



Člen UICC a ECL

Liga proti rakovině



Informační zpravodaj ▲ Ročník 22 ▲ Červen 2011 ▲ Číslo 2

Vážení přátelé,

dovolte mi, abych současně s pozdravem vyslovila onu známou Vančurovu větu: „Léto budiž pochváleno.“ Však jsme se na ně letos načekali a zimy si užili až až.

Přichází doba prázdninových dovolených, dětských táborů, skautských dobrodružství a s nimi obrovské množství zážitků, radosti, překvapení, ale možná někdy i trochu nepohody nebo rozčarování či zklamání.

Ale takový je život. Konečně, až zaalistujete Zpravodajem, kde jste mnozí dostali slovo, uvidíte sami, jak je svět rozmanitý, někdy přející, jindy naopak skoupý. Ale představme si, že by ty různosti neexistovaly, jak by byl život šedivý a jednotvárný.

Proto vám všem chci popřát, abyste to letošní léto mohli pochválit. Ale jaké skutečně bude, to záleží především na vás.

Dva měsíce jsou dlouhá doba a dá se v ní mnoho udělat, dokázat. Především bych vám přála, abyste našli ztracené cestičky k domovu, k rodinám, k dětem a vnoučatům a aby nikdo nezůstal dlouho sám. Samota uprostřed přírody a toulky lesem jsou krásné, když mohou být vystřídány potěšením ze setkávání s milými přáteli, kamarády, na něž během roku nezbyl čas.

Do svého prázdninového uzlíčku také nezapomeňte přibalit knížky. Úmyslně říkám knížky, protože by tam měly být ty, které sami rádi otevíráte a které dovedou být zdrojem radosti a potěšení, ale také by tam neměly chybět knížky, které vyplní čas vašich vnoučků, jimiž i jim otevíráte cestu do zářného světa představ a snů. Možná by bylo dobré přibalit i zpěvníček nebo básničky, které zejména těm nejmenším mohou přiblížit nejen dobu vašeho mládí, ale i představivost a také hrdost ve chvíli, kdy dovedou



písníčku či říkanku předvést mamce a tatčovi.

Přemýšlela jsem, jak vám popřát ty nejkrásnější nezapomenutelné dny. Vzala jsem si na pomoc básníka z nejmilejších, Františka Hrubína. Ať vás jeho krátké zamyšlení provází celým létem:

„Není člověka, na němž by nebylo něco vzácného, pro co ho musíme mít rádi, není věci, na níž by nebylo něco zvláštního, pro co se jí nepřestaneme znovu a znovu podívat, není události, není drobné příhody, v níž jako v jádru by nebyl ukryt bohatý strom.

Přejdeme-li bez zamyšlení netečně ko-

lem člověka, přehlédneme-li zdánlivě všední věc, neprožijeme-li s upřímností okamžik, který nám zdánlivě nic nedává, budme si jisti, že jsme právě něco ztratili.

A stane-li se nám nezáměr, netečnost a necitelnost zvykem, ztrácíme celý život. Poezie nás učí, jak žít, abychom ze života neztratili ani drobeček.“

Děkuji všem, kteří přispěli do tohoto čísla Zpravodaje, a přeji vám, abyste během léta nabrali nejen to fyzické, ale i to duchovní bohatství.

Eva Křížová

AD MULTOS ANNOS

Předposlední květnový den se dožil prof. MUDr. Zdeněk Dienstbier, DrSc., krásných 85. narozenin.

Připomeňme si v tuto chvíli, že bez něho by nebyla ani česká, ani slovenská větev Ligy proti rakovině. Nebyla by účast v mezinárodních onkologických společnostech UICC a ECL. Ne-

tu Fyzikálního ústavu, který se později změnil na Ústav biofyziky a nukleární medicíny. Výzkumně se věnoval studiu biologického účinku záření a rozvoji využití umělých radiofarmak se zaměřením na nádorovou diagnostiku.

Je odborným lékařem vnitřního lékařství a nukleární medicíny. V roce 1964



jaderné války a získal během svého života mnohá čestná členství domácích i zahraničních univerzit.

V roce 1990 stál u zrodu občanského sdružení Liga proti rakovině Praha a od počátku až do roku 2010 byl jeho předsedou. V penzijním věku pečoval o skupinu nádorově nemocných, které dříve léčil, a plně se zaměřil na výchovu zdravých spoluobčanů k péči o sebe samé a na podporu kvality života těch, kteří onemocněli rakovinou. Po ukončení aktivní činnosti v Lize se stal čestným předsedou Ligy proti rakovině Praha a v této funkci dále spolupracuje a podílí se na ligových aktivitách.

★

Jubilantovi jsme měli příležitost stisknout ruku a popřát zdraví do dalších let na Děkovném večeru v Žižkovském divadle Jára Cimrmana.

Na podiu byli gratulanty Zdeněk Svěrák a jeho divadelní kolegové a za Ligu proti rakovině Praha s květinami a číší šampaňského popřála vše dobré předsedkyně MUDr. Michaela Fridrichová.

V kuloárech pak bylo těch rukou podání nespočet, stejně jako upřímných přání dalších let ve zdraví a dobré pohodě.



byla by celonárodní sbírka ozdobená žlutým kvítkem měsíčku lékařského, nebyly by preventivní akce ani lidské a mediální povědomí o prevenci a životě onkologických pacientů.

Bez tohoto významného vědce světového formátu by nebyl v české medicíně jeden z moderních medicínských oborů.

Přeji mu nejen zdraví a pohodu, ale také neustávající smysl pro humor a laskavost při posuzování všech snah jeho následovníků v Lize proti rakovině Praha.

*MUDr. Michaela Fridrichová
předsedkyně*

CURRICULUM VITAE

Profesor MUDr. Zdeněk Dienstbier, DrSc., se narodil 30. května 1926 v Chrudimí. Odtud se s rodiči přestěhoval na čas do Plzně a pak do Prahy. V roce 1950 promoval na lékařské fakultě Univerzity Karlovy. Pracoval na I. Interní klinice Všeobecné fakultní nemocnice a v roce 1957 byl jmenován přednos-

získal hodnost doktora lékařských věd. Publikoval stovky odborných článků v domácích i zahraničních časopisech, sepsal 14 učebnic a 10 populárně vědeckých knih a několik vzpomínkových knih.

Působil ve vědecké radě ministerstva zdravotnictví jako hlavní odborník pro nukleární medicínu a byl zástupcem Československa pro onkologický výzkum RVHP. Působil aktivně v Mezinárodní organizaci lékařů za odvrácení



Gratulujeme...

Prof. MUDr. Zdeněk Dienstbier obdržel za svoji knihu „Hirošima a zrod atomového věku“ Cenu Miroslava Ivanova, kterou mu udělil Klub autorů literatury faktu a Město Josefov – Jaroměř. Cena byla udělena v kategorii produkce literatury faktu za poslední tři roky.

ČESKÝ DEN PROTI RAKOVINĚ



Druhá květnová středa už tradičně patří žlutému kvítku měsíčku lékařského. Této události předcházela o dva dny dříve tisková konference, která se tentokrát uskutečnila v hale České pošty v Jindřišské ulici v Praze. Česká pošta,

s.p. se stala generálním partnerem této naší největší každoroční události.

Na tiskové konferenci předsedkyně Ligy MUDr. M. Fridrichová ve svém vystoupení zdůraznila význam a smysl celé akce, která je především preventivní akcí, neboť každý, kdo si zakoupí kytičku, obdrží i leták s podrobnými údaji o možnostech aktivní prevence rakoviny.

V letošním roce se Liga zaměřuje na zásady Evropského kodexu proti rakovině, který shrnuje zásady prevence onkologických onemocnění a klade důraz na zdravý životní styl, nekouření, pravidelný pohyb, ale i využívání pravidelných screeningových programů, které jsou pro občany připraveny a jsou hrazeny pojišťovkami. Jde především o mamografický screening pro ženy od 45 let, stanovení PSA mužům nad 50 let, vyšetření stolice na okultní krvácení, pravidelné každoroční gynekologické prohlídky a prohlídky u praktického lékaře. K prevenci dnes patří i možnost očkování dívek vakcínou jako prevence karcinomu děložního čípku.

Zástupce agentury Petr Hora-Hořejš pak informoval přítomné novináře o tom, že kvítek měsíčku lékařského bude nabízen ve všech 14 krajích, ve všech 77 okresech, a že 11 tisíc dobrovolníků

bude 800 tisíc kvítků a letáčků nabízet v 750 městech a obcích celé České republiky. Do akce se dobrovolně přihlásilo 760 subjektů: patientské kluby – naši kolektivní členové, základní a střední školy, sdružení hasičů, oddíly Skautu, Pionýra, Český svaz žen, Český červený kříž, knihkupectví Kanzelsberger a další organizace a jednotlivci. Praha bude občanům hlavního města, ale i návštěvníkům města kytičky nabízet ve svém žlutém stanu na Václavském náměstí, kde bude během celého dne program, rozhovory, pěvecká vystoupení, ale i možnost konzultovat své problémy s odborníky na onkologickou a dermatologickou problematiku. V závěru tiskové konference vystoupil zakladatel a dlouholetý předseda Ligy prof. MUDr. Zdeněk Dienstbier, DrSc., a představil svou novou knihu „Dvacet let s Ligou proti rakovině Praha“, v níž zachytil dvě dekády svého života spojené s budováním a životem této neziskové organizace.

STŘEDA 11. KVĚTNA – DEN ŽLUTÉHO KVÍTKU

V celé republice hned ráno uvítalo tento den slunko a modrá obloha, slibující pěkné počasí, a teplo po celý den. A tak se vydejte s námi po celé republice, tak jak tento den zaznamenali naši kolektivní členové, ale i další občané v městech, městečkách i na venkově.



PRAHA

Ve „štábu“ 15. ročníku květinové sbírky

Zatímco naše mírumilovná armáda ve žlutých uniformách a s kytičkami v rukou „dobývala“ po celé republice město za městem, obec za obcí, pražský „polní štáb“ sbírky se už po třetí za sebou rozložil doslova v centru metropole, na dolním konci Václavského náměstí. Náš rozlehlý žlutý stan (Liga jej jinak používá pro instalace puťovní výstavy „Každý svého zdraví strůjcem“) se ze tří stran otevřel pro veřejnost a od rána až do večera bylo v „polním ležení“ na Můstku opravdu rušno – mohli bychom tvrdit, že i přívětivo, pomíneme-li odpolední hodiny, kdy sluncem prohřátý vzduch vnesl do stanu další „přidanou hodnotu“. Mohli jsme tak návštěvníkům nabídnout i bonus parních lázní. Avšak nečtěte to jako stížnost, vždyť i my jsme byli moc rádi, že letošní 15. ročník Českého dne proti





ko dobrovolníci, oslovující kolemjdoucí Na Příkopě, na Národní třídě i v prostoru spodní části Václavského náměstí. Současně se ve dvou skromných, improvizovaných „místnůstkách“ konaly konzultace a ambulantní vyšetření. Jak před onkologickou, tak i před dermatologickou poradnou stály po většinu dne fronty. Dermatoložky z FN Bulovka MUDr. Vojáčková a MUDr. Slavíková, stejně jako lékařky z Nádorové telefonní linky Ligy proti rakovině Praha MUDr. Aschermannová, MUDr. Pradáčová, MUDr. Černá a předsedkyně Ligy MUDr. Fridrichová ochotně posloužily všem zájemcům, ať šlo o radu, vyšetření kůže či pohovor týkající se onko-

rakovině (Květinového dne) měl – jako obvykle – štěstí na počasí. Alespoň stručně o tom, co se ve stanu a na náměstí kolem dělo...

Dopoledne jsme museli zachovávat relativní klid. S mimořádným pochopením pracovníků Radiožurnálu (*děkujeme!*) se podařilo uskutečnit tříhodinové živé vysílání přímo „z rádia Můstek“. O půl desáté hovořila moderátorka Lucie Výborná s čestným předsedou Ligy Prof. MUDr. Zdeňkem Dienstbierem, DrSc., po desáté hodině šel ze žlutého stanu do éteru rozhovor s několikanásobným mistrem republiky v badmintonu Petrem Koukalem. Ten přišel nejen podpořit sbírku, ale také s pozoruhodnou otevřeností mimo jiné vyprávěl, jak se úspěšně nedávno popral s vážným onkologickým onemocněním a s jakým optimismem opět míří za sportovními úspěchy. Pozornosti moderátorky nešla ani členka výboru Ligy MUDr. Alexandra Aschermannová, a dokonce ani někteří dobrovolníci.



Musíme vyzdvihnout, že spolupráce s Radiožurnálem byla letos vskutku vynikající, vždyť už v ranním bloku moderátor Jan Pokorný každou chvíli zařazoval informace o naší sbírce, neváhal ani zatelefonovat do ordinace současné předsedkyně Ligy MUDr. Michaela Fridrichové. Ba co víc: hned, jak opustil studio, přispěchal za námi na Můstek, aby pak dlouho procházel s platem žlutých kvítků po náměstí a s úspěchem prodával. Zdaleka nebyl sám. V průběhu dne se u prodeje kytiček stejně ochotně a s úsměvem vystřídala řada známých tváří: moderátorky Lucie Výborná a Marie Retková, již zmíněný badmintonista Petr Koukal, mladičké herečky z televizního seriálu Ulice Patricie Solářiková, Kristýna Podzimková a Šárka Ullrichová.

