejně jako loni přesunut na konec září, jsme nepovažovaly za velký problém. Vždyť měsíček lékařský, jehož kvítek je logem Českého dne proti rakovině, kvete od jara až do podzimu. Proč by kvítek nemohl zdobit oděvy občanů stejně jako loni i letos na podzim?

Zabezpečení sbírky probíhalo elektronicky či přes telefon. Kytičky si členky vyzvedly na zářijové členské schůzi, resp. individuálně.

Ve dnech 29. a 30. září se naše děvčata, podporovaná studentkami Gymnázia Olomouc-Hejčín, přáteli i příbuznými, vydala s kytičkami do ulic, náměstí a jiných prostranství Olomouce. Bylo možné je potkat například na hlavním nádraží, v Globusu, v Centru Haná, v podnicích a institucích jako na krajském úřadě, magistrátu, v Gemo, a. s., Celní správě, ve Fakultní nemocnici, MŠ Wolkerova apod.

Kytičky od našich členek si mohli zakoupit i občané Šternberka, Litvle, Tovačova, Věrovan, Bystrovan, Velkého Týnce, Bělčovic. Přispěli i příbuzní a přátelé.

Do jubilejní 25. sbírky Ligy proti rakovině



se zapojilo 58 našich členek. Prodáno bylo 3 100 kytiček. Na sbírku přispěl náš klub 69 668 korunami. Vyzdvihnout je potřeba aktivitu těch členek, které se na výsledku podílely nejvíce. Dvanáct jich prodalo, resp. zajistilo prodej 100 a více kvítků. Premiantkou je Miluška Šebestová, která zanedlouho oslaví osmdesáté narozeniny. Prodala především cestujícím na hlavním nádraží 400 kytiček. Následují Liduška Kleislová s 300, Darja Lešanovská s 205 a Maruška Nezhybová s 200 kytičkami. Nemohu zapomenout na Naděnku Krönerovou, která ve svých osmdesáti dvou letech prodala v centru Olomouce 100 kvítků.

Poděkování patří také studentkám Gymnázia Hejčín i vedení školy, které je uvolnilo, dále Domovu pro seniory v Tovačově i již výše jmenovaným a dalším podnikům a institucím za součinnost. Ceníme si pobočky Pošty Olomouc 8 na Horním náměstí a jejich pracovníků, které ochotně a bez prodlev zajišťovaly přebírání výtěžků

z prodeje kytiček a jejich odeslání na účet Ligy proti rakovině. Vzornou přípravu a organizaci sbírky zajistila Boženka Filipová za nemalé pomoci Emilky Strejčkové.

Věřím, že je možné říct, že náš klub svými výsledky přispěl k naplnění cíle sbírky, a tím k vytvoření podmínek, aby Liga mohla plnit své poslání.

*Věra Kratochvílová  
Onko klub Slunečnice Olomouc*

## OSTRAVA ZPOVĚĚ MĚSÍČKU LÉKAŘSKÉHO

Dobrý den, dovoluji, abych se představil, jmenuji se měsíček lékařský, a jako kytička s léčivými účinky, nejen v prevenci rakoviny, prokazují výbornou službu. Někdy ovšem ani prevence proti tomuto onemocnění nepomůže. A tady





jako symbol Českého dne proti rakovině pomáhám vašim prostřednictvím sbírkou nejen na výzkum a vybavení onkologických zařízení.

O tom, jak k vám doputuji, ví i díky dobrovolnické činnosti paní Hedvika Juřinová z Ostravy. Jako členka Slezského klubu stomiků, která se sama potýká s následky nemoci, již od roku 2003 měsíčky prodává a od roku 2008 aktivně organizuje distribuci. Nejdříve osloví školy a organizace, které se s ní do distribuce zapojí. Nahlásí předpokládaný počet kytiček, které jí přivezou na poštu. Po vyzvednutí vše rozřídí, připraví nás, letáčky, pokladničky, nadepíše všechny registrační štítky. Kdybyste viděli její obývací v tuto chvíli, mysleli byste si, že se tam přestěhovala nějaká logistická firma. Poté s pomocí manžela vše rozveze.

V den prodeje stojí, tak jako ostatní prodejci na místě, kde komunikuje s lidmi, nabízí nás tak, aby výtěžek byl co nejužitečnější, mezitím koordinuje ostatní

prodejce, pomáhá radou a zjišťuje, kde je potřeba pomoci. A ani po ukončení sbírky její činnost nekončí. Opět objedná všechny prodejce, vyzvedne si pokladničky a štítky a začne druhou fázi. Než výtěžek předá na poštu, musí vše zkontrolovat, za každého prodejce vypsat složenky a seznamy, s velikou zodpovědností a svým jménem garantovat správnost údajů i finanční částky. Pamatuji si ročník, kdy se opět neúnavně zapojila do této akce, a přitom řešila recidivu své nemoci a navštěvovala chemoterapii.

Chtěl bych nejen jí, ale i ostatním lidem poděkovat za aktivní šíření osvěty a doufám, že časem i díky těmto lidem, budu jen rozkvetlou ozdobou zahrádek a mých léčebných účinků nebude potřeba.

Hodně zdraví a hodně vás zdraví váš měsíček, za rok na viděnou, těším se.

*Jménem měsíčku lékařského  
Petra Zarodňanská  
Slezský klub stomiků Ostrava*

## ONKO – AMAZONKY

Jubilejní 25. celonárodní sbírka Český den proti rakovině opět probíhala netradičně v podzimním čase. U nás ji zahájilo pondělní vysílání Dobrého rána z ostravského studia ČT. V krátké besedě tam naše členka Katka Pintérová pohovořila o významu sbírky a představila naši organizaci Onko – Amazonky. Jsme stálými účastnicemi sbírky už od 2. ročníku, ani jednou jsme nevynechaly. Ve středu se Ostrava probudila do mlhavého podzimního rána, kterým jen nesměle prokukovala žlutá trička dobrovolníků nabízejících květy měsíčku lékařského. S přibývajícím dnem přibývalo žluté barvy v ulicích, i sluníčko se objevilo. Nevím, snad to bylo tématem (ledviny, močový měchýř, prostata), ale zdálo se mi, jako by květinky prodávali více chlapi, i mezi kupujícími bylo více mužů. Nás velmi potěšilo, že po loňském podivném roce se k nám vrátila většina studentů ze škol, zůstali nám věrní i dobrovolníci z minulých let. I když byl letošní ročník rozložen na 3 dny, náš sbírkový den byl jen 29. září. V neděli jsme odjížděly na rekondici a nestihly bychom sbírku uzavřít. I při jednodenním trvání sbírky jsme prodaly přibližně 2x více kytiček než v loňském roce. Velkou zásluhu na tom mají i naše děvčata, která kromě prodeje aktivně oslovují své příbuzné a známé. Všem dobrovolníkům, kteří nám věnovali svůj čas



a ochotu spolupracovat, i občanům, kteří si kytičku zakoupili, patří náš velký dík. Doufáme, že už bude lépe a při příštím Kytičkovém dni se sejdem na jaře v obvyklém termínu.

*Mirka Juřinová  
Onko – Amazonky spolek, Ostrava*



## PRAHA

Dne 29. září se jako každoročně konal kytičkový den, který organizuje Liga proti rakovině. Je to již 25 let celonárodní veřejná sbírka. Vzhledem ke covidové pandemii byla opět přeložena z května na září. Zaměření bylo na karcinom ledvin, močového měchýře a prostaty. Další změna – oproti minulým letům se kytičky prodávaly 3 dny a přibyla i možnost další dva dny nabízet i v kamenných obchodech. ALENkám se pro prodej nabídla skupina studentů z Gymnázia Nad Štolou, která byla významně úspěšná. Podařilo se nám k prodeji získat i pár kamenných obchodů.



Nebudeme nic předstírat, zejména pro ty plaché je to trochu tristní záležitost, zvláště když někteří lidé se chovají nevybíravě, někdy až arogantně. A nyní, mluvím za nás, které jako každoročně stály s kytičkami na smíchovském nádraží, že lidé vesměs reagovali vstřícně a většina do pokladničky dala mnohem víc než 20 Kč.

A malá příhoda: čiperná, komunikativní Alenka si všimla blízko stojící „kamelotky“ a poznala ministryni Maláčovou, která v předvolební agitaci nabízela stranické tiskoviny. Její dvorní fotograf nás s ní zvěčnil.

Závěrem, my jsme s našimi kytičkami byly určitě úspěšnější.

*Ing. Hana Kudelová*

*ALEN – ženy s rakovinou prsu, z.s.*



## ZŠ PRAHA-LIPENCE

Základní škola Praha-Lipence se ve středu dne 29. 9. také zapojila do prodeje kytiček. Žáci 7. B navíc vytvořili krásné obrázky měsíčku lékařského, do kterého vepsali hesla o prevenci proti rakovině. K tomu přidali i logo Ligy proti rakovině a jejich díla nyní zdobí nástěnku ve škole, kde se díky tomu i ostatní žáci dozvědí, jak se chránit.

Velké poděkování za práci Lize proti rakovině za krásnou akci, které se škola každoročně účastní, zaslala paní učitelka přírodopisu a výtvarné výchovy Bc. Michaela Nykodymová.

Odkaz na web, kde se můžeme o celé akci dozvědět více:

[www.zslipence.cz/hlavni-stranka/1294-muzeme-predchazet-rakovine](http://www.zslipence.cz/hlavni-stranka/1294-muzeme-predchazet-rakovine)

-red-

## PROSTĚJOV

V letošním roce jsem s velkými obavami objednávala kytičky na květinový den. V našem spolku DIANA nám zbylo pouze asi 10 členek, které jsou schopné se této akce zúčastnit, dalším členkám to nedovolí vysoký věk nebo zdravotní stav. Školy, které nám v minulosti pomáhaly, nemohly kvůli dlouhodobému výpadku učení, protože nás soužil COVID. Jen střední zdravotnická škola přislíbila účast, za což jim jsme moc vděčné. Takže s velkým strachem jsem objednala 3000 ks kytiček. Co čert nechtěl, i já, předsedkyně, jsem se v den sbírky nemohla postavit na nohy kvůli bolestem zad. Zburcovala jsem celou rodinu, manžela, dcery, švagrovou, sestru

i neteř, kteří nám rádi pomohli. Co bych vůbec nečekala, že jedna naše členka Zdenička Pluháčková, která působí na Konicku a v Bohuslavicích, prodala všech svých 600 ks kytiček a ještě si přiojednala dalších 500 ks a vše prodala. Je to jediná členka, která chodí úplně sama, a prodala neuvěřitelných 1100 ks kytiček!

Takže i letošní rok dopadl dobře, i když nějaké kytičky vracíme.

Velkou pomocí je, že sbírka probíhá více dní. Takže i v našem malém počtu a s našimi omezenými silami jsme to zvládli.

*Marcela Plachá*

*ONKO DIANA Prostějov, z.s.*





## VELKÉ MEZIŘÍČÍ

Letošního květinového dne, který se konal od 29.9. do 3.10.2021, se za Klub NADĚJE, z.s., Velké Meziříčí, zúčastnilo 5 dvojic. Z dodaných 550 ks kytek bylo prodáno 479 ks. Celková vybraná částka činila 16 939,00 Kč. Čtyři dvojice prodávaly klasickým způsobem, formou přímé nabídky jednotlivcům na veřejných prostranstvích v rámci jednoho dne, jedna dvojice prodávala na stacionárním

místě v rozmezí výše uvedených dnů. Posledně uvedený způsob prodeje se ukázal jako poněkud omezený, a to zejména s ohledem na to, že v rámci uvedeného místa se téměř již první den vyčerpaly všechny nabídkové a prodejní možnosti tohoto místa a nové se již do konce prodejního období téměř nevyskytly, nebo jen zcela sporadicky. Je zřejmé, že možnost oslovit náhodné chodce

nelze nahradit ani prodloužením veřejné sbírky – byť i na několik dnů. Na druhou stranu je třeba ocenit každou snahu o prodej jakéhokoliv množství kytiček. Počasí letos opravdu vyšlo a všechny dvojice se vrátily z květinového dne v dobré náladě. Všem dobrovolníkům patří velký dík.

*Výbor spolku Velké Meziříčí*

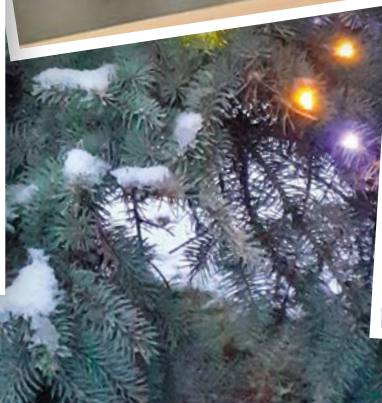
## VSETÍN

Nepršelo, a i když bylo chladněji, byl pěkný den. Studenti gymnázia, zdravotnické školy a členky spolku ONKO – Duha Vsetín nabízeli ve středu 29. září našim spoluobčanům v ulicích Vsetína, Valašského Meziříčí a v okolních vesnicích kytičky měsíčku lékařského s letáčkem zaměřeným na prevenci a léčbu nádorů ledvin, močového měchýře a prostaty. Lidé přispívali do vaků studentů, ale letos mnozí odmítali květinu zakoupit. Našlo se však hodně těch, kteří zakoupením kvítku přispěli na boj s rakovinou. Všem jim děkujeme! Moc děkujeme také pracovnícím pošt, které vaky s penězi od nás přebraly a peníze spočítaly. Bylo vybráno 138 877 Kč.

*Anna Plášková  
ONKO – Duha Vsetín*











Městská knihovna Jevišovice



Lékárna Na Slovanské, Pízeň



Pionýrská skupina Hrádek



Strunkovice nad Blanicí



Pionýrská skupina Hrádek



ZŠ Pardubice-Spořilov





# 25 let veřejné sbírky Ligy proti rakovině Praha



## AKCE NA PODPORU SBÍRKY

### RŮŽOVÝ DEN V POHYBU

Tradiční spojení pohybu, osvěty a pomoci – Růžový den v pohybu – zorganizovalo FIT Studio OK v Táboře pod vedením Mgr. Olgy Kundrátové v sobotu 18. září. Pro účastníky byl připraven bohatý dopolední program, obsahující Powerjógu, BodyForm a zakončený lekcí Bosu TWB (dynamické cviky zaměřené na tvarování postavy a posilování celého těla). V průběhu akce probíhala i poradna VZP a navíc každý účastník obdržel růžový dárek.

Výtěžek akce ve výši 3 100 Kč byl věnován na programy LPR. Upřímně děkujeme.



**OK FIT STUDIO**  
RŮŽOVÝ DEN V POHYBU  
PROBÍHÁ V RÁMCI  
JIŽ 25. ROČNÍKU CELOSTÁTNÍ  
SBÍRKY ČESKÝ DEN PROTI RAKOVINĚ  
**18.9.2021** 

**PROGRAM:**

8:30 - 9:20 POWERJÓGA s Vladkou  
9:30 - 10:20 BODYFORM s Veronikou  
10:30 - 11:30 BOSU TBW s Olinou

JEDNOTNÉ VSTUPNÉ NA DOPOLEDNÍ PROGRAM 200,-  
PRO KAŽDÉHO ÚČASTNÍKA BUDE PŘIPRAVEN RŮŽOVÝ DÁREK  
a Poradna VZP   
Požádání zdravotních onemocnění Félek (jak se nejlépe ochránit  
proti negativním finančním dopadům spojených se zdravotním onemocněním)

VÝTĚŽEK Z PRODEJE BUDE POSLÁN  
NA ÚČET **LIGY PROTI RAKOVINĚ.**  
PŘÍDEJTE SE K NÁM, MÁ TO SMYSL!

Blíží informace a rezervace již od 6.9.2021  
STUDIO O.K. Zimní stadion (2.patro), V. Soumara 2300 Tábor,  
303 329 010, info@okfitstudio.cz, www.okfitstudio.cz



### TANCEM PROTI RAKOVINĚ

Letošní workshop Tancem proti rakovině se konal v neděli 3. října opět za hojné účasti nadšených tanečniců a obětavých lektorů. Jako každým rokem i letos byla akce doplněna o osvětu v oblasti prevence. Díky organizátorce paní Radce Liškové, jejím kolegům a štědrým účastníkům akce obdržela Liga proti rakovině dar ve výši 12 590 Kč. Upřímně děkujeme.



**SECTOR**

Miss Bibi  
Nika  
Ginger  
Nika Ladi  
Raduša  
Nobela

**TANCEM PROTI  
RAKOVINĚ  
3.10. 2021**

 afros.cz  
www.afros.cz





# UPŘÍMNĚ DĚKUJEME VŠEM DÁRCŮM, DOBROVOLNÍKŮM A PODPOROVATELŮM, KTEŘÍ PŘISPĚLI K VELKÉMU ÚSPĚCHU LETOŠNÍHO 25. ROČNÍKU SBÍRKY.

Průběžný výsledek – k 22. listopadu se na sbírkovém účtu podařilo shromáždit přes

## 16 200 000 Kč

V současné době opakovaně zasedá výbor LPR nad došlými žádostmi o grantovou podporu a probíhá rozdělování výtěžku sbírky na tři pilířové programy – prevenci onkologických onemocnění, zlepšení kvality života onkologických pacientů a podporu onkologického výzkumu a přístrojového vybavení onkologických pracovišť. O podrobném rozdělení výtěžku veřejné sbírky budeme informovat na [www.lpr.cz](http://www.lpr.cz) a také v příštím čísle Zpravodaje.

Děkujeme všem partnerům, kteří 25. ročník ČDpR podpořili!

## Český den proti rakovině 2021 podpořili:

Generální partner:



Hlavní partner:



IT partner:



Hlavní mediální partneři:



Partneři:



Spolupracovníci:



Mediální partneři:



Pořadatel:



Liga proti rakovině Praha



Organizátor:





# SKOKAN ROKU

**Cena „Skokan roku“ patří letos opět klubu, který prokázal největší zlepšení v prodeji žlutých kvítků měsíčku lékařského během Českého dne proti rakovině, a to bez ohledu na velikost místa a počet obyvatel.**

## VÍTĚZEM SE STAL KLUB ZVONEK KRÁLŮV DVŮR.

Na webových stránkách tohoto spolku jsem se dozvěděla, že Klub Zvonek, sdružení zdravotně postižených z. s. se sídlem v Králově Dvoře u Berouna, je spolek občanů trpících převážně onkologickým onemocněním. Cílem sdružení je poskytovat těmto lidem podporu a pomoc. Klub Zvonek je otevřený všem zdravotně postiženým spoluobčanům, jejich příbuzným a všem dobrým lidem, kteří projeví ochotu pomáhat druhým. Rádi mezi sebou přivítají všechny, kteří postrádají jistou životní náplň – v jejich aktivitách se najde místo pro každého. Každý měsíc pořádají pro členy klubu různé akce, o kterých se můžete dozvědět více na webu Spolku v záložce Kalendář akcí, kde jsou popsány plánované aktivity klubu (hry, výlety, různé kurzy). Dále nabízí svým členům i veřejnosti různé služby (některé pravidelně každý týden v klubu, jiné podle potřeby). Každou středu pořádají setkání v prostorách klubu. Spolek Zvonek vydává svůj vlastní Zpravodaj, který je veden s velkou pečlivostí a precizností. Mnoho fotografií z jejich akcí dává tušit, jak je spolek aktivní a kolik podpory a radosti přináší nejen svým členům.

**Položila jsem paní předsedkyni několik otázek:**

**Každého zaujme název vašeho spolku Zvonek. Kdo vymyslel takovýto poetický název? Řekněte nám něco o historii vzniku vašeho spolku.**

Klub Zvonek, sdružení zdravotně postižených, byl založen v roce 2002. Zakladatelkou byla paní Jarmila Dolejší, která byla předsedkyní až do konce roku 2019, kdy odstoupila z funkce ze zdravotních důvodů. Její pravou rukou byl účetní a ekonom pan Marek Samsoněk, oběma touto cestou děkujeme

### Skokan roku - absolutní nárůst (prvních deset)

Pořadí klubů podle absolutního nárůstu výdělku (porovnání 2020 x 2021)

1.	Klub ZVONEK - sdružení zdravotně postižených z.s.	Králov Dvůr	198 647,00
2.	Liga proti rakovině Náchod, z. s.	Náchod	156 292,00
3.	Klub ŽAP – ženy s nádorovým onemocněním, z.s.	Praha 8	135 392,00
4.	ARCUS - Společnost onkologických pacientů, jejich rodinných příslušníků a přátel, z.s.	Liberec 5, 12	126 406,00
5.	VIOLKA z.s. Třebíč	Třebíč - Nové Dvory	103 301,00
6.	ONKO – AMAZONKY, spolek	Ostrava - Moravská Ostrava	93 918,00
7.	ALEN – ženy s rakovinou prsu, z.s. Praha	Praha 10	60 684,00
8.	Liga proti rakovině v Šumperku, z.s.	Šumperk	44 233,00
9.	Českolipská VESNA, spolek onkologických pacientů a přátel	Česká Lípa	39 465,00
10.	VICTORIA, Liga proti rakovině, Litoměřice z.s.	Lovosice	32 236,00





za dlouholetou nezištnou a obětavou práci. Inspirací pro název bylo historické znamení domu „U tří zvonků“, v jehož těsné blízkosti se nacházela naše klubovna až do konce roku 2020. Nyní sídlíme v nových prostorách Komunitního centra města Králův Dvůr v domě s pečovatelskou službou.

**Kolik má spolek členů, pořádáte i v současné době setkávání každý týden v klubu?**

V současné době máme 63 členů, z toho 9 mužů a 54 žen, vesměs v důchodovém věku. Až do konce listopadu t. r. jsme se setkávali pravidelně každý čtvrtek. Setkání zahajujeme rozvíčkou pod vedením cvičitelky místního Sokola. Bohužel v důsledku pandemie covid-19 jsme museli schůzky ukončit.