Od rána bylo ve stanu a široko daleko kolem živo. Měl-li někdo ze štábu volnou chvíli, nabízel kytičky, stejně ja-

logických onemocnění nebo jejich prevence.

Návštěvníci stanu si dále mohli vybrat z široké nabídky informativních a preventivních tisků, které Liga vydává, a prohlédnout si malou panelovou expozici k 20. výročí činnosti Ligy.

Odpoledne až do „zavírací hodiny“ se na pódiu odehrával bohatý doprovodný program. Nabídlí jsme Pražanům a zvědavým turistům postupně osm hudebních zážitků. Na scéně se vystřídalo několik malých pěveckých souborů – dívčí trio s příznačným názvem Triobab, „a capella“ zpívající vokální sdružení Vysoké školy ekonomické Všeňlíjak nebo sopranistka Debora Truhlářová s doprovodem. Ohromnou pozornost vzbudili a dobrou náladu posílili i sólisté – brněnský písničkář Monty, temperamentní a spontánní Vladimír Hron, který s živelností sobě vlastní nejen zpíval, ale po každé písni kolem-



jdoucí vyzýval ke koupi kytiček. Sbíрку přišla podpořit a zazpívat také stále usměvavá a přívětivá Pavlína Filipovská. Do poslední chvíle tajeným překvapením doprovodného programu a jedním z jeho vrcholů – zvláště pro teenagery – se stalo vystoupení nové star populární hudby, textaře, skladatele a hrajícího zpěváka Xindla X alias Ondřeje Ládky.

Občas to kvůli překročeným decibelům vypadalo na pokutu, strážci pořádku několikrát zahrozili, ale vědomí, že se tu hraje a zpívá ve prospěch užitečné a důležité věci, uniformované karatele obměkčilo a nakonec odcházeli s kytičkou na klopě. Jedno služební auto si dokonce přijelo pro žluté kvítky až k našemu stanu.

Byl to hezký, vydařený, úsměvný a smysluplný den.

Dokonce i všichni vystupující nám dali najevo – a děkujeme za to – že příště ochotně pomohou znovu.

Takže za rok na shledanou!

*Petr Hora-Hořejš
ARCADIA a Via Facti Praha*

BRNO

Sluníčko nám svítilo a nám se to líbilo! Obloha bez jediného mráčku a my z brněnského Klubu stomiků jsme směle vyrazili do ulic a začali nabízet kytičky tentokrát s fialovou stužkou. První parta studentů všechny prodala už v 9.15, ostatní skupinky mně postupně předá-



valy vaky a plnou moc. Protože jsem se pohybovala ve městě a na práci v kanceláři jsem tento den neměla ani pomyslení, ujala jsem se prodávání zbylých kvítků, které mně prodejci vrátili, nebo místo těch, kteří ze zdravotních důvodů se prodeje nemohli účastnit. Když jsem prodala poslední kusy ze 72 kytiček, nastal o ně největší zájem. Bohužel už jsem nemohla udělat dalším zájemcům radost. K večeru jsem zašla s prvními vaky na poštu a tam mi volala jedna kolegyně, že už nic neprodá a že na sluníčku už déle nevydrží. Pozvala jsem ji do města k poště, že tady určitě bude zájem. A také ano, během hodiny jsme prodaly všechny zbylé kytičky a zase – když jsme měly prázdné ruce, prosili další zájemci o kytičku. Nic už jsme neměli, takže naše vítězná mise v ulicích Brna skončila. Byl to pěkný den a budeme na něj ještě dlouho vzpomínat.

Ještě pár postřehů z celého dne. Kytičky kupují převážně mladé a starší ženy, protože to jsou asi strážci zdraví v rodinách. Menší zájem měly letos maminky s kočárky, asi počítají s každou korunou. Lidé si zřejmě už na kytičky zvykli a mají o ně zájem. Mnohokrát jsme slyšeli, že této akci věří a fandí jí. Často se rozprávěli o svých trápeních nebo o potížích svých blízkých. Dobré bylo vysílání v Českém rozhlasu, „popohnalo“ lidi do ulic, kde si kytičku koupili.

Ale potkali jsme i paní, která měla plná ústa hrubých výrazů, a ačkoli chodí na chemoterapii, cigareta v ruce jí nechyběla. Vyšla do ulic s kytičkou, ale s jinou barvou stužky, a když ji na to kolegyně upozornila, že letos je stužka jiné barvy, byla agresivní a její hrubá slova neznala mezí. Otrávil nás i ko-

legyni celý den. Také skupina turistek důchodkyň měla plnou pusku negativních názorů. Dostali jsme doporučení, abychom kytičky prodávali ministrům, a ne žebrákům. Zajímavá byla i reakce většiny mužů. Jsou neteční a dělají, že neslyší.

Ale celý den jsme zvládli a máme radost z dobře vykonané práce, a tak dopřejme i těm nespokojeným hodně zdraví, aby se s touto nemocí nemuseli v životě potkat.

*Jana Strnadová
Klub stomiků Brno o.s.*

ROKYCANY

Jako každým rokem i letos jsme si kytičky prodávaly samy. Má to několik důvodů a jedním z nich je, že samy sebe reprezentujeme na veřejnosti, a propagujeme tak náš klub.

A jaký byl ten letošní den? Prodaly jsme všech 2.500 kytiček, které jsme si objednaly, i to, co jsme dostaly navíc. Možná, že se to bude některým klubům zdát málo, ale nás je pouze 15 a ne všechny mohly ze zdravotních důvodů pomáhat. A navíc máme i členky ve věku nad 70 roků.

Musím však pochválit a vyzdvihnout jednu naši vážně nemocnou členku, které je už 75 let, a přesto prodávala kytičky od 8 až do 13 hodin. Je to Anička Radová a hluboce před ní všechny smekáme.

Letos nálada mezi lidmi nebyla moc dobrá, pro stálé zdražování a různé škrty situaci nehodnotili zrovna kladně. Projevilo se to nejen na výši příspěvku za kytičku, ale vyslechly jsme i nelichotivá slova. My to bohužel změnit neumíme, ale to nás neodradí od prodeje v dalších letech.

Počasí nám tentokrát opravdu přálo, bylo super, nohy nás přestanou druhý den bolet, a díky za přípravu organizaci ARCADIA, ta neměla vadu. Moc děkujeme a těšíme se na příští rok.

A jedna kuriozita závěrem. Jeden pán po mně chtěl za kytičku vystavit účtenku s razítkem na 20 Kč. Argumenty o povolení sbírky vůbec nebral v úvahu.

Anička Šimová
ZO ONKO Rokycany



LIBEREC

Tak jako v minulých letech i letos jsme se připojili k celonárodní sbírce se zaměřením na prevenci a využití preventivních programů. V našem městě a okolí se prodalo celkem 16.500 kvítků, což je o něco více než vloni. Vtipný letáček se občanům líbil. Výsledky sbírky zatím neznáme, ale všimli jsme si, že příspěvky do pokladen byly málokdy vyšší než 20 korun.

K celé akci přispěl Český rozhlas 2, ale informace byly v novinách i časopisech. Náš „Liberecký deník“ přinesl den předem pěkný a vtipný článek „Věnuj tělu trochu péče, ať ti zdraví neuteče“. Také regionální televizní vysílání propagovalo Český deník proti rakovině.

Oslovili jsme 16 škol, jedna se z organizačních důvodů omluvila. Tentokrát se účastnily i školy v menších obcích, jako je Český Dub nebo Raspenava. Naše členky zajistily distribuci všech materiálů jak do škol, tak i ze škol na Českou poštu.

Ve středu kytičky prodávali nejen studenti, ale i naše členky. V tomto roce bylo více vrácených květin, ale našli se studenti, kteří byli ochotni prodat kytičky vrácené jejich spolužáky.

S organizací celé akce jsme byly velmi spokojeny. Chtěly bychom poděkovat všem, kteří se na ní podíleli, především

agentuře ARCADIA Praha, České pošty v Liberci, kde vedoucí i manažer byli velmi vstřícní, náš dík patří i všem zúčastněným školám a našim členkám a dobrovolníkům.

Občané sbírku hodnotili kladně, ale vyskytly se i nevhodné poznámky. Přínosem je, že při sbírce pomáhá mládež, a tak se jí dostane do podvědomí důležitost prevence nádorových onemocnění.

Marie Plischková
Arcus SOP Liberec

OPAVA

Ústředním tématem letošního roku je aktivní prevence rakoviny. Každý, kdo si zakoupil žlutý kvítek, tentokrát s fialovou stužkou, obdržel i leták s informacemi o možnostech využívání preven-



tivních a screeningových programů, které hradí pojišťovny. Hlavním cílem bylo upozornit nejširší veřejnost, že včas odhalené onemocnění rakovinou má větší šanci na vyléčení než pozdní zjištění. Proto jsme s kytičkou a letáčkem každého upozorňovali na nutnou pravidelnost lékařských preventivních prohlídek.

Tak jako v minulých letech i letos nám pomáhali studenti středních škol a učitelé základních škol. Chceme poděkovat Zdravotnické škole, Církevní konzervatoři, Hotelové škole a Masarykově zemědělské škole. Ze základních škol patří velký dík Základní škole v Boleticích, ale i ostatní si zaslouží naše poděkování a uznání, zejména dnes, kdy pomoc nebývá samozřejmostí. Aktivit učitelů a studentů si opravdu velice vážíme.

Alice Čermáková
ONKO-ISIS Opava



PARDUBICE

Když přicházejí dotazníky ohledně Českého dne proti rakovině, vyplníme ho, odešleme... Kdepak bychom přemýšleli o tom, kdy vypukne den D.

Ale čas pádí tryskem.... Najednou je ohlášena zásilka osmi balíčků. Spěšně otevíráme, moc jsme zvědavé na stužky. Povedlo se – žlutý kvítek orámovaný výraznou fialovou! Náš obdiv patří také těm, kdo hledají vhodnou barvu stužky. Plejáda je to překrásná. Však mnozí říkají, jak jsou „onkologické“ kvítky s různými stužkami nádhernou dekorací.

Znovu si uvědomujeme, jak šťastné to bylo tehdy před patnácti léty rozhodnutí inspirovat se rozkvetlými jarními loukami a zařadit prodej květin na jarní období, období lásky. Lidská srdce jsou vnímavější a otevřenější!

Žluté kvítky měsíčku lékařského zkrášlí klopý dívek, žen, chlapců, mužů, ozdobí stříšky dětských kočárků, batohy studentů, dámské kabelky. A tato kvítka neuvadnou a pomohou.

Jenže času není nazbyt. Přestaneme se rozplývat a pouštíme se do práce. Připravit 50 vaků s náležitostmi – vyplnit plné moci, připevnit vizitky k vakům, nezapomenout na informační materiály, rozdělit víc než 8 tisíc kytiček, školy jsou připravené a naše dvojice také. Ale jsou připraveni meteorologové? Jsou jejich předpovědi věrohodné?

Ve středu 11. května sledujeme od rozbřesku oblohu: jasno bez mráčku a zůstane to po celý den.

První prodejci vyrážejí do ulic velmi časně. Žlutá trička se objevila na všech hlavních ulicích města. Už před devátou potkáváme u vchodu na Poštu 1 na třídě Míru první studentskou dvojici

s vakem. Studenti z „dráťárny“ naší SPŠE neskrývali překvapení, jak rychle se jim podařilo prodat 200 kytiček. Jejich škola si vzala 1.650 kvítků a prodali vše! Další dvojice z chemické průmyslovky, kterou jsme zpovídaly společně s redaktorkou Záleskou, byla také plná elánu. Dokud neprodají – neskončí! To naše „děvčata“ byla už k večeru, jak náleží, unavená. V taškách bylo po 400 kytičkách, většinou se podařilo kytičky prodat, ale stálo je to hodně sil. Prostě – věk hraje svou roli.

Pro příští rok máme dvě možnosti: buď zapojit do prodeje více členů, nebo omezit odběr kytiček. Uvidíme! Výsledek sbírky ještě neznáme, přesto jsme spokojeni a věříme, že se nám podařilo splnit letošní motto sbírky:

podpořit aktivní prevenci rakoviny.

Ivana Houdková – Sochorová
KON Pardubice



KLATOVY

Náš Svaz zdravotně postižených Šumava Klatovy se tradičně zapojil do Českého dne proti rakovině, aby podpořil projekt Ligy proti rakovině. Preventivní akce Ligy se účastnilo 7 našich základních organizací. Byly to organizace tělesně postižených a vnitřně postižených z Klatov, ze Strážova, Nýrska, Švihova, Plánice a Kolínce. Naši dobrovolníci ve slušivých žlutých tričkách byli všude dobře přijati. 1.020 květinok ozdobilo naše spoluobčany a mnohde se ani na všechny nedostalo. V Nýrsku byl prodej spojen s oslavou Dne matek a právě tam byl o žlutý kvítek velký zájem. Květinový den se u nás na Šumavě vydařil a věříme, že i příští rok budou naši členové aktivní a podpoří tuto celorepublikovou preventivní akci proti rakovině.