**Jaké zajímavé akce jste v letošním roce podnikli?**

V letošním roce jsme uskutečnili 2 rekondiční pobyty, a to v hotelu Skalní město v Českém ráji v termínu od 6. do 11. června. V ceně pobytu byly masáže, parafínové zábaly a použití vířivky. Zorganizovali jsme poznávací výlety do Prachovských skal, do Rovenska pod Troskami, na Dlaskův statek v Dolánkách a do Pěňčina na kozí farmu a Kíttelův dům. V termínu od 25. do 29. 10. jsme prožili krásný pobyt v Hotelu pod Hořicí Obchodního družstva Soběšice. Při té příležitosti jsme navštívili muzeum v Sušici, Srní s výběhem vlků, sklárnu Annín a kostel sv. Vintříře v Dobré Vodě u Hartmanic vyzdobený pouze monumentálními skleněnými sovkami výtvarnice Vladimíry Tesařové, což byl nezapomenutelný zážitek.

Kromě toho jsme uskutečnili řadu výletů po zajímavých a historických místech našeho nejbližšího okolí. Jezdili jsme na procházky do lesa a na houby. Zabýváme se ručními pracemi, tvoříme z korálků, látek, papíru, tříbíme si mysl tréninkem paměti, organizujeme přednášky o zdravé výživě a o ochraně zdraví a pro obveselení si zazpíváme při harmonice našeho člena. Skupina našich členek se zabývá tancem řeckých tanců. Velmi si vážíme našeho ocenění za Skokana roku, které nám bylo uděleno Ligou proti rakovině za úspěšný prodej květin v rámci Českého dne proti rakovině.

*Bohuslava Slobodová  
a Alena Kosnarová  
Účetní a předsedkyně výboru*

**Děkujeme za vynikající výsledky v prodeji kytiček, vážíme si vaší spolupráce.**

*Iveta Kuchařová*

# SNĚM ČLENSKÝCH PACIENTSKÝCH ORGANIZACÍ

## 1. DEN

Tak jsme se dočkali... Po tak dlouhé době jsme se opět setkali, a to na Sněmu členských organizací ve dnech 19. a 20. října v moderních prostorách čtyřhvězdičkového hotelu Duo v Praze 9.

Ranní prezence byla tentokrát trochu ztížena kontrolou hygienických nařízeních souvisejících s pandemií covid-19, ale společně jsme, s perfektní spoluprací všech účastníků, vše zvládli a v 11.00 hod. mohl sněm začít. Na poslední chvíli ještě přijelo několik mimopražských opozdílů, kteří se narychlo ubytovali v příjemném prostředí hotelu, a v tu chvíli byl zaplněn celý sál nazývaný Prague West.

Všechny přítomné přivítala místopředsedkyně LPR **Iva Kurcová, DiS.** Poté předala slovo předsedkyni Ligy proti rakovině **MUDr. Michaele Fridrichové,** která objasnila znovuzvolení tématu z minulého roku, tedy Nádory močového měchýře, ledvin, letos doplněné o karcinom prostaty. Zhodnotila také uplynulé období roku 2021. V únoru se konalo online odborné sympozium, všechny přednášky byly zveřejněny i na webu LPR, takže si je všichni mohli poslechnout



i po skončení sympozia. Březnová výroční schůze se bohužel z hygienických důvodů nemohla konat a byla odložena na září. Neproběhl ani květnový Český den proti rakovině, i ten byl přesunut na zářijový termín. Nemohly se uskutečnit ani řádné oslavy 30. výročí LPR a 13. ročník Putovní výstavy byl odložen na rok 2022. První společnou akcí byla výroční členská schůze LPR 7. září. Nyní se konečně setkáváme na

Sněmu, tak jak jsme toužili se setkat, tedy v hojném počtu a za účasti zástupců většiny spolků. MUDr. Fridrichová zavzpomínala na začátky existence Ligy proti rakovině, na její zakladatele, kteří preferovali především důležitost prevence. Liga vznikla v r. 1990, podílela se již v r. 1991 na zavádění screeningového programu nádorů prsu, který je nyní jedním z 3 screeningových programů v České republice, pomáhala zavést



protikuřácké programy do MŠ a ZŠ a zapojovala se do spousty rozumných a smysluplných akcí.

V půl dvanácté si vzala slovo **Mgr. Jana Mauleová** z Arcadie Praha, která zhodnotila 25. ročník ČDpR. V úvodu se ohlédla za organizací květinového dne v tomto roce, barva stužky zůstala zelená, téma nádory močového měchýře a ledvin se rozšířilo o karcinom prostaty. Mediální kampaň s TV spoty se velmi osvědčila a i díky ní stoupl prodej DMS, nová aktivita – zapojení se do facebookového projektu Kamínky – podpořila i duševní zdraví všech zúčastněných a přivedla je na jiné myšlenky v době, kdy na nás útočí tolik negativních informací. Letos byl zvolen vícedenní formát sbírky (především školy ocenily možnost volby dne). Zapojilo se i 120 nových knihoven, a to především právě díky konání sbírky ve více dnech.

Jediným negativním počinem bylo rozměnění dobrovolníků v ulicích, ne všichni byli vidět. S úsporných důvodů na dvojici vyšlo letos jen jedno žluté tričko, ale mnoho dobrovolníků použilo tričko z minulých let. Opět všichni dostali malé dárečky, DVD a hry od nadace Albert, lego a pro udržení energie Mysli sušenky. Bylo rozesláno 820 tis. kytiček a 5900 pokladních vaků. Pro příště je třeba dobrovolníky ještě více upozorňovat na nutnost rozdávat ke každé kytičce i propagační letáček s tématem roku. Zúčastnilo se 46 organizací, které prodaly 195000 kytiček, kluby měly počet vrácených kytiček menší než dobrovolníci, pozitivní vliv na prodej měla možnost doprodeje v dalších dnech. V České televizi proběhlo 70 spotů, příznivě se na prodej podílelo i počasí příjemného babího léta. Vznikla nová pevná místa, agentura zaregistrovala 300 nahlášených

míst. Sbíрку podpořila i nově vzniklá akce – nasvícení budov žlutou barvou. Poté dostala slovo **MUDr. Alexandra Aschermannová**, která je garantem rekondičních pobytů, jež Liga organizuje pro onkologické pacienty. Informovala o průběhu pobytů v letošním roce. Upozornila na to, že konání rekondičních pobytů je jeden z nejdůležitějších programů LPR. Při péči o onkologické pacienty je velmi důležitá i následná péče o ně, mimo jiné i relaxace, rekondice a hlavně podpora duševního zdraví a setkávání se. Za 27 let Liga uspořádala více než 400 rekondičních pobytů.

Bohužel v současné době jsme nuceni řešit závažné problémy, neboť sanatorium Paracelsus v Meziboří má nového vlastníka a Slatinné lázně Toušeň mnohonásobně navýšily cenu pobytů, není tedy zatím jasné, jak bude vypadat další spolupráce. S oběma subjekty probíhá jednání. Spolupráce s Nemocnicí na Pleši pokračuje bez problémů i nadále.

Mimo to Liga oslovila více než 15 lázeňských zařízení s nabídkou možnosti navázání spolupráce. Jednáme i o možnosti mimosezónních pobytů za výhodnější cenu.

Poslední přednáška dopoledního programu patřila **MUDr. Michaele Fridrichové**, která pohovořila o hlavním tématu Ligy proti rakovině na rok 2022, kterým budou „Nádory čípku a hrdla děložního a nádory varlat“. K tomuto tématu se vracíme po 7 letech. Tento návrat je velmi důležitý, neboť se téma začíná týkat stále více mladé generace, navíc nádory čípku jsou vysoce preventabilní. Upozornila na důležitost očkování, tedy primární prevence proti vzniku těchto nádorů, očkování není určené jen dívkám, ale i chlapcům, neboť právě oni jsou přenašeči.



Nezanedbatelnou součástí ochrany je i prevence sekundární, tedy pravidelné gynekologické prohlídky. Uvedla také několik statistik, v r. 2018 byla incidence u rakoviny čípku 734 a mortalita 346, u hrdla děložního je incidence 3565 a mortalita 381. Bohužel u rakoviny varlat (471 incidence a 33 mortalita) zaujímá Česká republika 7. místo ve světě ve výskytu tohoto onemocnění. Na toto téma upozorňují i panely, které vznikly k 30. letům LPR v rámci programu prevence a jsou určeny pro školní mládež.

Rizikovými faktory vzniku těchto nádorů jsou kouření, pití alkoholu, toxické látky, genetika, bohužel mohou vzniknout i následkem nějakého úrazu či při sportu. MUDr. Fridrichová zodpověděla i několik dotazů, především se posluchači zajímali, kdy je nutné absolvovat očkování, dozvěděli se, že nejvhodnější doba je 12–13 let, ale i po 25. roce je možné očkování provést, i když je již mírně snížena účinnost. Upozornila také na to, že antikoncepce není v žádném případě ochranou proti nemocem.

Před polední pauzou se rozvinula diskuse především o rekondičních pobytech, MUDr. Aschermannová všechny ubezpečila, že určitě najdeme nové partnery, nyní je v jednání navázání kontaktů s lázněmi Mšené, Kundraticemi u Liberce, lázněmi Kynžvart a Libverda. V diskusi také zazněl návrh na snížení dnů pobytu, ale MUDr. Aschermannová vysvětlila, že je nutný delší pobyt, minimálně 12, ideálně 14 dní.

Poté následovala polední pauza zpestřená výborným obědem, který nás příjemně naladil na druhou část dne.







Po přestávce Iva Kurcová předala slovo manželům **Marii a Tiborovi Abelovým**, kteří představili Nadační fond Úsměv nejen pro Kryštofa. Tento nadační fond jsme vám krátce představili již v minulém čísle, manželé Abelovi chtějí pomoci najít lidem přesně to, co potřebují, a přesně tam, kde to potřebují. Spolupracují s odborníky, poradci, spřátelenými organizacemi a ústavy. Jsou schopni klienta navést správným směrem a spojit ho s konkrétní osobou či institucí, která zajistí, aby mu tato strastiplná cesta byla ulehčena co nejvíce. Díky jejich spolupracujícím organizacím i dalším kontaktům se snaží těm, kdo to opravdu potřebují, ulevit.

Motto jejich webových stránek: „Naším posláním je pomoci zúčastněným nalézt všechny informace, možnosti podpory a zorientovat se v celé situaci. Nadační fond založili manželé Abelovi na základě vlastní trpké zkušenosti s osteosarkomem u jejich syna Kryštofa. Při boji o záchranu synova života sami zjistili, jak nekoordinovaná je nelékařská pomoc – od psychické až po ekonomickou. Jsme tu pro to, abychom se pokusili provést vás touto nelehkou cestou a podělili se s vámi o naše obsáhlé zkušenosti. Naše služby poskytujeme zdarma.“

Oblasti podpory rozdělili do pěti okruhů: orientace v situaci, psychická zátěž, onkologická zátěž, osvěta zdraví a paliativní péče. Spolupracují s mnoha institucemi. I Liga proti rakovině se stala hrdým spolupracovníkem tohoto nadačního fondu. Určitě si k němu najde cestu spousta pacientů, ale i jejich nejbližších, a díky pomoci, sdílení a větší schopnosti se v dané situaci orientovat jim určitě ulehčí strastiplnou cestu.