Vlasta Kučerová
místopředsedkyně SZP Šumava



OSTRAVA

Již 11 let se náš Slezský klub stomiků zapojuje do této velké akce Ligy. Pomáhají nám studenti ze SZŠ v Ostravě-Vítkovicích a z Gymnázia v Matiční ulici. Společně se členy našeho klubu, kteří jsou schopni a ochotni pomoci, se nám podařilo prodat 5.300 kytiček. Přálo i počasí, sluníčko přispělo k dobré náladě všech. Lidé tuto sbírku už dobře znají a mají k ní důvěru, proto s prodejem nebyly velké problémy. Velmi pomohla i propagace v tisku a televizi. Možná by stálo za uvážení rozšířit prodej na dva dny, protože pokud by se nepodařilo prodat kytičky v první den, tak díky propagaci moderátorů v televizi s připnutou žlutou květinou by se pak zřejmě dobře prodal i zbytek následující den.

I letos nám totiž studentky SZŠ vrátily hodně neprodaných kytiček, s čímž jsme nepočítali, a už nebyl dostatek času a lidí v ulicích, a tak jsme je museli vrátit. Na podobnou situaci se příště musíme lépe připravit, abychom nevraceli ani jednu květinu. Pomáháme tak nejen dobré věci a Lize, ale i sami sobě, když obdržíme 30 % z našeho zisku zpět do naší pokladny.

Děkujeme všem, kteří se o tuto akci starají, všem, kteří jdou s kytičkami mezi lidi, i všem, kteří si je kupují. I když přibývalo plno dalších sbírek a lidé řeší finanční problémy, tak jsou ochotni dát těch dvacet korun a často více, a tak si myslím, že to s tou naší morálkou není tak hrozné, jak často slyšíme v televizi. Osobně za mnou přišla jedna paní a řekla: „Mám u sebe jen 10 korun, kytičku nechci, ale ty peníze vám chci dát.“ Samozřejmě jsem jí tu kytičku podávala, ale nevezala si ji, že ji mám prodat někomu jinému, aby bylo víc peněz. Svým postojem zahanbila v mých očích mnohé kolemjdoucí v kravátách

s diplomatkami, kteří dělali, že nás nevidí. Ale přesto věřím, že sbírka dopadla stejně dobře a že získané peníze se dostanou tam, kde jsou potřeba. Za stomiky ze severní Moravy vás všechny zdravím.

Alena Nečasová
Slezský klub stomiků

ČESKÁ LÍPA

„Sluníčko svítilo, nám se to líbilo“ – tak bychom mohli charakterizovat letošní kytičkový den. Naše děvčata, posílená o jednoho muže, vycházela do ulic unavená, ale s chutí. Den předtím v úterý se u nás konal Den pro zdraví ve Zdravém městě Česká Lípa, jehož jsme byli spolupořadatelé. Měli jsme k dispozici tři stoly s materiály Ligy proti rakovině Praha a Státního zdravotního ústavu, vystaveny byly epitézy, podprsenky a samozřejmě i model poprsí na vyhledávání bulek. Pozvali jsme i zástupkyni firmy AMOENA s ukázkami náhrad, prádla a plavek, navíc nás i návštěvnice Mgr. Zelenková seznámila s novinkami. Pozvání přijala také dermatoložka MUDr. Pospíšilová, která v provizorní ambulanci vyšetřila hodně zájemců, naštěstí nebyl nalezen žádný melanom. Potěšilo nás, že jsme při hodnocení návštěvníků patřili mezi nejlepší.

Středa byla ve znamení žluté barvy. Některé naše členky se s kytičkami objevily už v 7 hodin tradičně v nemocnici. Dost pánů doktorů „nemělo“ u sebe peníze, ale pacienti už čekali. Nešlo jen o koupi kytičky, ale o popovídání si, o podělení se o problémy, a kytičky mizely. Ostatní děvčata puťovala měs-



tem. V poledne byla přestávka v klubu, chvíle odpočinku a posílnění a pak znovu do města.

A naše poznatky? Nejvíce kytiček žádají starší lidé, maminky s kočárky a po vyhraném hokeji měli o kytičku zájem i mladší muži. Našla se však paní, která kytičku ostře odmítla s tím, že jsme vzali práci lidem v Dolním Podluží a necháváme kytičky vyrobit v Číně. Negativních reakcí bylo jinak málo. Lidé se spíše svěřují s nádorovým onemocněním v rodině a jsou vděční, že je vyslechne někdo, kdo tuto situaci prožil.

Bohužel jsme tentokrát vraceli dost kytiček, ale to musíme vyřešit s agenturou, která obeslala s námi spolupracující školy nabídkou kytiček, a tak vznikl zmatek. Příjemce e-mailu nemusí být informován o tom, že Vesna má více než desetiletou spolupráci se školami, a všude máme člověka, s nímž sepisujeme přímo objednávku.

Jako vždy musíme poděkovat všem pomocníkům z řad školáků a studentů, kteří rok co rok prodají všechny kytičky. Vážíme si toho o to víc, že víme, kolik různých žádostí o spolupráci při sbírkách během roku do škol přichází.

S výsledkem letošního dne jsme spokojeni, získali jsme nové poznatky a už plánujeme, jak příští rok vylepšit.

*Eva Barkmanová
Českolipská Vesna*



CHOMUTOV

Také členové klubu Kapka 97 společně se studenty Střední zdravotnické školy, Střední průmyslové školy, chomutovské Obchodní akademie se letos už po osmé zúčastnili prodeje žlutých kvítků měsíčku lékařského, který je symbolem prevence onkologických onemocnění.

*Bc. Marcela Vörösová
KAPKA 97*



PRAHA

V letošním roce, kdy získat peníze na naše aktivity je čím dál obtížnější, nás prodávání žlutých kvítků obzvláště zaujalo. S vidinou, že pomůžeme získat peníze nejen Lize proti rakovině, ale i sobě, si mnozí členové přivstali a na svých stanovištích byli už před šestou hodinou ranní. Lidé, spěchající do práce, se rádi kvítkem ozdobili. Vyslechli jsme i chválu na letošní propagační letáček – skládačku. Květinčky byly tentokrát kvalitní, z 7.632 kusů se nerozpadl ani jediný. Naši členové prodávají kvítky vždy sami. Bylo to 13 dvojic, tedy 26 našich členů. Možná máme i adepty na rekord. Dvojici Olinka–František se podařilo prodat 1.400 kvítečků a získat 40.291 Kč. V zápalu práce Olinka bohužel ztratila zlatou náušnici. Byli u metra už po páté hodině a s malou přestávkou na odpočinek a občerstvení poslední kvítek prodali o půl páté odpoledne. Patří jim za to náš obdiv. Další dvojice měly 700 nebo 200 žlutých kvítků. Samozřejmě i jim děkujeme za pomoc.

Konkurence byla opět velká a je vidět, že lidé počítají s každou korunou. Hodně z nich přispělo jen 20 Kč. Před jedním zdravotnickým zařízením nás zaujal různý postoj zaměstnanců. Někteří kvítek nekoupili, že to je dané profesí, jiní říkali „kdo jiný by měl přispět, když ne my“. Někteří lidé nás posílali před parlament nebo před soud, že tam mají více peněz. Naštěstí „někam“ nás za celý den neposlal nikdo.

*Jitka Srpová
organizátorka FIT-ILCO*

PŘEROV

Středa 11. května byla pro nás důležitým dnem. Společně se dvěma studentkami gymnázia jsme prodaly 450 kytiček. Nevím, zda je dost, nebo málo, ale my jsme byly s výsledkem spokojeny. Bylo sice krásně, sluníčko hřálo, ale rozpálené ulice působily jak na prodávající, tak na kupující. Někteří lidé jak nás spatřili si s úsměvem přicházeli pro



žlutou kytičku, od jiných jsme vyslechli i negativní řeči. Přesto jsme rády vysvětlovaly, na co bude výtěžek sbírky použit. Všem, kteří přispěli, děkujeme. A na ty, co to nestihli, se budeme těšit za rok.

*Jana Čaganová
Mamma HELP Přerov*

BENEŠOV

Pro nás „holky z Benkonu“ je symbolem Českého dne proti rakovině u nás v Benešově jméno Eva. Ano, Eva – naše členka, která je stále plná optimismu, vstřícnosti a kamarádství. Je výborná kuchařka, její dobroty jsou mezi námi velmi oblíbené a je to náš nejaktivnější prodejce kvítku měsíčku lékařského při celonárodní květinové sbírce.



Ve středu ráno přišla mezi prvními, vybavená dokonale na celodenní postávání – úzké kalhoty, boty určené pro špičkovou společenskou událost s vysokým podpatkem a teplý svetr. V tašce měla náhradní pantofle, ale za celý den si je nepřišla přezout. My ostatní jsme se střídaly, chodily do kanceláře na kávu, natáhnout chvíli nohy na židličku, ale kdepak naše Evča. Vyhržovaly jsme jí odebráním košíčku s kytičkami, měly jsme obavu, aby se jí v tom horku neudělalo na ulici špatně, ale nedala si říct. Prodala spoustu kytiček a patří jí náš velikánský dík.

Ve čtvrtek ráno, když jsem psala tento článek, zazvonil telefon a hádejte, kdo volal – Eva. Když jsem jí řekla, že právě o ní píšu článek, zhrozila se a řekla, že jsem raději měla vyfotit její nohy. Že by to byl pěkný důkaz toho, jak duch vítězí nad tělem.

Za všechny benkoňačky zdraví

*Helena Volfová
BENKON*



ŠTĚTÍ

Blížil se letošní 11. květen, to znamená Květinový den proti rakovině, a my vyhlíželi, jaké bude počasí. Ale štěstí bylo při nás a počasí nám přálo. Naše „ZRNKO ŠTĚSTÍ“ prodávalo kytičky ve čtyřech skupinách po dvou členkách ve Štětí a jedna skupina v přilehlých obcích v Malešově a v Hoštce. Také dvě studentky ze Střední soukromé podnikatelské školy nám pomáhaly s prodejem v Mělníku. Všude jsme se setkali s pochopením a mnozí na nás už čekali a kupovali si žlutý kvítek měsíčku, aby přispěli na dobrou věc. Někde přidali i dobré slovo a úsměv. Z novin i vlastní zkušenosti věděli o smyslu sbírky a někteří i přidali nějakou korunku navíc.

Všem proto děkujeme a těšíme se, že za rok tu zase budeme pro dobrou věc.

*Petr Grobauer
ZRNKO ŠTĚSTÍ*

NÁCHOD

Český den proběhl u nás jako každoročně velmi úspěšně. Naše organizace Ligy proti rakovině pokrývá prodejem kytiček téměř celé území náchodského a okrajovou část trutnovského okresu. V prodeji jsme měli 14.300 kytiček a téměř všechny se prodaly. Spolupracujíc s námi studenti středních škol v jednotlivých větších městech a náchodští Junáci.



Na oplátku naše proškolené členky Ligy pořádají už několik let na středních školách přednášky o prevenci rakoviny, zejména pro dívky o prevenci rakoviny prsu včetně nácvičku samovyšetřování na dvou modelech získaných od Avonu. Každoročně se umísťujeme v rámci České republiky v prodeji žlutých kvítků na předním místě. Doufáme, že také letos to nebude jinak, a rádi bychom poděkovali všem, kteří nám přispěli, i těm, kteří celou akci organizovali, za jejich pěkný příspěvek, který je zaměřen na důležitou prevenci rakoviny.

*MUDr. Vladimír Müller
LPR Náchod*

VSETÍN

Celostátní sbírka, kterou v našem okrese organizoval klub ONKO-DUHA, dopadla jako v mnoha dalších místech naší republiky velmi dobře. Od rána ve středu 11. května z oblohy zářilo sluníčko a v ulicích našich měst i vesnic zářila žlutá trička prodávajících studentů, skautů a členek našeho klubu. Prodávalo se dobře. Lidé s úsměvem kupovali známou kytičku tentokrát s pěknou fialovou stužkou, mnozí dokonce



prodávající vyhledávali, aby o kytičku nepřišli. Český den proti rakovině je už pevně zakořeněn v povědomí obyvatel našeho okresu.

Všem, kteří přispěli, upřímně děkujeme.

*Anna Plášková
ONKO-DUHA Vsetín*

ČESKÉ BUDĚJOVICE

Jako každoročně jsme přípravy zahájily už koncem února. Školy letos velice omezily akce, kterých stále přibývá. K našemu potěšení a také výborné spolupráci na celostátní úrovni si náš květinový den většinou ponechaly. Všichni se shodují, že tak dobře organizovaná akce žádná druhá není. Díky za to paní Kolářové a kolektivu z agentury ARCADIA Praha s.r.o.

Každoročně prožíváme velké napětí a očekávání, jak sbírka dopadne. Jinak to nebylo ani letos. Z vlastních zkušeností a spolupracujících organizací – gymnázií, středních škol a Českého červeného kříže v Českých Budějovicích a Brlohu, jsme prodali téměř všechny objednané kytičky a vzhledem k současné situaci naší společnosti jsme nezaznamenali příliš negativních reakcí oslovených občanů.

O jednu veselou příhodu se chci s vámi podělit. Naše členka Helenka Čorbová,



velice aktivní ve studiu i ve sportu, ač má v číslovce věku na začátku sedmičky, byla velmi pilná jako vždy a kytičky nabízela každému. Až narazila na muže přibližně stejného věku, který kvítek odmítl se slovy: „Já si počkám na mladší a od těch si ji koupím.“ Myslím, že nemusím dál nic popisovat, ale Helča z toho měla amok a první dvojici studentek, kterou potkala, poslala za tímto pánem do jeho organizace. Byla to legrace a srdečně nás to všechny pobavilo a ani nás nenapadlo zadupat toho pána do země. Taková byla jen první reakce Helči. Ale i to přešlo. Věříme, že sbírka bude letos zase úspěšná, a už teď se strojíme na další ročník. Posílám také obrázek, jaké jsme byly fešandy. Zdravíme všechny kluby a děkujeme Lize proti rakovině Praha, že můžeme získat vlastním přispěním nějakou tu korunu navíc pro práci klubu. S agenturou je bezvadná spolupráce a ještě bude, až se vše vyúčtuje, ale už dnes si říkáme, že zase za rok společně ozdobíme měsíčkem lékařským celou republiku.

*Edith Šrámková
ARCUS-ŽIVOT České Budějovice*



MOST

Letošní Český den proti rakovině si vzal do programu získat občany pro aktivní nádorovou prevenci, tedy nejen zdravý způsob života, nekouření a pravidelný pohyb, ale i využívání preventivních a screeningových programů, které jsou hrazeny pojišťovnami, a přitom je naši občané příliš nevyužívají. Kytičky v našem městě prodávali dvojice studentů a členky našeho sdružení AMA. Ve většině případů si je lidé rádi koupili a připnuli na své oblečení. I naše město se v tento den díky sluníčku a žlutému kvítku měsíčku lékařského rozsvítilo do krásné žluté barvy.

*Jaromíra Charamzová
pracovnice sociálních služeb*

PRAHA

Gaudia proti rakovině, která v loňském roce získala první cenu v soutěži kolektivních členů za největší zlepšení při prodeji žlutých kvítků během Českého dne proti rakovině, a to bez ohledu na velikost místa a počet obyvatel, se i letos zúčastnila Květinového dne. Or-



ganizace pravidelně oslovuje gymnázium J. Seiferta ve Vysočanech, které už po několika let s Gaudií spolupracuje. Letos však třídní učitelka uvolnila do ulic méně studentů kvůli dalším třídním aktivitám, a tak tentokrát pomoc byla poloviční.

I přes velkou konkurenci v pražských ulicích se studentům podařilo vybrat velmi slušnou částku peněz, za což jim děkujeme.

Těšíme se na spolupráci i v příštím roce.

*Veronika Bedová
Gaudia proti rakovině*

ŠUMPERK

Letošní Český den proti rakovině se u nás opět vydařil. Do šumperských ulic se ráno vydalo deset dvojic studentek, členek naší Ligy proti rakovině. V centru města jsme měli opět stabilní stánek, zapůjčený VZP, který lákal kolemjdoucí. Prodej kytiček se dařil, současně jsme přidávali poučné celostátní letáky a ve stánku jsme navíc nabízeli naše zdravotně výchovné materiály, které jsme vydali u příležitosti Otevřených dveří šumperské nemocnice a našeho dvacetiletého výročí (9. dubna). Už na březnové výroční schůzi jsme měli přednášku „Možnosti prevence rakoviny“, která byla vstup-



ním tématem k letošnímu Květinovému dni. Při prodeji květinok jsme každého upozorňovali na důležitost zdravého způsobu života, který může změnit dispozici k onemocnění.

Sluníčko nám celý den přálo, lidé většinou ochotně kupovali kytičky, našlo se i několik brblajících mužů, kteří si ponadávali na současnou politickou situaci a nic nám nedali. Za celý den jsme prodali všech 4.400 kytiček a získali 95.226 Kč. Tak jako v minulých letech i letos nám pomáhali v Mohelnici studenti Obchodní akademie, kteří vybrali 11.215 Kč a v Zábřehu studenti gymnázia, kteří získali 54.734 Kč.

K úspěchu přispěl i místní tisk – Šumperský Zpravodaj, Deník a Týden, svými informacemi se zasloužili o zdárný průběh tohoto dne. Děkujeme.

*MUDr. Jiřina Koutná
LPR Šumperk*

HRADEC KRÁLOVÉ

Při letošním Dni proti rakovině jsme u nás dosáhli hezkého úspěchu. Dá se říci, že zúročujeme víceleté zkušenosti. Jde o aktivitu členů našeho výboru, zejména paní Jany Markové. Těší nás, že jsme si udrželi důvěru a spolupráci pedagogů hradeckých středních škol a jejich obětavých žáků. Proto chceme všem školám poděkovat za jejich pomoc. Přispělo i počasí, a tak „svítilí“ trička a úsměvy chlapců a dívek motivovaly dárce k zakoupení kvítku. Také letošní téma „Zdravý životní styl“ a grafické zpracování v letáčcích se našim občanům velmi líbilo.

Ve srovnání v jinými sbírkami je tato celostátní akce Ligy příznivě hodnocena, má důvěru a lidmi je všeobecně uznávána jako oprávněná. Dvojice jsou dobře identifikovatelné a díky pokladnám nemůže být podezření ze zneužití peněz. Květinok také neměly

vadu a rozsvítily ulice města. Mnozí si doplnili svou každoroční sbírku o květinu s novou stužkou. Naši lidé si této spolupráce váží. Valčíme i naši „poště“. Umožnila předat pokladny v klidu mimo běžný provoz a druhý den jsme už měli informace o výsledku každé z nich. Máme tak možnost zhodnotit i aktivitu a úroveň dvojic.

V Hradci se sbírky účastnilo více než 100 dvojic, které získaly finanční dar za téměř 14.000 květin. Průměr na květinu byl 21,95 Kč, což svědčí o podpoře naší akce v rámci možností. Zcela ojediněle obdržely dvojice i dar



vyšší s komentářem: „Jde přece o dobrou věc“. Takové slovo potěší i motivuje k další činnosti. Na poště při odevzdání pokladny došlo k hezké epizodě. „Pozor, až budete vak stříhat, je tam stokoruna, nepřestříhnete ji!“ upozornili studenti.

Rád bych pochválil 51 dvojic z Biskupského gymnázia, 38 dvojic z Veterinární školy a 10 dvojic ze Zdravotní školy a Gymnázia B. Němcové. Dík patří pedagogickým pracovníkům a všem studentům, byli vstřícní a také lidé ocenili jejich slušnost a ochotu. Všichni si zaslouží upřímný dík.

Onkologické onemocnění často znamená značné životní omezení. Posílení prevence, zdravý životní styl a hlubší poznání tohoto závažného onemocnění i praktické řešení obtížných situací je naším cílem i posláním. I touto sbírkou se snažíme pomáhat potřebným spoluobčanům. Nikdo z nás neví, zda tato pomoc nebude jednou i pro nás žádoucí. Heslo „Tika v každé rodině“ je jasná a platí.

Doc. MUDr. Václav Svoboda, CSc.
LPR Hradec Králové



KRNOV

Už několik let se účastníme prodeje žlutých kytiček a pokaždé je průběh jiný. Obvykle když čekáme úspěch, setkáme se se zklamáním a naopak, když všechno naznačuje, že akce asi bude neúspěšná, dopadne vše nad očekávání dobře. Tak nějak to bylo i v letošním roce. Příprava byla perfektní, naši stálí partneři ani letos neodmítli pomoc i počasí se opravdu vyvedlo. O to větší bylo zklamání při přebírání pokladen od našeho nejstaršího a nejspolehlivějšího partnera, jedné z krnovských středních škol. Lehoučké vaky a spousta vrácených kytiček naznačovaly tu nejhorší možnou situaci a částky na pokladních blocích to potvrdily. Naopak střední škola v Bruntále nás překvapila tím, že si sama zvýšila počet kytiček k prodeji a jejich výsledek byl víc než slušný. Dá se říci, že ti, co se předvedli vloni, letos neuspěli a naopak. Letos však se prodeje účastnil větší počet našich členek ONKO-NIKÉ. Některé si přišly pro kytičky pro sebe a své známé, jiné vyrazily do ulic. Právě jejich prodej přispěl k tomu, že celkový letošní výsledek je jen o trochu nižší než loni. Zdá se, že jsme i letos získali nějaké poučení – zapojit do akce více našich členek. Pokusíme se za rok být úspěšnější.

Jarmila Novotná
ONKO-NIKÉ

POLNÁ

Moc zajímavou zprávu jsme dostali z Vysočiny od Milady Špačkové. Posílám pár obrázků a prosím o jejich uvedení ve Zpravodaji. Jde o Junáky z POLNÉ, kteří se svou „velitelkou“ dokázali něco, s čím jsem se za deset let ještě neseťkala. Získali průměr na kytičku více než dvojnásobek, téměř **42 Kč, skutečně, téměř dvačtyřicet korun!** Jinak musím říci, že ohlas na sbírku byl kladný, objednali jsme slunečné po-

časí a sv. Petr nám vyhověl. Lidé vyhledávali prodávající a mezi kupujícími byla také paní, která si letos kupovala sedmdesátou kytičku. Doma má celou sbírku v několika exemplářích.



Na Vysočině s prodejem pomáhali hlavně studenti středních škol, žáci základních škol, kterým už bylo 15 let, junáci, skauti, členky Českého svazu žen, dobrovolní hasiči a v neposlední řadě i sami onkologičtí pacienti, pro něž je hlavně sbírka určena.

Všem, jak těm, kteří byli ochotni svým finančním příspěvkem pomoci, tak i těm, kteří sbírku zajišťovali, a to není jednoduché zejména v malých obcích a městech – sami jsme to s mužem letos vyzkoušeli na vlastní kůži – patří VELIKÝ DÍK!

Milada Špačková

OSTRAVA

Letošní už 15. ročník Českého dne proti rakovině nás přivítal krásným sluneč-



ným počasím. Květinky měsíčku lékařského prozářily svou jasnou žlutou barvou ulice našeho města i jeho okolí. Letošní rok je zaměřen na zájem o vlastní zdraví a bylo příjemné, že jsme se setkali se vstřícným přístupem veřejnosti. Každoročně se naše členky rády účastní této pěkné akce, která nejen zdůrazňuje postoj každého z nás ke svému zdraví, ale část výtěžku přispěje i našim aktivitám, ať jde o cvičení, plavání či rehabilitační pobyty.

Naše členka Vladka byla v ten den na dovolené na Madeiře. Aby upozornila další členy zájezdu na tento významný den, oblékla si žluté tričko, v němž sestoupila do kráteru sopky, a tak symbolicky přispěla k propagaci Českého dne proti rakovině daleko od domova.

*Jana Libařová
ONKO-AMAZONKY*

PRAHA

Také pražské „Alenky“ nelenily a už časně ráno se vydaly do ulic s košíky plnými žlutých kvítků tentokrát s líbivou fialovou barvou.

Den byl krásný a podařilo se nám úspěšně prodat kytičky, které jsme si objednaly. Chceme se s vámi podělit o dvě příhody, které zaznamenala členka klubu Hanka Kudelová.

Oslovila jsem dva asi dvacetileté chlapce: „Kupte si prosím kytičku za dvacet korun.“ a oni řekli: „My nemáme peníze.“ Milá dáma, která si právě u mě kupovala kytičku jim řekla: „Že se nestydíte!“ Oba chlapci se za chvíli vrátili, drželi už připravenou dvacetikorunu a kytičku si koupili.



Jiná starší paní si mě z povzdálí prohlížela, oslovila jsem ji a ona v peněžence našla jen 18 Kč, a tak mi dávala stokorunu, ale já už neměla žádné drobné, abych jí mohla rozměnit. Řekla jsem jí, že jí kytičku dám za těch 18 korun, protože lidé obvykle přidají nějakou tu korunu, a tak se to vyrovná.

Nejdřív nechtěla, ale pak si dala říct a kytičku si vzala. Odešla, ale po chvíli se vrátila a tu stokorunu mně zasunula do kapsičky u pokladničky.

Od Alenek ještě dobrá rada pro příště. Alenky se domluvíly a pilně střádaly drobné, aby je měly pro případ rozměnění. Moc se to osvědčilo. Hanka sama měla drobné za 3.500 Kč. Své peníze dala do ledvinky, a když to bylo zapotřebí, lidem peníze rozměnila a oni sami pak dali svůj příspěvek do pokladničky. Je to sice náročnější a musí se dávat pozor, vyjádřila svoji zkušenost, ale vyplatilo se to. Mnozí lidé by jinak odešli bez kytičky.

Za Alenky všechny zdraví

*Hanka Kudelová
ALEN Praha*

ROUDNICE NAD LABEM

Jako každý rok i letos proběhla v tomto městě sbírka za velké pomoci Skautského střediska Říp. Skauti prodali 600 kytiček a vybrali celkem 12.935 Kč. V tomto městě, skutečně kousek od Řípu, organizuje každoročně sbírku členka Alenu Praha paní Eva Chaloupková. Jak jsme se dozvěděli, napeče dorty, cukroví a skauty vždy pozve k sobě domů na pohostění. Jak sama říká,

jsou výborní a roudničtí obyvatelé už každoročně očekávají jejich příchod. Poděkování patří rodičům i školám, že umožňují skautům účastnit se této celorepublikové sbírky. Děk patří i vedoucímu Skautského střediska Říp Mgr. Pavlu Chaloupkovi. Všem vřele děkují

*Daniela Kelišová a Eva Chaloupková
ALEN Praha*

ZLÍN

Musím hned v úvodu přiznat, že jsme měli obavy z počasí. Už jsme zažili Český den proti rakovině, kdy celé dopoledne lilo a na ulicích nebyli ani nabízející, ani lidé.