Velmi silná je píseň pro Kryštofa od jeho kamaráda Martina k jeho 23. narozeninám, kterou na Youtube zhlédlo přes 1 300 odběratelů.

Po tomto tak emotivním příspěvku manželů Abelových nás maličko



rozptýlila přednáška **Ing. Ivana Presse**, předsedy Klubu českých turistů pro oblast Praha a místopředsedy KČT. Přiblížil nám historii vzniku Klubu českých turistů, který byl založen 11. 6. 1888 v Měšťanské besedě. Jeho předsedou byl zvolen známý cestovatel, milovník přírody a demokratický veřejný činitel Vojtěch Náprstek. Mezi hlavní aktivity klubu patřila výstavba turistických chat, rozhleden, úprava a značení turistických tras, tvorba turistických map a dalších zařízení pro veřejnost, jako byla např. Petřínská rozhledna, později i zrcadlové bludiště. KČT organizoval pravidelné vycházky do okolí měst. Dnes má klub 30 tis. členů, 401 odborů. Od roku 1889 dosud vychází časopis Turistika. Vydávají také Kalendář turistických akcí na každý rok, kde najdete obrovské množství výletů. Minimálně každý týden den v roce se uskuteční nějaký výlet, je zde popsána trasa, pořadatel a odkaz na webovou stránku, kde najdou zájemci podrobnější informace. Např. na mé narozeniny se letos pořádal pochod Praha–Prčice. Součástí kalendáře jsou i pozvánky na významné akce KČT, pozvánky na procházky jarní a podzimní Prahou či podpora výstavby bezbariérových turistických tras pro vozíčkáře v rámci Novoročního čtyřlístku.

Poslední přednáška Sněmu patřila **Ing. Petru Tylínkovi**, který nám přiblížil v obsáhlé přednášce „Dějiny oděvní kultury 50. až 70. let“. Padesátá léta znamenala v oděvním průmyslu dobu luxusu, mnoho světoznámých módních luxusních značek ovládlo přehlídková mola. Móda 60. let se inspirovala roztančenou mládeží, která se chtěla vymanit z područí rodičů. Přicházejí generační problémy, mládež se staví na odpor, odsuzuje válku ve Vietnamu, přichází éra módní revoluce, která změnila způsob, jakým se ženy oblékaly. Vše se obrátilo k mládí a tím skončila nutnost oblékat se do tvídových kostýmů. Přišla móda svobodná, optimistická, energická a dynamická. Počátek

60. let se rozvíjel ve stylu hippies – děti květin neboli „Květinové hnutí“.

Móda 70. let byla velmi inspirativní a její vliv můžeme v současné době vidět skoro na každém kroku. Pánská móda přinesla mnoho trendů, které se nosí dodneška. Tím hlavním jsou džíny, k tomu klasické sako, košile a kravata. Ženy nosily saténové kalhoty do pasu s rozšířenými nohavicemi (zvonáče) nebo džíny, lurexové topy, sametové šaty nebo pajetkové topy... a hlavně přišly na svět mini.

Po zajímavé přednášce jsme se rozešli nachystat se na dlouho očekávaný nádherný závěr dnešního dne, koncert v Betlémské kapli.



## 2. DEN

Dvoudenní Sněm pokračoval 20. října v Divadle Karla Hackera v Praze 8 poutavou a poučnou přednáškou **Petra Hory Hořejše**. Těšili jsme se s nedočkavostí malých dětí na další zajímavosti z historie. Příspěvek pan Hořejš nazval „Do světa našich praprababiček“.

Tentokrát byla přednáška doplněna písněmi z vlastního repertoáru **Jany Rychterové**, vždy se nějak tematicky vázaly k danému příběhu. První přeseň Josefína poskytla inspiraci panu Hořejšovi k výběru úvodního bloku přednášky, době Habsburské monarchie, obrazu krásné Josefíny, služky u Mánesových, rodině, ve které vyrůstal mladý Josef Mánes, který byl touto ženou okouzlen. Jak citový měl Josef Mánes k tomuto obrazu vztah, dokazuje i to, že tento obraz nikdy neprodal. Opět jsme si poslechli poutavá



vyprávění příběhů, které se spojují se slavnými jmény, jakým je František Ladislav Čelakovský, v době příběhu se stal vdovcem a Božena Němcová s ním seznámila Bohuslavou Rajskou (vlastním jménem Antoníí Reissovou), velkou vlastenkou, která se obětovala a souhlasila se sňatkem, aby pomohla vychovávat jeho čtyři děti. Bohužel sama zemřela již ve 34 letech. Další známá osobnost Josef Kajetán Tyl se oženil s Magdalenou Forchheimovou, bohužel smrt jejich jediného dítěte ho přivedla do náruče sestry Magdaleny Anny, která s nimi žila ve společné domácnosti, a porodila mu 8 dětí, které pak společně všichni vychovávali. Komplikované bylo i manželské soužití Karoliny Světlé a Petra Mužáka, který svou ženu nikdy nedocenil. O Karolinu Světlou usiloval zamilovaný Jan Neruda, Světlá však zůstala věrná svému manželovi, ač se jí od něho nikdy nedostalo žádného porozumění a podpory. Jan Neruda už bohužel ve svém životě takovou lásku nepočkal.

Smutný osud Bedřicha Smetany nám je všem znám, ovšem netušíla jsem, jak těžce ho ovlivnilo druhé manželství s Betty Linkovou, která se k němu chovala velmi přezíravě nejen ve společnosti. Po tzv. rozchodu od lože hledá osamělý Smetana útěchu v náruči nevěstek. Zamiloval se do operní zpěvačky Lely Richi, která však zemřela po neodborně provedeném zákroku anděličkářky. Smetana bohužel kvůli nemoci přišel o sluch a odstěhoval se ke své jediné dceři z 1. manželství s Kateřinou Kolářovou. Právě v této době položil svůj a hluchý napsal svá nejkrásnější díla. Život dalšího velikhána, představitele české poezie Jaroslava Vrchlického byl ovlivněn jeho vztahem k Sofii Podlipské, která však byla vdaná. Nakonec si vzal za manželku její dceru



Julii, se kterou měl 3 děti. Ta si však našla milence herce Jakuba Seiferta, což byla velká rána pro Vrchlického, zhroutil se, ale v manželství setrval. Zemřel ochrnutý v r. 1912.

Poslední, komu věnoval pan Hořejš své vyprávění, byl Karel Havlíček Borovský a jeho žena Ludmila. Po odchodu do exilu v Brixenu se stal národním mučedníkem a nesměl publikovat. Jeho žena Ludmila umírá brzy na tuberkulózu, on jí brzy poté podléhá také. Jejich jediná dcera Zdeňka umírá velmi mladá, ve věku 25 let, také na TBC.

Ač téma dnešní přednášky bylo lehce pochmurné a my se pozastavovali nad těžkým údělem mnoha českých velikhánů, uvědomili jsme si, že nás provází stále stejné vztahové problémy jako v dobách našich praprababiček. Dlouhý potlesk na konci přednášky vyjádřil upřímné díky oběma a spojení mluveného slova s písněmi Jany Rychterové bylo nádherným

ukončením dvoudenního Sněmu patientských organizací. Vřelé díky.

Na závěr všichni přítomní obdrželi malou knížečku s recepty nejoblíbenějších jídel několika českých velikhánů. T. G. Masaryk miloval obyčejné staročeské kyselo. Jan Neruda si v proslulé restauraci U Ježíška objednával nejčastěji švestkové knedlíky sypané mákem, Bedřich Smetana měl sice mlsný jazýček, pocházel z bohaté rodiny sládků, miloval svíčkovou, ale ze sladkých jídel měl tolik rád prosté jídlo kucmouch aneb staročeské šklubánky s mákem. Císařský trhanec bylo zase oblíbené sladké jídlo císaře Františka Josefa I., který jak jsme se dozvěděli, jídal přímo na svém pracovním stole. K snídani miloval housky, dodnes známé pod názvem „kaiserky“.

## SLAVNOSTNÍ DĚKOVNÝ KONCERT – KONEČNĚ SPOLU

Večer 19. října nás čekalo velké potěšení v podobě Slavnostního děkovného koncertu, který již tradičně proběhl v Betlémské kapli v Aule ČVUT od 19.00 hod.

Koncert je poděkováním všem přátelům a spolupracovníkům, kteří Lize proti rakovině pomohli uskutečnit letošní 25. ročník celonárodní sbírky Český den proti rakovině. Krásně připravená

brožura k programu nenechala nikoho na pochybách, že skladba všech interpretů je velmi vytržebná a jistě si najde své nadšené posluchače.

Celým večerem vtipně a odborně provázel Jan Kovařík, známý moderátor Českého rozhlasu. V úvodu předsedkyně LPR MUDr. Michaela Fridrichová poděkovala všem, kteří pomohli a podpořili letošní sbírku.

Poté jsme se zaposlouchali do nádherného basbarytonu operního pěvce Pavla Klečky, který v doprovodu pianistky Ladislavy Kaspříkové přednesl operní perly W. A. Mozarta, F. Chopina, R. Wagnera a G. Bizeta. Pěvec Pavel Klečka po léta působí na operních scénách Čech a Moravy a má za sebou více než 80 rolí našeho i světového operního a operetního repertoáru.





V roce 2021 byl nominován na Cenu Thálie s přihlédnutím k roli Nabucca v Jihočeském divadle v Českých Budějovicích.

Ladislava Kaspříková je výtečná pianistka a pedagožka, docentka pražské AMU.

Poté moderátor představil houslového virtuosa Jaroslava Svěceného, který pro LPR vystoupil již několikrát. Mluví se o něm jako o popularizátorovi a propagátorovi vážné hudby. Po studiu na pražské konzervatoři a AMU se stal nejen sólistou, ale také znalcem historických houslí a stavby houslí. Pro nás si připravil spolu s Ladislavem Horákem, skvělým akordeonistou, světoznámá díla argentinského hudebního mága Astora Piazzoly, argentinského hudebního skladatele a hráče na bandoneon. Zahruťím prvků jazzu i klasické hudby přetavil tradiční tango do nového stylu nazvaného tango nuevo. Tento styl je plný emocí a temperamentu a v tomto duchu se nesla mistrovská interpretace zmíněných melodií. Dlouhý potlesk byl poděkováním virtuosům za skvělý zážitek a potěšenou duši.