Tentokrát bylo krásně, ale až moc teplo, a tak se nám podařilo skoro všechny objednané kytičky (kromě rezervy) prodat. Už po několik letů spolupracujeme se školou ve Fryštáku u Zlína, se základní církevní školou ve Zlíně a ZŠ ve Slovenské ulici, kde nám ředitel i učitelé vycházející vstříc a žáci 9. tříd s námi mohou spolupracovat. Proto jsme také objednali více pokladen, aby děti měly méně kytiček a ne příliš těžké pokladničky.

Spolupráci máme navázanu také se Soukromou sociálně pedagogickou školou ve Zlíně a Domovem mládeže, kde jsou ubytováni žáci středních škol bydlící mimo Zlín.

Se všemi vždy hovoříme o tom, proč se koná Den proti rakovině a jaká je jeho organizace. Myslím, že pro mládež je nabízení květinek přínosem, protože se s touto nemocí setkávají i osobně v rodinách, a tak když se hovoří o pre-

venci, dělají něco pro sebe i pro druhé. Naše organizace se letos zúčastňuje už podesáté a věříme, že tato akce přináší užitek i cíl – snižování počtu onkologických onemocnění u nás.

Marie Schneiderová
ONKO-Zlín

HRADEC KRÁLOVÉ

Tak po roce tu máme druhou květnovou středu. Nevšední den. Říkáme mu Květinový, ač oficiálně je to Český den proti rakovině.



Letos už popatnácté rozsvítily ulice žluté kvítky. V rukou dobrovolníků – studentů a zástupců spolků a neziskových organizací. Všichni se zdarma a nezištně aktivně účastní sbírky solidarity. Fenomén Květinového dne žije. Ten kvítek měsíčku lékařského má v sobě zvláštní moc. Nepřehlédnutelný na pohled, září z něj paprsky životodárného slunce, voní z něj medová sladkost i hřejivost srdečných úsměvů. Léčí bolavé rány na těle i na duši. Takovou máme zkušenost se setkávání s lidmi v ulicích. Zážitky jsou opravdu bohaté a někdy až neuvěřitelné.

Mladý muž koupí kytiček rovnou pět – pro všechny členy rodiny, řidič autobusu riskuje zdržením, musí přeci získat kvítek do své sbírky, umístěné nad předním sklem vozu. Vždyť mašličky mají každým rokem jinou barvu a nedejbož, aby ta letošní fialová ve sbírce chyběla. Opravář chodníku přestane svačit a zaloví pro peněz v kabině multikáry. I naše výloha vyzývá: „Přijďte si k nám pro kytičku.“ A tak někteří navštíví přímo naše centrum. Při fotografování naši skupinky před centrem přibrzdí mladý šofér a z okna nám naléhavě podává stokorunu za kytičku. Před křižovatkou to vyvolá chvilkovou zácpu, houkání

aut brzdicích za ním, ale spokojenost je oboustranná. Zvláštním fenoménem jsou maminky s kočárky. Nenajde se ani jediný kočárek, aby nebyl ozdoben žlutou kytičkou. Věřím, že ten kvítek působí konejšivě na miminka a v takovém kočárku pak spinká jen spokojené děťátko. Mnozí lidé čekají nejen na kytičku, ale zároveň i na vlídné slovo. A tak vyslechneme i smutné příběhy a rozcházíme se naměkko a se slzami v očích. Nezřídka se loučíme i s pozvaním do našeho centra.

Kvítky se kupují většinou za dvacetikorunu, někdy více, výjimečně i za 500 Kč. Záleží na finančních možnostech darujících, někdy na životních zkušenostech s nemocí, léčbou či s podporou okolí. I tomu, kdo odmítne přispět, popřejeme zdraví. Třeba si příští rok kvítek koupí. Nebyl to den bohatých zážitků? Byl to nevšedně strávený den – Květinový den. Zúčastnilo se nás 11 z hradeckého Mamma HELP centra a dále studentky z veterinární a zdravotní střední školy. Poděkování patří všem, kteří do sbírky přispěli, i těm, kteří nám se sbírkou pomohli.

Renata Koutná
Mamma HELP centrum

PŘÍBRAM

Náš Klub stomiků se už posedmé účastnil akce Ligy – květinového dne. Už v sedm hodin ráno vyrazili do ulic města studenti z Gymnázia a Střední zdravotní školy. Až na pár výjimek lidé ochotně přispívali na naši sbírku a mnozí sami nás vyhledávali a kupovali si žlutou květinu. Také nám letos přálo počasí, a tak jsme prodali téměř všechno. Velice nás mrzelo, že od jednoho Hypermarketu byli naši členové vedoucím vykázaní z parkoviště. Situaci jsme pak s vedením řešili, dostalo se nám omluvy a vše bylo dohodnuto ke vzájemné spokojenosti. Až na tuto událost den proběhl v pohodě a jsme rádi, že většina lidí si uvědomuje užitečnost a prospěšnost této akce. Bylo by dobře, kdyby i informace na letáčku dopadly na úrodnou půdu.

Emil Bernard
ILCO Příbram

BRNO

15. ročníku Českého dne proti rakovině, dříve známého jako Květinový den, se u nás v Brně zúčastnilo 19 členů naše-



ho klubu Diana, 24 studentů z Gymnázia Matyáše Lercha v Brně a studenti Gymnázia T. G. Masaryka v Hustopečích. Pěkné slunečné počasí vytvořilo optimistickou náladu. Naši členové i studenti měli žlutá zářivá trička a oslovovali občany města i přijíždějící návštěvníky a nabízeli žlutý kvítek měsíčku i letáčky s preventivní tematikou.

Naše členky, společně se dvěma studentkami, navštívily firmu Norgem v Modřicích, kde se setkaly s příjemným přijetím a kladným přístupem k naší sbírce. Velmi děkujeme všem, kteří se zapojili, neboť dobrý výsledek je i jejich přičiněním. Setkali jsme se s velmi vstřícným přístupem veřejnosti. V Brně a Hustopečích se nám podařilo oslovit asi 3.700 občanů.

Tato celostátní akce je velmi prospěšná, protože přispívá k vyšší informovanosti obyvatel o prevenci rakoviny a dává návod, jak se rozumně chovat v péči o své zdraví. Rádi se této akci zúčastňujeme.

Eva Najvarová
Diana Brno

ČESKÁ LÍPA

Od rána bylo i u nás krásně, ale nejdříve jsem musela do práce a teprve odpoledne jsem mohla přispět ke květinovému dni.

Samozřejmě, že za náš klub bylo dvojic více a ty se pohybovaly ve svých bydlíštích – v Novém Boru, v Zákupcech, v Novém Oldřichově nebo ve Stráži pod Ralskem.

S kamarádkou Olinkou jsme vyrazily hned po pracovní době, bylo asi půl čtvrté. Česká Lípa není zas tak malé město, aby si všichni koupili kytičky



už v dopoledních hodinách, nehledě na to, že mnozí z nich byli v práci stejně jako já. Ale i když bylo krásně, v ulicích bylo pusto, jen sem tam někdo procházel.

Pak nám to došlo, za chvíli začínal pro české mužstvo důležitý hokejový zápas, proto jsme vylidněné město opustily a přesunuly jsme se k místním supermarketům. Byl to správný nápad. Kytiček začalo ubývat a pokladnička ztěžkla. Někteří oslovení, kterým jsme nabídli kytičku, odpověděli, že už kytičku mají, přesto – a ne jednou – jsme slyšely: „Tak mi dejte ještě jednu, když je to pro dobrou věc.“ To nás opravdu potěšilo. Dojala nás jedna slečna, kterou jsme oslovily, vypadalo to, jako když přemýšlí o budoucnu, pak vyndala z peněženky dvacetikorunu a se slovy: „Víte, já nemám zrovna moc peněz,“ si nabídnutou kytičku koupila.

Přestože byl důležitý hokejový zápas, který pro nás moc dobře nedopadl, my s Olinkou jsme byly spokojené. Prodalý jsme 200 kytiček a zjistily jsme, že je opravdu jedno, zda prodáváte ráno nebo až odpoledne. V podstatě lze říci, že je dost lidí, kteří jsou přesvědčeni o tom, že tato sbírka má veliký smysl. Proto příští rok vyrazíme do ulic znovu!

Marie Ruczová
Klub stomiků

PRAHA

Zařímco květinová sbírka Ligy získává každým rokem na popularitě, nám za 15 let, kdy se jí aktivně zúčastňujeme, přibýly roky a ubylo sil a zdraví. Není proto snadné odhadnout počet objednaných kytiček, ale snad se nám to i letos podařilo.



V našem klubu máme i mimopražské členky, a tak jsem se při prodeji sešla opět s kamarádkou Jarkou z Kladna. Stanovištěm bylo Masarykovo nádraží a cílem bylo prodat 500 kytiček a utržit co nejlepší sumu. Bylo zajímavé pozorovat, z jakého směru vlaku mají lidé o květinu největší zájem. Byl to vlak z Milovic. Zájem měly především ženy a pak studenti. Tady zřejmě výchova k prevenci padá na úrodnou půdu. Naopak, ač jsme se snažily, malý zájem byl ze strany mladých mužů ve slušivých oblecích. Víím, zkušenosti dalších dvojic mohou být úplně jiné, záleží jistě i na stanovišti. Nejvíce nás však potěšilo, když lidé přicházeli sami, utvořili frontu a kytičku si koupili s tím, že jí musí dát do sbírky, i kdyby na chleba nebylo. Další pěkný zážitek nás čekal ve žlutém stanu na Václavském náměstí. Bylo to vystoupení Vladimíra Hrona, jeho hu-

mor, písničky a bezprostřední kontakt s diváky zahnalý náznak únavy a vše završila taneční kreace, ke které nás vyzvali temperamentní španělský turisté. K celkové pohodě dne jistě přispělo slunečné počasí, dobrá organizace a propagace celé akce. Děkujeme všem, kteří akci organizovali, i těm, kteří přispěli. Dík patří Lize, že z prodaných kytiček získáme i my další prostředky pro naši klubovou činnost.

Jarka Petrová
Klub ŽAP

KARVINÁ

Druhá květinová středa je už po léta vyladěná akcí, na niž se i my v našem klubu ONKO NADĚJE svědomitě připravujeme. Koordinaci měly letos na starost Andělka a Vlasta. 15 distribučních míst bylo včas zásobeno, a tak den „D“ byl prozářen žlutou barvou triček, květin a hřejivými paprsky slunce.

Už brzy zrána Andělka, Vlasta a Danutka oslovovaly zaměstnance a pacienty v našem sídle v Karvinské hornické nemocnici. Reakce byly různé. Nabídka květin byla i pro mne psychologickou zkouškou. Odhadnout člověka, oslovit jej a pak mít radost nebo zklamání. Nešlo jen o to prodat květinu, ale také předat leták a přidat úsměv. Vyslechly jsme různé zpovědi. Jak rakovina zasáhla některého rodinného člena nebo přímo osloveného. Dozvěděli jsme se, že lidé mají z květin celou sbírku, tu na nástěnce v práci, jinde na naaranžované větvičce ve váze, kde vyniknou barvy všech stužek. Byly však i negativní zkušenosti. Třeba pro ne právě dobrý přístup politiků ke zdravotnictví. Postřehy za celý den by vydaly na celou knihu. Nálada však byla příjemná a milá přijetí převažují.

Kolem deváté hodiny jsme se vydaly do ulic Karviné, abychom se podívaly, jak se daří studentům či eventuálně



pomohly radou. Ale už o půl desáté první dvojice byla bez kytiček – vše prodáno. Díky TV Polar, Sedmičce a Karvinskému deníku mnozí lidé sami přicházeli a žádali si kytičku. Jako každý rok i letos se nám osvědčilo poslat členky sdružení do odpoledních ulic města. Nabízely kytičky, které se studentům nepodařilo ráno prodat.

Všem zúčastněným patří můj obdiv a dík. V neposlední řadě chci poděkovat pracovníkům České pošty, kteří si ve velmi krátkém čase poradili se záplavou vaků a peněz a pohotově nám sdělili i výsledky prodeje.

Věřím, že nadčasově zpracované letáčky, které dobře reprezentovaly důvod sbírky, jistě přispějí k šíření myšlenky prevence do všech rodin. Také bylo zajímavé, že právě děti byly často iniciátory koupě květin. Jejich dotazy, proč se kytičky prodávají, nás přesvědčily o tom, že to není marné a že do této akce půjdeme za rok znovu.

Vlasta Šebestová
ONKO NADĚJE Karviná



JABLŮNKOV

Povodeň žlutých kvítků dosáhla až k nám do nejvýchodnějšího města republiky Jablunkova, kde jsem měla tu čest sbírku koordinovat. Dělán to už druhým rokem a vždy jsou mi nápomocna děvčata z místních základních škol.