Po přestávce, příjemném občerstvení a sklence prosecca jsme se mohli těšit na český chlapecký sbor Boni pueri a operní pěvkyni Editu Adlerovou, kteří nám představili několik klenotů světové hudby, něco málo z děl G. F. Händela,

G. Giordaniho, B. Smetany, A. Dvořáka, V. Popelky, G. Bizeta a C. Francka. Na klavír doprovázel Robert Fuchs. Tento chlapecký pěvecký sbor se sídlem v Hradci Králové převzal svůj název od sboru, který působil od 12. do 15. století při Chrámu svatého Víta v Praze. Základnu sboru tvoří soukromá základní umělecká škola Boni pueri, která působí jako samostatný subjekt od září 2006 v Hradci Králové. Sbor se účastní zahraničních turné i vystoupení s hudebními tělesy, jako je Česká filharmonie, je zván na přední hudební festivaly Pražské jaro, AmericaFest, Shanghai International Arts Festival, Euro-palia. Na sbormistra Marka Štilce se upíraly oči všech jeho svěřenců a celé osazenstvo Betlémské kaple bylo uneseno melodiemi, které zazněly. Nešlo však jen o krásné hlasy zpěváků, ale i herecká vystoupení, která často vykouzila úsměv v našich tvářích. Bylo to nádherné a důstojné zakončení celého večera, které umocnila svou přítomností Edita Adlerová, česká oper-



ní pěvkyně – mezzosopranistka, jejíž temperament a bohaté pěvecké zkušenosti byly nádherně doplněny skvělými výkony chlapců. Po dlouhém potlesku jsme odcházeli potěšeni výkonem všech účinkujících a při odchodu jsem viděla postávající hloučky lidí, kteří si s nadšením vyprávěli o nezapomenutelném zážitku, jenž jim tento večer přinesl.

Iveta Kuchařová













## SPOLUPRÁCE S MČ PRAHA 13



Již několik let funguje skvělá spolupráce Ligy proti rakovině a Městské části Praha 13.

-red-

Od 18. 10. do 5. 11. 2021 atrium radnice MČ Praha 13 na Slunečním nám. hostilo výstavu ve spolupráci se spolkem České ILCO – **PytlíkArt**.

Jedná se o putovní výstavu profesionálně pomalovaných stomických sáčků.

Byla naplánována záměrně na říjen, abychom si připomněli Mezinárodní den stomiků, který se slaví jednou za tři roky. Letos vyšel na 2. 10. 2021.

K tomu jsme vyhlásili soutěž i pro širokou veřejnost: kdo si vyzvedne sáček, jakkoli ho ozdobí, vytvoří koláž, pomaluje, jeho dílko bude též vystaveno a na konci výstavy budou účastníci obdarováni. Dle mého názoru je velice důležité otevřít i tyto delikátní otázky, působit informovaností na veřejnost, hovořit o prospěšnosti preventivních

lékařských prohlídek, preventivních opatření po celý život apod. V neposlední řadě upozorňovat na fakt, že i když v životě nastane období, kdy se člověk ocitne v situaci, že bez „pytlíku“ již nadále fungovat nemůže, má si být jistý, že se nemá stydět, radost v životě nekončí a stále může prožít spokojený život.

Po celou dobu výstavy jsou návštěvníkům výstavy k dispozici osvětové publikace Ligy proti rakovině. Po ukončení výstavy byli účastníci soutěže v malování na stomické sáčky odměněni, proto bych opět ráda velice poděkovala Lize proti rakovině za darování výherních předmětů – hrnečky, DVD, puzzle.

### Mezigenerační deskové hry

Dne 18. 10. odstartovaly na radnici Prahy 13 další Mezigenerační deskové hry.

Slavnostně je zahájil pan starosta David Vodrážka spolu s paní radní Anetou Ečekovou Maršálovou, která má v gesci též místní Agendu 21, jejíž akcí Hry jsou.

Mezigenerační hry jsou skvělou příležitostí, jak si vyzkoušet nejrůznější deskové hry pro každý věk, a především být spolu, nehledě na stáří. Jako MČ rádi spolupracujeme s místní pobočkou Městské knihovny, která nám hry zapůjčuje. Tato akce se odehrává 2x za rok, místa se střídají, buď přímo na pobočce v KD Mlejn ve Stodůlkách, či u nás na radnici.

Velice děkujeme za skvělou spolupráci Lize proti rakovině, která nám věnovala různé dárky, především hry, puzzle do tomboly pro účastníky. Děkujeme všem a těšíme se na další letní kolo.

Aneta Ečeková Maršálová  
členka rady MČ (P13)



## DEN ZDRAVÍ NA POLIKLINICE PARNÍK

Již několikátým rokem pořádá Městská část Praha 14 „Den zdraví“. Díky pozvání paní Mgr. Hubkové jsme každoročně zváni k účasti společně s klubem ŽAP.

Akce se konala 14. října v ranních a dopoledních hodinách na Poliklinice Parník. V letošním roce jsme měli naše stoly umístěné v prvním patře, což bylo velkou výhodou jak pro

příchozí, tak také i pro nás. Měli jsme větší prostor pro naše publikace, kterých je již skoro 60 druhů a několik desítek preventivních brožur, včetně protikuřáckých materiálů nejen pro školy.

Ranní hodiny jsou ideální pro měření cukru a hladiny cholesterolu v krvi. Dále si zájemci v Laboratoři Vidia Diagnostika mohli nechat







změřit krevní tlak a poradit se třeba o virovém onemocnění. Přítomná lékařka ihned sdělila výsledek, případně poradila, jak dále postupovat při vyšších hodnotách. Členky klubu ŽAP na modelu prsů předváděly zájemkyním samovyšetření prsů. Pro účastníky připravila MČ Praha 14 několik malých dáreků, například plastovou Kartu života, která obsahuje informace o postupu při první pomoci a také důležitá tísňová čísla.

Ivana Birková



## VÝSTAVA PANELŮ O PREVENCÍ

Liga proti rakovině Praha vytvořila projekt zacílený na školní mládež. Jde o mobilní výstavu KAŽDÝ SVÉHO ZDRAVÍ STRŮJCEM propagující zdravý životní styl. Co vedlo k rozhodnutí oslovit mladou generaci, objasňuje předsedkyně Ligy MUDr. Michaela Fridrichová: „Dnešní žáci jsou budoucí dospělí lidé, a čím dříve si osvojí zásady rozumného životního stylu, tím lépe si ochrání své zdraví i pro budoucnost. V tématech výstavy jsme se neomezili úzce na prevenci rakoviny, ale zábavnou formou informujeme i o prevenci dalších civilizačních onemocnění. Školám také posíláme plakát s návodem, jak chránit vlastní imunitu. Současná situace s koronavirem akcent na zdravý životní styl ještě podtrhuje.

V letošním školním roce je samozřejmě zájem škol o umístění výstavy poznamenán nejistotou a obavami z dalších možných omezování výuky. Přesto se podařilo výstavu umístit během podzimního období v několika školách v Praze a nejbližším okolí, například v ZŠ na Dlouhém lánu v Praze 6, v ZŠ Loděnice v Loděnici u Berouna, v Gymnáziu Elišky Krásnohorské v Praze 4, v ZŠ Radotín v Praze 16, v ZŠ v Praze 2, v Gymnáziu Thomase Manna v Praze 8, v Gymnáziu Čakovice v Praze 9.

Jsme velmi rádi a vděční za zpětnou vazbu, kterou nám školy poskytují:

### Každý svého zdraví strůjcem

Liga proti rakovině Praha, která v České republice pomáhá v boji







s rakovinou už 30 let, se rozhodla rozšířit svoji působnost na poli osvěty a zacílit na mladou generaci.

V průběhu října byla na chodby 2. stupně umístěna výstava „Každý svého zdraví strůjcem“, jejíž propagace cílila na zdravý životní styl a zároveň popis nežádoucích jevů.

Výstava byla zaměřena na zdravou stravu, pohyb, poruchy příjmu potravy, nebezpečí na sociálních sítích, hygienu a mnoho dalších poutavých témat.

Starší žáci prvního stupně a žáci druhého stupně se s radostí a zájmem vrhli na obrázkové plakáty, které doplňovaly zajímavosti z vybraných námětů, jejichž obsahu se následně věnovali v hodinách přírodopisu.

Základní škola Praha – Radotín  
Loučanská 1112/3, Praha 16 – Radotín

Děkujeme za poskytnutí výstavy „Každý svého zdraví strůjcem“.

Studenti si ji se zájmem procházeli. Někteří vyučující se ptali na podrobnosti, brali si další materiály, hodnotili pozitivně vtipnou formu. Celkově výstava vedla k diskuzi.

Gymnázium Elišky Krásnohorské  
Ohradní 55/111, Praha 4

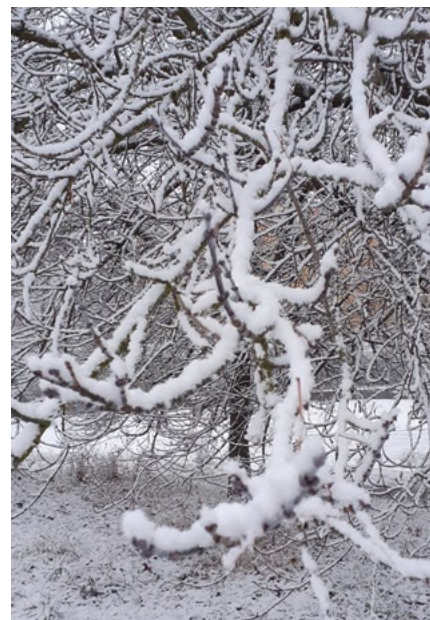
Liga proti rakovině, s níž naše škola spolupracuje v rámci charitativního projektu Český den proti rakovině, nám nabídla zapůjčení edukativní výstavy s názvem „Každý svého zdraví strůjcem“. Na jednotlivých panelech jsou zajímavě popsány různé zdraví ohrožující způsoby chování (kouření, poruchy příjmu potravy apod.) a objasněn jejich vliv na zdraví i na životní prostředí. Kromě výstavy samotné jsme pro žáky dostali i pracovní listy. Kolegyně, které vyučují biologii, věnovaly několik vyučovacích hodin tomu, aby výstavu se žáky různých ročníků prošli a získané znalosti společně se žáky ověřily prostřednictvím pracovních listů. Zpětná vazba žáků byla jednoznačně pozitivní, bavilo je běhat po škole od panelu k panelu a hledat na nich potřebné informace. Překvapily je i informace o množství mikrobu na klávesnici nebo o práci dělníků na tabákových plantážích. Výstava je opravdu výborně zpracovaná, pracovníci agentury Arcadia ji navíc velmi rychle a profesionálně nainstalovali. Nezbývá než doufat, že pozitivním způsobem ovlivní chování a životní správu našich žáků. Děkujeme!

Magdalena Rytinová,  
Gymnázium Čakovice  
nám. 25. března 100, Praha 9 – Čakovice

Výstava „Každý svého zdraví strůjcem“ skvěle zapadla do našich plánů, protože začátek školního roku věnujeme vedle vzdělávání také výchově ke zdraví. Ne nadarmo motto naší školy zní „Zdravá škola na zdravé planetě“. V době umístění výstavy jsme měli také Projektový den dětského záchranáře a od 15. září se zapojujeme do akce Pešky do škol, která vrcholí akcí dětí pro děti při mezinárodním Dnu bez aut.

Mile nás překvapila šíře témat výstavy, čekali jsme prevenci nádorových onemocnění, ale našli jsme i panely věnované nebezpečí na internetu či úskalí poruch příjmu potravy. Děkujeme Lize proti rakovině za to, že se věnuje i nejmladší generaci.

ZŠ na Dlouhém lánu,  
Praha 6





# KONFERENCE A VALNÉ SHROMÁŽDĚNÍ ECL (ASOCIACE EVROPSKÝCH LIG PROTI RAKOVINĚ)

Výroční konference Asociace evropských lig proti rakovině se i v letošním roce konala pouze v online formě. V pondělí 15. listopadu uvítal všechny přítomné prezident ECL profesor Rui Medeiros. Zhodnotil činnost ECL v uplynulém roce a poté vyhlásil vítěze letošních Výročních cen ECL. Cenu obdržel Dr. Christopher Paul Wild, bývalý ředitel IARC (Mezinárodní agentura pro výzkum rakoviny) za dlouholetou odbornou činnost s celospolečenským dopadem a za významnou práci na poli prevence nádorových onemocnění.

Další vystoupení patřilo Dr. Donaldu Maxwellu Parkinovi, hostujícímu profesorovi Komplexního onkologického centra v King's College v Londýně, a bylo věnované rizikovým faktorům onkologických onemocnění.

V následující velmi zajímavé přednášce se Dr. Giske Ursin, ředitelka Norského onkologického registru, věnovala podrobnému srovnání onkologických pacientů ze severských zemí v souvislosti s onemocněním covid-19 v roce 2020. Do studie s názvem „Jak pandemie Covid-19 ovlivnila diagnostiku a onkologickou péči“ byly zařazeni pacienti z Dánska, Faerských ostrovů, Finska, Islandu, Norska a Švédska. Ze studie bylo patrné, že vzhledem ke snížení screeningových vyšetření a vřadnosti pacientů vyhledat lékařskou péči došlo v první polovině roku 2020 k poklesu nových případů. Částečně se počty hlášení dohnaly během podzimu, čísla se liší podle jednotlivých



zemí. Největší pokles zaznamenalo Švédsko, které bylo pandemií zasaženo nejvážněji. Dlouhodobější výsledky a dopad pandemie na stav pacientů budou známy v další části studie, která pokračuje i v letošním roce.

V závěrečné přednášce Dr. Cherian Varghese z WHO představil globální strategii k urychlení snížení výskytu rakoviny děložního čípku.

V úterý 16. listopadu pokračovalo virtuální setkání členů ECL, nejprve prezident Rui Medeiros přednesl zprávu o aktivitách ECL v loňském roce, ředitelka ECL Dr. Wendy Yared nás seznámila s činností sekretariátu, poté byla přednesena zpráva o hospodaření v roce 2021 a virtuálním hlasováním jsme schválili návrh rozpočtu na rok 2022.

Dalším důležitým bodem byla volba



dvou nových členů výboru – Dr. Any Fernández Marcos ze Španělské asociace proti rakovině a Dr. Jespera Fiskera z Dánské asociace proti rakovině. Po oba dny před zahájením oficiální části i po jejím skončení jsme měli možnost individuálních rozhovorů a diskuzí.

Iva Kurcová



## CHCEME A BUDEME POMÁHAT

Onemocněla jsem v roce 1995, vůbec jsem si se sebou nevěděla rady, pomohl mi klub Diana v Brně a stala jsem se jeho členkou.

Uvědomila jsem si, kolik peněz musela stát moje náročná léčba, a chtěla jsem nějak pomoci to „odčinit“.

Napadla nás sbírka Český den proti rakovině, do které jsme se s manželem zapojili, letos jsme se účastnili již 19. ročníku, snažili se pomáhat pěti onkologickým klubům, členům LPR. A teď se budu chlubit, je neuvěřitelné, že jsme za tu dobu dokázali „získat“,

samozřejmě, že s velkou pomocí prodávců na více než 30 místech v republice, neuvěřitelných více než 6 milionů Kč! Čtete dobře, i nám se to zdálo téměř neskutečné, to vše zorganizované párem lidí, kterým bude 20. prosince dohromady 150 let!

Za tu dobu jsme poznali spoustu lidí s dobrým srdcem, stali se našimi přáteli, a určitě hlavně z toho důvodu nedokážeme přestat.

Letos na Sněmu LPR jsme poznali manžele Abelovy, když jsme slyšeli jejich příběh a poznali jimi založenou nadaci

Úsměv nejen pro Kryštofa, bylo nám hned jasné, že i jim chceme pomoci. Cítila jsem s nimi, ve své rodině jsem něco podobného zažila již třikrát, jen vždy, bohužel, se šťastným koncem, na rozdíl od nich. Skláním se před nimi, jejich silou a vůlí.

Takže, závěr je asi takový, že budeme dál, dle svých možností, pomáhat a těšit se na setkání se svými dobrými přáteli po celé Vysocině a i trochu dále!

Manželé Zdeněk a Milada Špačkoví  
Dobrá Voda u Křižanova



## REKONDIČNÍ POBYTY ORGANIZOVANÉ LPR PRAHA

Nad letošními rekondičními pobyty v Meziboří visel dlouho otazník a nejistota. Budou? Nebudou? A za jakých podmínek? Nepřekazí je pandemie covidu? Dopadlo to podle našeho přání, rekondice se uskutečnily a za obvyklých podmínek.

Náš klub měl nástup 23. srpna. V Meziboří nás srdečně uvítaly známé tváře sestřiček a paní kuchařky, přijeli jsme k přátelům.

Od druhého dne začal pravidelný program: ranní rozcvička se sestrou Alenkou a po snídani různé léčebné procedury po celé dopoledne. Odpolední program jsme si zařizovali každý podle svého. Chodili jsme na procházky po okolí, do lesa (houby letos nerostly), vyjeli jsme nebo vyšli do Litvínova. Moc se nám líbila výstava polštářků pro děti a netradičně zdobených vánočních stromků v litvínovském zámku. Naši obětaví řidiči František a Jarda ochotně zajeli svými auty

se zájemci do Oseku, do Duchcova a do Jáchymova. Nevynechali jsme ani tradiční výpravu do Louček k „Trpaslíkům“ na výborné palačinky. Přišlo tam za námi dokonce i sluníčko. Počasí nám letos moc nepřálo. Často pršelo, ale dobrou náladu nám to nezkazilo. Místo posezení u ohničku jsme se sešli v budově, zaspívali si, probrali recepty na vaření a pečení. Velký úspěch měla „módní přehlídka“ oblečení zakoupeného během pobytu. Večer přišly na program televize, knížky, sešla se i parta karbaníků u žolíkových klání.

Velmi zajímavá přednáška lektorky Hany Novotné podnítila rozsáhlou diskusi. I následující cvičení s paní lektorkou se všem líbilo. Oblíbená byla i střední cvičení na židlích se sestrou Alenkou, vhodná pro nás starší.

V Meziboří se nám všem moc líbilo. Jediným problémem byl neustále porouchaný výtah, což ztěžovalo

mnohým z nás pohyb v budově.

Rekondice jsou pro nás velkým přínosem. Procedury a vřelý přístup všeho personálu nám pomohou zlepšit zdraví a nabrat nové síly. Stejně léčivá jsou i navázaná kamarádství pacientů ze všech koutů naší vlasti. Do Fantovy kavárny v Praze přišlo 23. srpna pět nových tváří, 3. září se v Meziboří loučilo dvacet opravdových přátel. Alina a Věra ze Slunečnice Olomouc přijely do Meziboří poprvé. Odjízdele se slovy, jak jsou rády, že nabídku LPR přijaly. Děkovaly za přátelství party lidí, kteří si nezištně pomáhají, tráví spolu volný čas a těší se na další setkání.

Moc děkujeme pracovníkům LPR Praha a všem zaměstnancům sanatoria Schönbach za hezkých 11 dní. Jestli nám naše zdraví a situace dovolí, přijedeme příští rok do Meziboří rádi znovu.

*Klub přátel Meziboří*





# PRACOVNÍ TRŽIŠTĚ – NOVÝ PORTÁL PRO OSOBY SE ZDRAVOTNÍM POSTIŽENÍM A ZAMĚSTNAVATELE

Nadační fond pro podporu zaměstnávání osob se zdravotním postižením (NFOZP) spouští jako jeden ze svých dalších projektů webový portál [www.pracovnitrziste.cz](http://www.pracovnitrziste.cz), jehož cílem je zlepšit podmínky zaměstnávání osob se zdravotním postižením (OZP) na trhu práce. K vytvoření portálu Pracovní tržiště přivedla NFOZP především stále komplikovaná situace na otevřeném trhu práce a absence prostředí, kde by se osoby se zdravotním postižením (OZP) a zaměstnavatelé mohli setkávat. Platforma slouží pro seznámení zaměstnance a zaměstnavatele. NFOZP není zprostředkovatelem práce, ani pracovní agenturou, v rámci tohoto projektu spouští jen prostředí, kde se prostě „spojí dva volné konce“. V širším měřítku totiž nikdo s jednou ani druhou skupinou dlouhodobě nepracuje. Pracovní tržiště chce v této oblasti prostě pomoci a je v kontaktu i s úřady práce. „Portál Pracovní tržiště by měl tento problém vyřešit, protože zaměstnavatelé budou vědět, že se pohybují v prostoru, kde hledají práci hlavně lidé se zdravotním postižením. U zájemců o práci tedy odpadá první dilema, že lidé s handicapem neradi říkají, že mají handicap, a zaměstnavatelé se na to nemohou zeptat,“ komentuje vznik portálu spoluzakladatelka NFOZP Lenka Kohoutová. Web bude zajišťovat komfort pro lidi s handicapem při hledání práce a současně důrazně chránit jejich citlivá osobní data. Možný budoucí zaměstnavatel tudíž neuvidí na webu kompletní životopis zájemce o práci, protože jeho osobní data budou šifrovaná – bližší informace mu budou poskytnuty teprve po souhlasu uchazeče o práci. „Budeme velmi aktivně oslovovat organizace a sociální služby, které pracují s osobami se zdravotním postižením. Vytipovali jsme si jich přes 2 700 a od aplikace Merk.cz jsme obdrželi databázi s více než 20 000 organizacemi na komerčním trhu, které by mohly OZP zaměstnat. Stejně to bude se zaměstnavateli, navázali jsme například spolupráci s pražskou Hospodářskou komorou. Hodně sázíme na to, že budeme mít možnost aktivně spolupracovat jak se zaměstnavateli, tak s lidmi se zdravotním postižením. Náplní naší práce budou hlavně konzultace

a rady, jak na to,“ doplňuje Lenka Kohoutová.