Svým nadšením, elánem a nezištností dokážou rychle přesvědčit o smyslu akce kdekoho. A tak se většina kolemjdoucích po krátkém hovoru loučila s úsměvem na tváři a s hrdě připnutou kytičkou na klopě. Našli se samozřejmě i pochybovači, odmítající či zdráhající se podpořit dobrou věc, ovšem na druhé straně je člověk nemůže vždy odsoudit, mohou mít zkušenosti s různými



Společnost Le Chèque Déjeuner působí na českém trhu v oblasti zaměstnaneckých benefitů již od roku 1995. Všechny produkty firmy tvoří ucelený motivační program pro všechny typy společností. Před několika lety začala naše vzájemná spolupráce, do níž spadá i podpora sbírky Český den proti rakovině. Upřímně děkujeme!

podvodníky, a to nejen u jiných sbírek, ale i v běžném životě.

Více mě ovšem mrzel telefonát v předvečer akce, kdy mně členka jednoho onkologického klubu – nechci jmenovat – žádala, abychom se vyhýbali jejich teritoriu pro sbírku. V tu dobu jsem tu námitku vůbec nechápala, poněvadž selský rozum mi říkal, že čím víc nás bude, tím více se vybere peněz. Později však jsem se dozvěděla, že kolektivní členové Ligy dostávají z vybraných peněz určité procento pro svoji činnost. To mnohé vysvětluje, ale i tak to ve mně zanechalo trochu hořké pachuti.

Z mého pohledu se nám sbírka povedla. Prodal jsme téměř všechny květin, bylo jich přes 1 200. Proto bych chtěla poděkovat všem našim místním občanům za štědrost a vstřícnost a také všem děvčatům, která po celý den neúnavně běhala a vysvětlovala, jak z malého kvítku vyroste velká služba a pomoc.

Taťána Marszalková
Dolní Lomná u Jablunkova

PRAHA

Naše Střední odborná škola v Drtinově ulici na Smíchově se Květinového dne účastní už od roku 2002. U nás se dbá na propagaci zdravého životního stylu, proškolujeme každoročně například všechny žáky v první pomoci v rámci International Federation of Medical Students, což organizuje 2. Lékařská fakulta Univerzity Karlovy, jsme také zapojeni do projektu seminářů o zdravotnictví, organizovaných Českým zdravotnickým fórem.

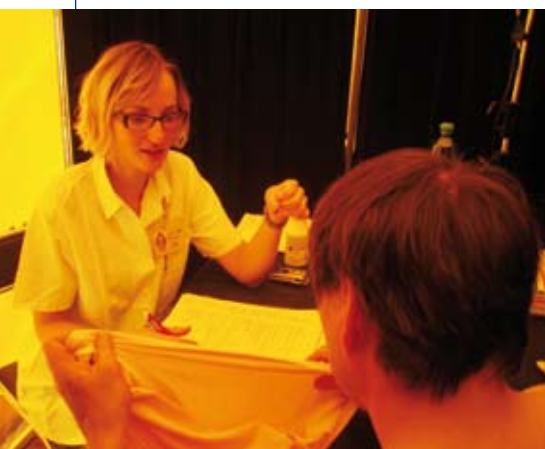
V posledních pěti letech jsme pravidelně přispívali vždy částkou nad 40.000 korun, v roce 2009 to bylo 49.000 Kč, o rok později to bylo 96.000 a letos se nám podařilo vybrat 156.403 korun. Sbírkou se vždy účastní tři ročníky – vždy všichni dobrovolně – máme čtyři paralelní ročníky a této přípravě věnujeme velkou pozornost. To znamená, že jednotlivé třídy před sbírkou pečlivě připravíme – informujeme a proškolíme včetně toho, jak se mají chovat, co říkat o prevenci proti rakovině nebo o životě onkologických pacientů v den sbírky i jak být dobrým manažerem a všechny objednané kytičky prodat. Sbírkou připravuji se svou kolegyní a každý rok si děláme poznámky, abychom věděly, co a jak udělat, abychom příští rok byli ještě lepší. Celou záležitost bereme s entuziasmem a já mám vždy radost, že se mi podařilo ty naše mladé k něčemu užitečnému motivovat.

PaedDr. Pavla Nedomová
zástupkyně ředitele školy SOŠ
Drtinova 3

VYSOKÁ ŠKOLA EKONOMICKÁ v Praze již dlouhou dobu pomáhá s propagací Českého dne proti rakovině. Díky laskavému pochopení vedení školy dvojice dobrovolnic v den sbírky opět nabízela na prostranství před budovou květy měsíčku lékařského a informační letáky o prevenci onkologických onemocnění. Bylo prodáno 400 ks květin za celkovou částku 9.155 Kč!

ČESKÝ DEN OČIMA ORGANIZÁTORŮ

Jaký byl jubilejní 15. ročník květinové sbírky z pohledu nás, organizátorů? Musím přiznat, že tento článek píšu v poněkud rozpolcené a ve výsledku ne zcela radostné náladě. Pro úspěch letošní sbírky jsme dělali vše, co bylo v našich silách, a jistě i většina z vás, dobrovolníků, ze sebe vydala při prodeji kytiček ve středu 11. května také maximum. Dokonce i počasí vyšlo v den „D“ opravdu skvěle. Přesto všechno



vynese sbírka podle průběžného stavu sbírkového účtu letos s největší pravděpodobností méně peněz než vloni. A z toho samozřejmě radost mít nemůžeme, i kdybychom našli řadu objektivních důvodů, proč tomu tak nejspíš bude, a i když jsme s tím v koutku duše možná i trochu předem počítali...

S čistým svědomím však můžeme říci, že přípravy sbírky jsme rozhodně nepodcenili. I přes výrazný pokles objednávek mnoha tradičních spolupracovníků se nám nakonec i letos podařilo rozdělit mezi dobrovolníky téměř všech 800.000 kytiček a letáků. Pro sbírku jsme získali více než 150 nových spolupracujících organizací (především střední a základní školy, sbory dobrovolných hasičů a pobočky České pošty), které se do prodeje kytiček ochotně zapojily. Kytičky a letáky jsme díky tomu mohli nabídnout lidem ve více než 750 městech a obcích (o 100 míst více než vloni). Také počet rozeslaných pokladních vaků značně narostl, bylo dokonce nutné na poslední chvíli vyrobit další, pro zájemce, kteří se do sbírky rozhodli zapojit na poslední chvíli. Ve spolupráci s médii jsme více než jindy předem o sbírce informovali veřejnost, ať už



formou inzerátů a rozhlasových spotů nebo informativních článků.

Celkový úspěch sbírky však bohužel ovlivňuje také řada faktorů, které změnit nemůžeme. Z mnoha míst jsme od vás sice dostali po sbírce milé a optimistické zprávy, že lidé byli vstřícní a kytičky se dobře prodávaly. Avšak dobrovolníků, kteří měli spíše opačnou zkušenost, bylo přece jenom nakonec asi více. Lidé jsou zřejmě unaveni velkým množstvím sbírkových akcí, a tak ani hrubá odmítnutí prodejců nebyla bohužel výjimkou. Zvláště děti a studenti se s těmito negativními reakcemi obtížně vyrovnávají a značně pak bohužel vzrůstá riziko, že budou mít strach zapojit se do sbírky znovu. Vybalenu máme zatím sice jen asi třetinu zpětných zásilek, avšak větší množství vrácených kytiček svědčí o tom, že ekonomická nejistota si nadále vybírá svou

daň a kytiček na úpravu pro příští rok opět přibude. Také dárců, kteří za žlutý kvítek byli ochotni přispět částkou vyšší než 20 Kč, bylo podle zkušeností prodejců letos mnohem méně než vloni. Nicméně to je realita, se kterou se asi musíme smířit a do budoucna hledat další cesty ke „světlejším zítřkům“...

Abychom ale nekončili příliš smutně – troufáme si odhadovat, že přes všechny popsané problémy se i letos sbírkové konto přehoupne přes 14 milionů Kč a Liga proti rakovině Praha tak bude moci opět rozdělit do všech tří klíčových oblastí své činnosti nezanedbatelnou částku.

Velký dík za to patří každému z dárců, kteří letošní sbírku koupí kytičky podpořili! Od nás organizátorů však zaznívá především hlasitě a upřímně poděkování a obdiv všem spolupracovníkům sbírky – koordinátorům i jednotlivým



dobrovolníkům – za jejich neocenitelnou pomoc, nadšení a odvahu se do prodeje kytiček aktivně zapojit! Těšíme se na další skvělou spolupráci s vámi!

*Za organizátory sbírky
Jana Kolářová, Arcadia Praha*

SLOVO ZÁVĚREM

Celé obrovské úsilí, věnované přípravě sbírky, vlastnímu průběhu a dokončení sbírky sčítáním velkého množství mincí, přineslo zatím částku 14 miliónů, která se snad ještě maličko zvýší, ale zřejmě nedosáhne výše předchozích let. V současné společenské a ekonomické situaci to považuji za mimořádný úspěch, který svědčí o povědomí lidí o Lize proti rakovině Praha, o zájmu o její činnost a také o schopnosti lidí cítit se do bolesti, strachu a potřeb



méně šťastných. Každá mince vydaná za kytičku znamená, že snaha pomáhat není potlačena ani masivním tlakem politiků za spolupráce médií snažících se co nejvíce oslabit a atomizovat společnost, snížit její citlivost k trápení druhých, vymýtit principy solidarity a získat společnost bezmocných jedinců, nesvobodných svým sociálním postavením, stářím či nemocí. Každá společnost je posuzována podle toho, jak je ochotna a schopna postarat se o své nejslabší členy: o děti, staré, nemocné, handicapované, a která je s to bránit se rasismu a násilí.

Aby se snahy o zesurování společnosti nedařily, podporujeme aktivity vás všech a naopak vaše podpora naší



činnosti, jejíž jste nebo můžete být součástí, staví hráz do cesty odlidšťování společenské atmosféry.

Jsem ráda, že vás mohu prostřednictvím Zpravodaje oslovit, poděkovat vám za pomoc, podporu a těšit se na další setkávání s vámi při akcích Ligy proti rakovině Praha.

*MUDR. Michaela FRIDRICOVÁ
předsedkyně LPR Praha*

DĚKOVNÝ VEČER

Ve středu 8. června se uskutečnil v Žižkovském divadle Járy Cimrmana Děkovný večer, který byl slavnostním zakončením celé naší jarní akce. Byl určen všem, kteří se v letošním roce zasloužili o úspěch Českého dne proti rakovině. Není u nás nikde takový kulturní stánek, kam by se všichni – organizátoři, sponzoři i dobrovolní prodejci žlutého kvítku a všichni ti, kteří přispěli na zdar tohoto dne – vešli. A tak zástupci celé této veliké armády ochotných pomocníků se sešli v tento večer v hledišti Žižkovského divadla a byli svědky představení České nebe, které je 15. dílem cimrmanovské odyssey. Slavní mužové naší historie v podání herců divadla v čele se Zdeňkem Svěrákem ve svých rozhovorech vyvolali nejen úsměv a potlesk, ale i potvrdili, že historie se často opakuje i v současnosti.

Děkujeme za milý večer, který byl ukončen rautem, na němž našli i návštěvníci divadla možnost vzájemně se pozdravit a popovídat si u číše vína a vzorného pohostění.

*

Ke dni 16. června 2011 bylo na sbírce Českého dne proti rakovině 14.048.743,63 Kč.

Ještě jednou děkujeme všem, kteří se podíleli na prodeji květin, všem, kteří si je zakoupili, a všem sponzorům, kteří tento den podpořili. Vědomí, že jste přispěli na dobrou věc, ať vás hřeje u srdce a posiluje vaše zdraví.

Generální partner:



Česká pošta

Hlavní partneři:



GlaxoSmithKline



Global Logistics

Hlavní mediální partner:



Radiožurnál
ČESKÝ ROZHLAS 1



BAUER
MEDIA v.o.s.

Mediální partner:

Partneři a spolupracovníci:



Váš průvodce světem knih



PIONÝR



ZDRAVOTNÍ POJIŠŤOVNA
pro vás



skaut



VYŠEHRADEK
CZECH REPUBLIC



MODEL



bluetech
posuvná technologie



Soleta Signum



newton media



newton media



Roche



ČESKÁ LÉKAŘSKÁ SPOLEČNOST



CSZ



SKUPINA ČEZ



NADACE ČEZ

Organizátor:



ARCADIA
PRAHA

KAŽDÝ SVÉHO ZDRAVÍ STRŮJCEM



Putovní výstava Každý svého zdraví strůjcem se vydá letos už počtvrté na pouť po českých, moravských a slezských městech. Hlavním cílem akce je informovat naše občany o prevenci onkologických chorob a oddě-



monizovat závažné a často deprimující téma rakoviny.

Výstava proto přináší netradiční pohled, kde se seriózní informace a doporučení mísí se vtipy Vladimíra Jiráňka, Jiřího Slívy a Miroslava Bartáka, jejichž kresby tvoří volný umělecký doprovod, humorou nadsázku a svérázný komentář k verbálním obsahům. Úsměv vykouzlí na tvářích návštěvníků také dokumentární fotografie Františka Dostála, jehož objektiv zachycuje obyčejné lidi v běžných situacích všedního života. Součástí expozice jsou panely určené dětem, které si v bohatě ilustrované části najdou informace o zdravém životním stylu, přiměřeném svému věku.

Pro dětské návštěvníky a žáky škol jsou kromě dětské části výstavy připraveny zábavné „hrátky“, kde si děti mohou vyzkoušet své fyzické i smyslové dovednosti pod heslem: „Zkus, jak jsi na tom“.