Jedním z důvodů, proč jsme vytvořili

zaměstnance, tak pro zaměstnavatele. Všechny poradny jsou vázané na zaměstnávání osob se zdravotním po-



tuto platformu, byly i časté dotazy ze stran zaměstnavatelů z komerčního trhu práce na možnost zaměstnávání OZP a další otázky, které se týkají dané problematiky. Hlavním důvodem je, že zaměstnavatelé musí podle zákona zaměstnávat na každých 25 osob jednu osobu se zdravotním postižením, nebo platí pokutu do státního rozpočtu či využívají systém náhradního plnění, které dodávají chráněné dílny zaměstnávající více než 50 % OZP. Nejlevnější a „nejčistší“ pro firmu je ovšem samozřejmě samotné zaměstnávání osob se zdravotním postižením. K zaměstnávání OZP lze navíc čerpat i určité daňové úlevy. Rovněž toto bude předmětem poradenství v rámci Pracovního tržiště. „Zákoník práce je stejný pro člověka s handicapem i pro člověka zdravého. Jde pouze o smluvní dohodu dvou stran, která povede k oboustranné spokojenosti. Problém je v tom, že lidé s handicapem jsou velmi často podceňováni, ale po velmi krátkém čase se zpravidla ukáže, že dokážou být jedněmi z nejlepších zaměstnanců,“ říká ze zkušeností zakladatelka NFOZP Lenka Kohoutová. Součástí Pracovního tržiště jsou i poradny, a to jak pro budoucí

stížením a jsou v nich k dispozici profesionálové z Hospodářské komory hlavního města Prahy, kteří dokážou poradit, jak se efektivně vypořádat například s exekucemi, součástí je i právní poradna, která je k dispozici budoucím zaměstnancům i jejich budoucím zaměstnavatelům. NFOZP se jako jediná organizace v ČR zabývá pouze zaměstnáváním OZP, a proto doufáme, že tento portál bude přínosem a cestou k vylepšení situace na pracovním trhu, a to jak chráněném, tak otevřeném. Z dílny NFOZP pocházejí i další projekty, které se snaží podporovat zaměstnávání OZP:

[www.srdcervaci.cz](http://www.srdcervaci.cz),  
[www.pracovnitrziste.cz](http://www.pracovnitrziste.cz),  
[www.pracepostizenych.cz](http://www.pracepostizenych.cz),  
[www.zamestnanecroku.cz](http://www.zamestnanecroku.cz).

Nadační fond pro podporu zaměstnávání osob se zdravotním postižením (NFOZP) byl založen v roce 2007 a jedním z jeho hlavních cílů bylo odborné poradenství v zaměstnávání OZP a poradenství pro firmy, které chtějí OZP zaměstnávat. Druhou rovinnou zájmu bylo sledování legislativních změn, které ovlivňují trh práce a mají



dopad na osoby se zdravotním postižením. Od té doby uplynula spousta času a NFOZP se vyprofiloval na specialistu v zaměstnávání OZP na chráněném i otevřeném trhu práce.

NFOZP je dnes bezesporu respektovaným partnerem i pro komerční firmy při problematice zaměstnávání osob se zdravotním postižením. Svoji odbornou podporu staví hlavně na dvou pilířích. Prvním je snaha začlenit handicapovaného člověka do běžné společnosti, aby se stal nezávislým na druhých tím, že pracuje a dokáže si vydělat na živobytí. Druhým pilířem je snaha přesvědčit zaměstnavatele, že zaměstnat člověka s handicapem je přínos nejenom společenský a ekonomický, ale že v zaměstnancích se zdravotním postižením mohou získat

dobré a poctivé pracovníky.

Tato aktivita nás přivedla na myšlenku ocenit handicapované pracovníky, kteří se snaží i přes nepřízeň osud být nedílnou součástí pracovního trhu. A tak vzniklo ocenění Zdravotně postižený zaměstnanec roku. Každý rok zaměstnavatelé nominují do soutěže své kolegy, kteří mají zdravotní znevýhodnění či postižení. Nominace probíhají ve dvou kategoriích. První kategorií je zaměstnanec roku z chráněného trhu práce a druhou je zaměstnanec roku na otevřeném trhu práce. Soutěž snižuje míru předsudků u zaměstnavatelů i široké veřejnosti ve vztahu k pracovním možnostem a schopnostem OZP. Tato soutěž si již za dobu svého trvání (od roku 2010) našla širokou základnu

firem, které každoročně přihlašují své kolegy do této soutěže. Každá firma, která by měla zájem nominovat svého spolupracovníka, najde bližší informace na [www.zamestnanecroku.cz](http://www.zamestnanecroku.cz). Pro letošní rok jsme právě zahájili příjem nominací a slavnostní vyhlášení se bude opět konat 30.3.2022 v Brožkově sále na Staroměstské radnici.

Pokud vás zajímají další informace o nás, navštivte naše stránky <https://nfozp.cz/>, kde se dozvíte více o naší činnosti i možnostech podpory.

*Zuzana Buchtelová  
marketing manager*



## ZE ŽIVOTA ČLENSKÝCH ORGANIZACÍ

**Milí přátelé,**  
do uzávěrky tohoto čísla jsme obdrželi krásné příspěvky a fotografie z konaných akcí a my je velmi rádi uveřejňujeme.

**Dovolte, abychom vám popřáli pevné zdraví a spoustu sil a dobrých nápadů do vaší tolik potřebné činnosti.**

### PODZIMNÍ REKONDICE V JINDŘICHOVĚ HRADCI

Na podzimní rekondice jsme se vydali do jižních Čech, do kraje potoků, řek, rybníků a mokřadů, zkrátka do jezer a krajiny. Do oblasti, kde v minulosti vládli mocní Vítkovci – páni z Růže, kteří zde vystavěli skvostná města se skvostnými hrady a zámky. Naše první zastavení bylo na krásném renesančním náměstí v Telči. Po prohlídce jsme pokračovali do hotelu v samém srdci města Jindřichův Hradec – Zlatá Husa. Druhý den nás čekala prohlídka hradozámku v Žirovnici. Zde jsme obdivovali gotické nástěnné malby z 15. století, které nemají v Čechách obdoby a byly postupně odkrývány již od roku 1900. Neméně zajímavá byla expozice perleťářství v nedalekém starém pivovaru. Dověděli jsme se vše od nákupu



lastur z Ameriky a Asie až po ražbu knoflíků a tvorbu perleťových ozdob i užitkových věcí. Ve středu nás čekala Nová Cerekev s nově zrekonstruovanou synagogou a dvěma židovskými hřbitovy. Synagoga je opravdu krásná, vystavěná v nezvyklém orientálním asyrsko-babylonském stylu, a je zařazena do tzv. 10 židovských hvězd neboli 10 staveb, které si svou mimořádností zasloužili opravu a znovuoživení. Cestou z N. Cerekve jsme se zastavili v parku zámku Kamenice nad Lipou, abychom si prohlédli až 900 let starou lípu. I když má úctyhodný věk

a je podepřena množstvím podpěr, přesto se jí daří a je obdivována a fotena ze všech stran. Deštivý čtvrtek jsme zasvětili prohlídce Jindřichova Hradce, a to hlavně hradu a zámku, jenž se tyčí na ostrohu nad řekou Nežárkou. Prohlídka zámku nebyla možná z důvodu natáčení, ale hrad a působivé vyprávění mladého průvodce stály za to. Dozvěděli jsme se o počátcích města i o rodu pánů z Růže a obdivovali jsme fresky v komnatách i černou kuchyni pro fraucimor. Celý pátek patřil Třeboni, v pivovaru se sice nevařilo, ale i tak nám na závěr





exkurze chutnalo kvasnicové pivo Regent, které jsme degustovali v bývalé zbrojnici. A což teprve kapří hranolky! Odpoledne jsme došli kolem rybníku Svět až ke Schwarzenberské hrobce, kde nám průvodkyně předvedla

hru světla a stínů, a v podzemí jsme si prošli kolem mnoha rakví s ostatky členů tohoto významného rodu. O sobotním dopoledni jsme jeli k romantické zřícenině hradu Landštejn a odpoledne bylo ještě co procházet

ve městě kolem řeky Nežárky nebo Hamerského potoka či kolem rybníka Vajgar. Někdo se vydal k nedaleké rozhledně na Rýdlově kopci nebo si prohlédl nespočet hradeckých kostelů. I úzkokolejka jezdila, i když ne na parní pohon a jen párkrát za den. Ve dvou večerech jsme soutěžili v házení kroužků a míčků na cíl, moc to nešlo, přesto bylo veselo. Druhý večer byl večírek s kostýmy ve stylu vodních živilů, a tak se mnozí převlékli za rozšafné vodníky, elegantní vodnice s kloboučky, rybáře, vodní víly nebo čarodějnice v parukách všech barev a objevil se tam i rybí potěr. A tancovalo se a pilo dobré pivo, víno i jiné. Mladí z vedlejšího sálu se přišli podívat, jak se senioři baví. Jedno odpoledne proběhla také výměna názorů, rad i zkušeností s pomůckami stomiků a jistě takovéto osvědčené věci jsou k nezaplacení.

*Klub stomiků Brno  
Ing. Eva Bekeniová*

## 28. REKONDIČNÍ POBYT SLEZSKÉHO KLUBU STOMIKŮ OSTRAVA

Každoročně bývá naší největší akcí pětidenní rekondiční pobyt, který jsme bohužel kvůli pandemii nemohli v loňském roce uskutečnit. Ale díky úžasným organizačním schopnostem místopředsedy klubu Ing. Oldřicha Rohana a vstřícnému přístupu ze strany hotelu Harmonie v Luhačovicích se ho podařilo při zachování veškerých loňských dohodnutých podmínek přesunout na letošní rok. Tak mohlo 62 spokojených stomiků a jejich rodinných příslušníků strávit ve dnech 3.–7. října 2021 slunečné podzimní dny v těchto krásných moravských lázních. Kromě členů našeho klubu se pobytu zúčastnili i stomici ze spolků Opava, Nový Jičín a Přerov. Po dlouhých letech se našich rekondic nezúčastnili kvůli zhoršené covidové situaci naši přátelé ze Slovenska a za Poláky přijel alespoň jeden – předseda POL-ILKO Andrzej Piwowarski. Škoda, protože to byl velmi pěkný pobyt. Také jsme zde oslavili 30 let od založení Slezského klubu stomiků Ostrava. Této události spojujeme s oslavou Světového dne stomiků



jsme věnovali hned první večer. Jak známe historii vzniku klubů a spolků stomiků v ČR, co víme o českém ILCO a Světovém dni stomiků, o tom jsme se mohli přesvědčit v zábavném soutěžním kvízu, ve kterém soutěžili zástupci všech zúčastněných spolků, a myslím, že to bylo moc fajn. Nechyběl ani dort s malým ohňostrojem a bylo to pěkné zahájení pobytu. Další dny jsme vždy dopoledne měli přednášky a prezentace firem se stomickými pomůckami,

rehabilitační procedury a odpoledne jsme pak využívali slunečného počasí a poznávali krásy Luhačovic. Hotel Harmonie stojí kousek od pěkné přehrady, v nedalekých Pozlovicích jsme navštívili vzácný kostel sv. Martina ze 17. století a samozřejmě jsme se museli projít městskou kolonádou, občerstvit se některým ze zdejších minerálních pramenů a ochutnat lázeňské oplatky. Středeční odpoledne jsme věnovali sportovní soutěži a zahráli jsme si



zajímavou (a napínavou) hru Cornhole. Nezapomněli jsme ani na kulturu. Pondělní večer patřil tanci a ten úterní folklóru. Přijela mezi nás cimbálová muzika Vincůch z Valašských Klobouk. Největší úspěch sklídilo vystoupení Souboru písní a tanců VSKS Ostrava – což byli členové Výboru Slezského klubu stomiků. Ti se nastrojili do svérázných krojů a za doprovodu Vincůchu zatančili. Předseda klubu doc. Pavel Kreml krásně zazpíval moravskou lidovou píseň. Pak už jsme zpívali a tančili všichni a podařilo se nám zapomenout na své běžné starosti a zdravotní problémy. A to je pro nás zdravotně hendikepované moc důležité. Všem, kteří k tomu přispěli, moc děkujeme a těšíme se na další setkání.

*Alena Nečasová  
jednatelka Slezského klubu stomiků*



## ONKO KLUB SLUNEČNICE OLMOUC OD LEDNA DO ZÁŘÍ 2021



Shromažďování a volnočasové akce byly v celé zemi z důvodu covidu od loňského podzimu téměř do poloviny letošního roku zastaveny resp. později omezeny. Činnost musel přerušit i náš Onko Klub Slunečnice Olomouc. Pro naše členky to nebyla příjemná situace. Chybělo nám divadlo, koncerty, pohyb, vzdělávací a sociální aktivity vůbec.

Naše předsedkyně Zdena přišla s nápadem krátkých setkání a navrhla Smetanovy sady. A tak jsme se od března do května ve skupinkách po dvou až třech člencích procházely parkem. Povídal si o tom, jak situaci zvládneme, co nám chybí, či co nám pomáhá.

Činnost v našem klubu se plně obnovila až po prázdninách. Letní měsíce tradičně využíváme k pobytu na chatách, k dovoleným, věnujeme se rodině a především dětem.

Zmíním se o několika akcích jiných subjektů. V červnu se čtyři naše členky zúčastnily čtrnáctidenního léčebného pobytu v Lázních Toušeň, organizovaného Ligou proti rakovině. Byly nadmíru spokojeny s kvalitou procedur i přístupem lékařů, rehabilitačních i dalších pracovníků. Volný čas a krásné počasí využily ke kratším či delším procházkám kolem Labe, navštívily nedaleké Čelákovice, Brandýs nad Labem – Starou Boleslav, Kárané, ale i Mělník, Kokořín, Prahu, Průhonice, Přerov nad Labem.

Nejsme jen pacientský spolek, ale i klub pro seniory. Zapojujeme se pravidelně do akcí olomouckého magistrátu. V červenci nám udělala radost pětice našich děvčat, bojovala úspěšně v bowlingovém turnaji pro seniory. Mezi sedmnácti družstvy skončila na druhém místě a v jednotlivcích naše Milada zvítězila. V srpnu jsme v Galerii města Olomouce na vernisáži, případně později zhlédly výstavu akademického malíře Aljo Berana, v září fotografa Roberta Vano.

Prvními letošními akcemi byla dvě setkání na chatě naší kamarádky a členky Milušky v Tověři v červenci a o prvním zářijovém pondělí. Na kouzelnou chatičku s pěkným posezením a zahradou na samém vrcholu kopce nad vsí jezdíme již řadu let. Při bohatém občerstvení, na kterém jsme se podílely všechny, jsme si měly co povídat. Nechybělo ani opékání buřtů, které pro nás připravila Miluška s manželem. Počasí přálo a jen nerady jsme se vracely do Olomouce.

Dne 13. září proběhla po roce členská schůze našeho Onko Klubu, na které jsme si mj. připomněly aktivity, které se za ten rok uskutečnily, seznámily se s plánem akcí do prosince. Dostaly jsme za úkol navrhnout jeho doplnění o další činnosti.

Vyvrcholením dosavadní letošní činnosti byly bezesporu rekondiční pobyt a zapojení se do 25. ročníku celonárodní sbírky Ligy proti rakovině.

Účastí na sbírce byl věnován samostatný text.

Na týdenní rekondici v září vyjelo 32 našich členek do malebných lázní Karlova Studánka, místa obklopeného horskou přírodou Hrubého Jeseníku a pyšnicího se nejčistším ovzduším ve střední Evropě. Ubytování bylo zajištěno v hotelu Džbán, který si zakládá na své starozitnosti. Vždyť objekt byl postaven již v roce 1820.

Součástí pobytu byla bohatá nabídka relaxačních služeb hotelu. V Thermal parku jsme využívaly tři velké koupací sudy s vířivkou, napuštěné z léčebného pramene Maxmilián, saunu, menší bazén. V něm naše cvičitelka Hanka vedla denně půlhodinovou lekci aqua aerobiku. Některé z nás si připlatily na pivní lázně, horské bylinné lázně, masáže.

Téměř denně jsme se vydávaly na více i méně náročnější túry do okolí Karlovy Studánky, do pro nás nejkrásnějších hor Jeseníků. Autobusem kyvadlové dopravy jsme vyjžděly na Ovčárnu. Od ní šly dle své fyzické kondice buď na Pradě, či na Barborku, Švýcárnu, Kurzovní chatu nebo přes Petrovy kameny až na 6 km vzdálenou Jelení studánku. Zpět pěšky kolem vodopádů Bílé Opavy nebo bussem. Jindy jsme zamířily do Ludvíkova, na Andělskou horu. V Karlově Studánce jsme si prohlédly výstavu minerálů a hornin, které se v okolí vyskytují, popíjely vodu z minerálních pramenů,



seznámily se s historií i současností lázní i obce. V našem hotelu jsme nechyběly na večeru s muzikou k tanci i poslechu. Týden v Karlově Studánce uběhl jako voda. Domů jsme se vracely odpočaté a s dobrou náladou. A na závěr. Naše poděkování patří

Olomouckému kraji, který na pobyt přispěl prostřednictvím dotace. V témže měsíci byly zahájeny tělovýchovné aktivity, úterní jóga v Centru pohybu v Sokolské ulici, cvičení a plavání v akvaparku, cvičení v TJ Sokol Olomouc – Nové Sady.

A září bylo za námi. Snad koronavirus znovu neomezí naši činnost a aktivity plánované do konce roku se uskuteční.

Věra Kratochvílová  
Onko klub Slunečnice Olomouc



## ONKO KLUB ROKYCANY

### ONKO Rokycany smutní

Vždy, když odejde navždy někdo z rodiny či blízkých přátel, je to smutné a bolestné.

Z naší onkové rodiny odešla 13. 10. 2021 paní Milena Hrabáková ve věku 88 let.

Někdo řekne, je to požehnaný věk, ale u naší Mileny byl věk jen číslo. Činorodá, velmi vzdělaná, tolerantní dáma, ještě v září prodávala kytičky. Byla to úžasně vitální žena.

Ráda fotila, a proto byla také onkovou fotografkou. Nechyběl jí humor a pochopení měla pro každého a pro všechno.

Ani koncentrák ji jako malou holku nezlomil, nezlomila ji ani rakovina, ani covid.

Její svíčka dohořela velmi náhle, stále na ni budeme vzpomínat jako na vzácného člověka.

*Onkovky z Rokycan*





## POZVÁNKY NA AKCE

Srdečně vás zveme na nejbližší akce Ligy:

### Symposium ke Světovému dni proti rakovině:

Termín: bude upřesněn  
Místo konání: Lékařský dům ČLS J. E. P.  
Téma: Nádory čípku a hrdla děložního a nádory varlat

### Výroční členská schůze LPR Praha

Termín: bude upřesněn  
Místo konání: Lékařský dům ČLS J. E. P.

### Český den proti rakovině: 11. května 2022

Téma: Nádory čípku a hrdla děložního a nádory varlat  
Barva stužky: modrofialová



Veselé Vánoce  
a šťastný nový rok  
Merry Christmas  
and Happy New Year



LIGA PROTI RAKOVINĚ PRAHA  
Na Truhlářce 100/60 • 180 81 Praha 8

Detailní informace o plánovaných akcích získáte na telefonním čísle **224 919 732**  
nebo napište na e-mail: **birkova@lpr.cz**

Toto vydání Zpravodaje vyšlo za podpory Ministerstva zdravotnictví České republiky.



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ  
ČESKÉ REPUBLIKY

**INFORMACE: V tomto čísle Zpravodaje je vložena složenko pro úhradu členského poplatku na rok 2022. Jeho výše se nemění. Děkujeme vám za včasnou platbu.**

## ceník celoplošné inzerce Informační zpravodaj Ligy proti rakovině Praha z.s.

formát		rozměr na zrcadlo	čistý formát po ořezu	ceník
1/1			210 x 297 mm	6.000 Kč
1/2	výška	88 x 267 mm	103 x 297 mm	3.500 Kč
1/2	šířka	180 x 130 mm	210 x 146 mm	3.500 Kč
1/3	výška	57 x 267 mm	72 x 297 mm	2.500 Kč
1/4	šířka	180 x 65 mm	210 x 72 mm	1.800 Kč

Technické podmínky: tel.: 233 091 454, e-mail: petrus@allin.cz • Inzerce přijímá: e-mail: lpr@lpr.cz, houzvicka@allin.cz

## Závěrem několik praktických informací

Liga proti rakovině Praha z.s.  
Ústav radiační onkologie  
Na Truhlářce 100/60  
180 81 Praha 8  
Kancelář – tel.: 224 919 732  
www.lpr.cz, e-mail: lpr@lpr.cz

Nádorová telefonní linka – tel.: 224 920 935  
Lékaři denně: 9–16 hod., záznamník nepřetržitě  
č. účtu LPR Praha: ČSOB 8888 88 8888/0300

Veškeré publikace, které LPR vydává jak pro preventivní, tak i následnou péči, obdržíte zdarma na výše uvedené adrese nebo prostřednictvím Nádorové telefonní linky. Současně nabízíme pro onkologická sdružení možnost zapůjčení kazet z videotéky.

Vydávání Informačního zpravodaje povoleno MK ČR: E 11079.



Zpravodaj je bezplatně zasílán všem členům Ligy proti rakovině Praha z.s.

Roční členský příspěvek 100 Kč pro důchodce a studenty, 200 Kč pro občany výdělečně činné a právnické osoby.

Zpravodaj k tisku připravily: Ing. Iveta Kuchařová, Iva Kurcová, DiS. • Grafická úprava: ALL IN AGENCY • Vydává: Liga proti rakovině Praha z.s.