Děti si odnesou nejen poznání a zážitky, ale rovněž odměny a ceny.

Dospělým návštěvníkům nabízí Liga proti rakovině Praha ve spolupráci se Státním zdravotním ústavem možnost navštívit improvizovanou „vyšetřovnu“. Každý zájemce si může nechat změřit některé základní zdravotní ukazatele – krevní tlak, BMI, procenta tuku v těle, hladinu cukru a dal-



ší. V rámci boje proti nejagresivnějšímu typu kožní rakoviny – melanomu – přizvala Liga ke spolupráci také kožní specialisty, dermatology. Na místě bude přítomen odborný lékař, s nímž budou mít návštěvníci možnost konzultovat mateřská znaménka, pihy nebo změny na kůži.

Výstava se i v uplynulých třech letech dočkala velmi kladného přijetí v očích veřejnosti, a proto se letos představí v dalších městech.

VALAŠSKÉ MEZIRŘÍČÍ	12.–13. září 2011
KARVINÁ	14.–15. září 2011
JABLŮNKOV	16.–17. září 2011
NÁCHOD	20.–21. září 2011
PRAHA-STODŮLKY	26.–27. září 2011
PACOV	2.–3. října 2011
TŘEBÍČ	4.–5. října 2011
MOST	termín bude upřesněn

*Jitka Bajgarová
ARCADIA Praha*

VÝROČNÍ KONFERENCE

V úterý 22. března se v Lékařském domě v Praze konala výroční členská schůze. Na programu bylo zhodnocení uplynulého roku 2010, které přednesla předsedkyně Ligy proti rakovině Praha MUDr. Michaela Fridrichová.

Zprávu o hospodaření Ligy podala ekonomka paní Margarita Pítrová. Rozklad hospodaření obdrželi všichni účastníci konference písemně.

Zástupce revizní komise ing. Jitka Voženílková seznámila auditorium s výsledky revize, při níž nebyly shledány nedostatky.

V druhé části konference přednesla

předsedkyně návrh na čestná ocenění pro členy našich kolektivních pacientských organizací. Požádala zástupce našich kolektivních členů, kteří se tentokrát účastnili výroční konference v hojném počtu, aby otázku čestných ocenění projednali ve svých organizacích a podali sekretariátu Ligy do konce června své návrhy. Podmínkou udělení čestného ocenění je práce v organizaci minimálně 10 let.

Ocenění těchto dlouholetých pracovníků bude předáno při podzimním Sněmu našich kolektivních členů.

Organizaci rekondičních pobytů v In-





vystoupení požádala přítomné o připomínky a návrhy k zlepšování těchto pobytů. Současně uvedla, že jsou v některých turnusech ještě volná místa (aktuální informace o volných místech jsou k dispozici na www.lpr.cz nebo na tel. 224 919 732). Slova se pak ujala zástupkyně agentu-

ny během květnové květinové středy, aby byly vráceny společně s vaky do agentury, neboť je chceme využít i při podzimní putovní výstavě. Její informace byly tak vyčerpávající, že nebylo nutné cokoliv dále vysvětlovat během diskuse.

Poté se ujala slova primářka Dermatovenerologické kliniky FN Bulovka MUDr. Naďa Vojáčková, která si pro plénum připravila přednášku o Komplexní léčbě lymfedému a kvalitě života těchto pacientů. Přednáška byla doprovázena diapoziitivy i ukázkami tohoto postižení a byla sledována s velkým zájmem.

Závěrem konference byl promítnut dokumentární film o Lize proti rakovině Praha, který ke 20. výročí LPR natočila pí. režisérka Škampová.

(red)

stitutu onkologie a rehabilitace na Pleši a v Sanatoriu Paracelsus v Meziboří, které finančně podporuje Liga z Českého dne proti rakovině, převzala po prof. MUDr. Evženu Skalovi MUDr. Alexandra Aschermannová, která ve svém

ry Arcadia paní Jana Kolářová, která informovala plénum o stavu přípravy na Český den proti rakovině. Požádala všechny o hospodaření s letošními letáky, které jsou tentokrát vydány jako skládačka, a pokud nebudou rozdá-

PRAGOMEDICA

Ve dnech 19.–21. dubna se uskutečnily na pražském Výstavišti v Praze-Holešovicích dva tradiční veletrhy zabývající se zdravotnickou tematikou. PRAGOMEDICA, která se letos konala po 33., patří mezi nejstarší mezinárodní veletrhy ve svém oboru u nás. Specializovaná výstava pro zdravotně postižené NON-HANDICAP oslavila 15. narozeniny.



Návštěvníci, nejen lékaři, ale i terapeuti, pedagogové, sociální pracovníci i laici, měli možnost prohlédnout si novinky ve zdravotnické technice i pomůcky pro zdravotně postižené a seznámit se s nimi.

Součástí veletrhu jsou i důležitá zasedání a setkání ředitelů nemocnic, kte-



ří mají možnost setkat se na výstavě i s ministrem zdravotnictví a jeho dalšími pracovníky a diskutovat o současných problémech ve svých regionech.

Také doprovodný program byl v tomto roce velmi zajímavý. Filmy o schopnostech lidského těla nebo o nejmodernějších medicínských postupech našich i zahraničních odborníků, které byly oceněny na prestižních mezinárodních festivalech, se těšily velkému zájmu.

Už tradičně jsme díky organizátorům měli na veletrhu náš ligový stánek, kde jsme všem příchozím nabízeli naše tisky, publikace zaměřené na prevenci nebo jednotlivé diagnózy, výroční zprávy, Zpravodaj, ale i pexeso, novou

hru pro děti, při níž se současně učí zásadám zdravého způsobu života, či omalovánky nebo různé samolepky s protikuřáckou tematikou.

Tradičně náš stánek zajímal studentky zdravotních škol, ale přišlo i mnoho zájemců, mužů i žen, tak trochu si popovídat, zjistit kontakty na naše sdružení, roztroušená po celé republice, ale i sdělit své zkušenosti při onkologické léčbě. Potěšilo nás, že většinou byly kladné.

Během veletrhu si návštěvníci odnesli na 6.000 kusů našich publikací, aby si je mohli v klidu doma pročíst a třeba je pak i poskytnout svým přátelům.

(red)



V sobotu 28. května se konal už 15. ročník výstupu na Sněžku v rámci každoročního „Dne bez tabáku“. Vzpomínaly jsme s pořadatelkou této akce MUDr. Hanou Sovinovou ze Stát-

30. KVĚTEN – DEN BEZ TABÁKU

ního zdravotního ústavu na všechna ta léta výstupů na Sněžku. Musím říci, že počasí k nám bylo téměř vždy jakž takž milosrdné, ale příliš nám nepřálo. První ročník přešlo a od Růžové hory nás provázela taková sněhová vánice, že nebylo vidět ani na krok. Před dvěma roky dá se říci, že nepršelo, ale lilo jako z konve, a to po celou cestu. Nahoru jsme přišli všichni promočení a vylévali jsme vodu dokonce i z bot. Jen jediný ročník, co si pamatuji, bylo azurově modré nebe a doslova „pařák“. Jinak bylo vždy střídavě oblačno, občas s deštěm nebo na chvíli i se sluníčkem.

Tentokrát nás provázela mlha, která naší nejvyšší české hoře nasadila huňatou čepici. Tradičně mezi účastníky byli hygienici a lékaři Středočeského a Královéhradeckého kraje a věrná parta z ministerstva zdravotnictví v čele s hlavním hygienikem ČR doc. MUDr. Michaelem Vítem. Za uplynulých 15 let se této akce zúčastnili čtyři ministři zdravotnictví. Na Sněžku vystoupil MUDr. David, MUDr. Součková, ve sportovním úboru až nahoru skutečně vyběhl profesor Fišer z Brna a letos to byl současný ministr MUDr. Leoš Heger.

MUDr. Jarmila Pradáčová

SNĚMOVÁNÍ O KOUŘENÍ

Tématem pro tento rok je „**Rámcová úmluva o kontrole tabáku**“. Poslanecká sněmovna ve spolupráci s českou kanceláří WHO (SZO) uspořádala 31. 5. ve sněmovně Parlamentu ČR seminář o škodlivosti tabákových výrobků. Pozváni byli zdravotníci, novináři a osoby veřejně činné. Záštitu převzali poslanci Petr Gazdík (TOP 09) a Boris Šťastný (ODS).

Cílem přednášek a následující diskuse byla legislativa a ochrana nekuřáků, jejichž počet osob starších 15 let u nás činí 29 %.

Naše legislativa stále nedosahuje úrovně západních států, což by znamenalo úplný zákaz kouření v restauracích a ostatních veřejných místech a bezplatnou léčbu nekuřáků jako např. v Anglii. Závislost na tabáku není hodnocena jako zlovyk, ale nemoc s diagnózou F 17. Přitom kouření je nejvýznamnější příčinou nemocnosti a úmrtí na světě. 1,2 miliardy lidí na zeměkouli jsou kuřáci, u nás kolem 2,5 miliónu, z toho asi 250 tisíc je mladších 18 let. Tabáková epidemie je klasickou epidemií s prokázaným původem a cílem. Původce – tabákový průmysl – na rozdíl od jiných epidemií je tolerován státem. V ČR je kouření příčinou 18 tisíc předčasných úmrtí ročně a kuřák ztrácí průměrně 15 let svého života. Jde o nádorová onemocnění (8.000, z toho 5.000 rakovina plic), nemoci srdce a cév (7.000),

nemoci dýchacího ústrojí (2.000), a to především na chronickou obstrukční plicní nemoc. Důsledkem pasivního kouření ročně u nás umírá kolem 600 občanů. Na zbývající příčiny smrti zbývá 1.000! Léčba jedince se ročně pohybuje kolem 20 až 170 tisíc Kč, což pro společnost znamená ztrátu kolem deseti miliard korun.

Nejúčinnější prevencí proti uvedeným poškozením lidského organismu tabákovými výrobky je dobrá komplexní legislativa, a tu dodnes u nás nemáme. Mělo by ji zaručit dodržování „**Rámcové úmluvy**“, kterou bohužel jako jediný stát v Evropě naše Sněmovna nebyla po dlouhou dobu šesti let schopna ratifikovat.

Co je a co přináší „**Rámcová úmluva**“? Představuje přední celosvětový nástroj kontroly tabákového průmyslu a ochrany občanů před jeho výrobky. Po pěti-letém projednávání, kterého se zúčastnili zdravotníci, právníci a ekonomové celého světa, došlo 21. 5. 2003 k jejímu přijetí Světovým zdravotnickým shromážděním. Je to komplex zákonů chránící občany a zejména děti. Oficiálně úmluva vstoupila v platnost 27. 2. 2005.

Jejím cílem bylo např. zvýšení daně za tabákové výrobky, ochrana občanů před tabákovým kouřem, regulace složení tabáku apod.

MUDr. Boris Šťastný, který se z funkce předsedy zdravotního výboru Sněmov-



ny Parlamentu ČR snažil prosadit ratifikaci „úmluvy“ plných šest let, neuspěl. Politické strany nemají na schválení zájem a lobby na ně mohutně tlačí.

Problematika – kouření a zdraví – byla proto ze zdravotního výboru přesunuta do výboru finance a hospodářství, aby byl klid. Oba poslanci přiznali, že tlak lobby je obrovský.

K celému problému zaujal stanovisko Mgr. Lukáš Nádvorník. Vzkázal politikům: chceme do toho mluvit, týká se to nás všech. Na internetu organizuje podpisovou akci, která je v současné době jednou z největších petičních akcí v ČR. Více na www.stopkoureni.cz. Prokázalo se už v Evropě i v Americe, že zákaz kouření nevyprázdnil restaurace, naopak otevřel dveře nekuřákům. Ve světě platí, že menšina by měla respektovat zájem většiny, hlavně když jde o zdraví všech. Své stanovisko k tomu už řeklo 120 tisíc našich občanů, kteří se k petici již připojili, a tak se snad konečně poslanci začnou ratifikací zabývat. Věříme, že se k petici připojí i další občané, kterým záleží na zdraví.

MUDr. Jarmila Pradáčová

REKONDIČNÍ POBYTY



Letos se nás v Institutu onkologie a rehabilitace Na Pleši sešlo od 17. do 31. května celkem 14. Dva muži a 12 žen v překrásné přírodě a krásném prostředí. Ocenili jsme ochotný personál, pestrou a chutnou, dá se říci domáckou stravu, sestavenou podle zásad zdravé výživy, v níž bylo hodně ovoce a zeleniny.

Všichni jsme se těšili do rehabilitačního bazénu a užívali jsme si ho s radostí i o víkend. Oblibu jsme našli i v každodenním cvičení. Vyslechli jsme velmi zajímavé přednášky MUDr. Aschermannové a MUDr. Piharové. V sobotu nás potěšilo vystoupení paní Pinkasové, která pro nás připravila varhanní koncert s milým vyprávěním.

Zacvičili jsme si jógu s paní Staňkovou a paní Němcová nás naučila jednoduché cviky pro udržení kondice, navštívila nás i kosmetická firma BAREKOL. Škoda, že všechny akce byly až ve druhém týdnu našeho pobytu, bylo by lepší je rovnoměrně rozložit.

Zastihly nás tu i chladné dny a na pokojích bylo trochu zima. Někteří by přivítali také dovybavení pokojů stolečky a větším počtem sušáků na prádlo.

Přesto chceme touto cestou poděkovat Lize proti rakovině Praha, že nám umožnila prožít nezapomenutelných 14 dní v Sanatoriu v Nové Vsi pod Pleší v báječném kolektivu. Dík patří i ochotnému personálu, který se o nás po celou dobu pečlivě staral.

Jménem všech účastníků pobytu

*Hana Machová a Petr Grobauer
Zrnko štěstí, Štětí*

Rádi bychom poděkovali Lize proti rakovině, MUDr. A. Aschermannové, sestře Švancarové a ostatním lektorům za možnost aktivně prožít 14 dní rekondičního pobytu na Pleši.

Vřelé přijetí všech pracovníků na Pleši je i důkazem toho, že řada klientů se sem opakovaně a ráda vrací, a jak řekla jedna účastnice: „Z pobytu na Pleši čerpám sílu a zdraví po celý rok.“

Pobyt byl zaměřen na upevnění zdraví, aktivní odpočinek a zdravý způsob života. Dostatek času byl i k výletům do okolí v krásné a čisté podbrdské krajině. Slunečné počasí nás provázelo celým pobytem, a tak plní krásných zážitků jsme se vraceli domů.

Ještě jednou děkují manželé Brožikovi

Také v sanatoriu Paracelsus v Meziboří v Krušných horách proběhl od 16. do 27. května první rehabilitační pobyt organizovaný Ligou. Účastníci pobytu velmi kladně hodnotili ubytování v pokojích s balkonem a přitom bez chůze do schodů. Vzhledem k tomu, že se zúčastnil menší počet zájemců, byly všechny rehabilitační procedury včas odbavené. Musíme říci, že nám přinesly úlevu a zcela určitě přispějí i ke zlepšení našeho zdravotního stavu. Do Meziboří jezdíme pravidelně a také pravidelně jej kladně hodnotíme, ovšem letos, vzhledem k pěknému počasí během celého pobytu, si odvážíme domů krásné a dá se říci nezapomenutelné vzpomínky na tyto dny. Také strava nám vyhovovala a nebyly připomínky. Rádi bychom poděkovali všem, kteří se o nás v sanatoriu starali, za jejich péči, laskavost a ochotu.

Jménem účastníků 1. turnusu

Antonie Khýnová a Alena Gabrielová



Informace pro zájemce o rekondiční pobytu:

Rekondiční pobytu, jak už z názvu a cílů vyplývá, nejsou vhodné pro klienty s řadou přidružených interních chorob, především kardiovaskulárních, s hypertenzní chorobou nebo cukrovkou, které nejsou plně kompenzovány, a to zvláště u nemocných nad 75 let věku. V každém takovém případě je nutná aktuální – ne starší 14 dní – zpráva od praktického lékaře a seznam medikamentů, které pacient užívá.

Vyhovnění žádosti o rekondiční pobyt není automatickou, nárokovou situací. Účastníci včetně rodiny by si měli být vědomi i možných zdravotních rizik konkrétního žadatele.

MUDr. Alexandra Aschermannová

*

V současné době je ještě 10 volných míst v době od 20. 9. do 4. 10. v Institutu onkologie a rehabilitace Na Pleši.

V sanatoriu Paracelsus v Meziboří je v době od 12. 9. do 23. 9. ještě 6 volných míst a v době od 26. 9. do 7. 10. je dosud volných 16 míst.

Aktuální informace o volných místech získáte v kanceláři Ligy na tel. 224 919 732 nebo na e-mailové adrese birkova@lpr.cz.



ZVEME VÁS DO KRUŠNÝCH HOR



Letos už po 15. přijedou klienti z Ligy proti rakovině Praha na rekondiční pobyt do Sanatoria Paracelsus s.r.o. v Meziboří u Litvínova, které leží v lesnaté krajině na jihovýchodních svazích Krušných hor.

Počátky osídlení místa, kde dnes město stojí, spadají do 14. století. Již roku 1398 byla ve výšce 550 metrů nad mořem založena dřevařská osada Schönbach. V roce 1956 byla přejmenována na Meziboří a o čtyři roky později byla povýšena na město.

Sanatorium Paracelsus Meziboří s.r.o. funguje už od roku 1960, kdy bylo slavnostně otevřeno jako Noční sanatorium s lůžkovou složkou pro pracující tehdejších Chemických závodů ČSSP v Záluží, pro horníky i ostatní pracující v okrese Most, kteří sem přijížděli po práci nabrat nové síly. Po privatizaci závodní polikliniky s nočním sanatoriem v roce 1996 se provozu ujala společnost Paracelsus s.r.o. Litvínov.

Pokud se domníváte, že těžba hnědého uhlí v Podkrušnohoří tento kout naší země proměnila v měsíční krajinu, rádi vás vyvedeme z omylu. Nádherná přírodní scenérie, drsnější klimatické podmínky – jak již samotný název napovídá – korespondují s přírodními rezervacemi, zelenými pastvinami, turistickou vybaveností i možnostmi sportovního vyžití na každém kroku.

Meziboří je díky své poloze ideálním místem pro sportování. Okolní terén jej předurčuje pro řadu turistických a cykloturistických tras po Krušných horách. Značené stezky vedou na Klíny, Mníšek, Horu sv. Kateřiny a Brandov. Přímo ve městě je sportovní hala se saunou, tenisové kurty, hokejbalové hřiště, fotbalové i víceúčelová hřiště a v zimě je k dispozici také lyžařská sjezdovka.

Klienti Ligy, kteří k nám přijíždějí, bohatě využívají procházek a výletů do okolí a vždy se vrací s nadšením, jak je zde krásně. Také mají možnost výletů po celých Krušných horách mikrobusem se šikovným panem řidičem, který je skvělý průvodce i vypravěč. Mohou tramvají zajet do Mostu a prohlédnout si Hněvín, přestěhovaný kostel Nanebevzetí Panny Marie, nový pravoslavný kostel a další památky města. Vláček je doveze až na Moldavu, kde je překrásná příroda a procházky je doslova nabijí novou energií.

Již od roku 1997 klienty vozí z Prahy autobus, který dotujeme. Mnozí z těchto klientů se k nám stále vrací, protože jsou spokojeni s naší péčí i možnostmi využití volného času. Po příjezdu, ubytování a dobrém obědě projdou všichni zdravotní prohlídkou u lékaře sanatoria MUDr. Zdeňka Slavíka a od následujícího dne absolvují rehabilitační procedury podle jejich aktuálního stavu. Jsou to

masáže, jodové, solfatanové, perličkové nebo uhličitě koupele, podvodní masáže, vířivky, a pokud to zdravotní stav dovolí, i elektroléčba (magnetoterapie, ultrazvuk, endomed nebo diadynamik). Ženy s otoky končetin chodí na lymfodrenáže a presoterapii.

Naší velkou výhodou je, že vše máme v jedné budově – ubytování, stravování i procedury. Kolem sanatoria je velká zahrada s kusem lesa a rybníčkem, zabudovanými lavičkami, travnatým hřištěm a ohništěm, kde lze za teplých večerů posedět s přáteli a opékat třeba vuřty.

Strava se sice dováží, ale kvalita se zlepšila a na jídelníčku je výběr ze dvou jídel k obědu a ze dvou i k večeři. Jídelniček je sestavován s ohledem na onemocnění našich hostů.

Účastníci turnusu absolvují během pobytu dvě přednášky na zdravotní téma, týkající se jejich choroby. Pokud jim to náročné poslání dovolilo, jezdili sem přednášet prof. MUDr. Zdeněk Dienstbier, DrSc., a prof. MUDr. Evžen Skala, CSc. V současné době přednáší náš lékař MUDr. Zdeněk Slavík a jeho vystoupení jsou užitečná a zajímavá. Na závěr pobytu projdou klienti výstupní zdravotní kontrolou a další den je autobus opět doveze do Prahy.

Při výstupních pohovorech zjišťujeme spokojenost účastníků s našimi službami a případné připomínky k průběhu rehabilitace. Za celých čtrnáct let, kdy naším ústavem prošlo téměř 1.400 onkologických pacientů, nebyly opravdu žádné vážné stížnosti nebo nespokojenost. Samozřejmě se vyskytly i připomínky, ale ty se vyřešily na místě, několik stížností obdržela i Liga, ale šlo spíše o nedorozumění a nepochopení



smyslu rekondičních pobytů. Snažíme se vycházet všem maximálně vstřícně a případné připomínky bereme vážně.

Letos budou klienti ubytováni ve dvou-lůžkových pokojích s vlastním WC a sprchovým koutem, televizí a ledničkou. Pokoje jsou umístěny v přízemí se vstupem na zahradu. Máme připraveno šest turnusů, ale bohužel jsou málo

obsazené. Je škoda, že při tak vysokém počtu onkologických nemocných využívá možnost rehabilitace tak malý počet klientů. Většinou se vracejí titíž. Přitom Liga klientům na pobyt přispívá, takže finančně je pobyt přijatelný. Doprava a prohlídky lékařem jsou zdarma, ovšem vyžadujeme doporučení na rehabilitační léčbu, poukaz FT by měli mít klienti od svého ošetřujícího

nebo odborného lékaře. Jinak by si museli léčbu hradit sami.

Srdečně zveme do našeho zařízení nové klienty po ukončení onkologické základní léčby, aby poznali nové končiny naší krásné země a nabrali tady nové síly.

Uvidíte sami, že se vám zde bude líbit a rádi se k nám budete vracet.

*Ludmila Škrabáková
vrchní sestra sanatoria*

DEN ZDRAVÍ V PRAZE 9



Poliklinika Prosek ve spolupráci s Městskou částí Praha 9 a oblastní odbočkou Českého červeného kříže uspořádala 26. května Den zdraví 2011. Na prostranství před poliklinikou si mohli zájemci nechat změřit krevní tlak, hladinu cukru v krvi nebo podstoupit

kožní vyšetření. K dispozici byli i lékaři z kardiologie, obezitologie, pediatrie a dalších oddělení prosecké polikliniky. Pracovníci Červeného kříže, BESIPu a Zdravotní záchranné služby hl. města Prahy radili, jak správně poskytovat první pomoc, odborníci na dentální hygienu, jak správně pečovat o zuby. Svůj stánek zde měla i Liga proti rakovině Praha, která přizvala i zástupkyně z klubu ŽAP. Kromě možnosti poradit se s odborníky či odnést si domů publikace o tom, jak žít s onkologickým onemocněním, s informacemi o prevenci nebo výživě, si mohli zájemci vyzkoušet samovyšetření prsu na fantomu, a to pod odborným vedením zkušených členek Klubu ŽAP.

Den zdraví navštívily v průběhu celého dne stovky občanů. Bylo provedeno



přibližně 550 odběrů na diabetologii a stejný počet návštěvníků si nechal změřit krevní tlak. Na stánku Ligy proti rakovině Praha bylo zájemcům rozdáno téměř 1.100 kusů informačních publikací.

Návštěvníci i zdravotníci hodnotili akci jako prospěšnou, přispívající k větší informovanosti občanů o zásadách zdravého životního stylu i prevence chorob.

Iva Kurcová, DiS

SETKÁNÍ ODBORNÍKŮ VE ŠVÝCARSKU

12th St. Gallen International Cancer Conference

Ve dnech 16.–19. března se konala v St. Gallen ve Švýcarsku 12. mezinárodní konference o rakovině prsu. Akce se koná každé dva roky a zúčastní se jí vždy několik tisíc lékařů z celého světa. Mezi přednášejícími byli letos nejčastěji zastoupeni Američané, Němci a Italové, ale mnoho přednášejících z dalších zemí vystoupilo se svými prezentacemi.

Z pohledu Ligy proti rakovině byla jistě nejzajímavější prezentace z diagnostické a screeningové části, zejména prezentace dr. Christiane Kuhl (SRN) – Evolution of breast imaging: Beyond mammography týkající se současných

i budoucích možností využití mamografie versus MRI v diagnostice nádorů prsu a přínos MRI zejména pro diagnostiku DCIS. Dále prezentace dr. Jeanne Mandelblatt (USA) – Changing the guidelines for breast cancer screening – o současných programech a metodách screeningu, které jsou k dispozici v USA, se závěrem doporučujícím screening každé dva roky pro ženy mezi 50–74 lety věku. Četnost a vhodnost screeningu pro ženy ve věku 40–49 let by měla být posuzována individuálně na základě jejich zdravotní rizikovitosti a preferencí.

V sekci News since St. Gallen 2009 byla velmi zajímavá prezentace dr. Martine Piccart-Gebhart (Belgie) – Beyond trastuzumab: new anti-HER2 agents, tý-

kající se studií zabývajících se možností využití dalších látek kromě trastuzumabu z oblasti tzv. cílené neboli biologické léčby, jako je např. lapatinib a pertuzumab a jejich využití či jejich event. kombinací v léčbě HER2 pozitivních nádorů prsu.

Zřejmě nejvýznamnějším směrem v onkologii zůstává hledání dalších biomarkerů a na něm závislé uvádění nových a upřesňování stávajících léčebných schémat léčebné strategie, a to na základě stále přesnější identifikace pacientů vhodných pro kombinace cílené terapie, hormonální terapie a konvenční terapie na základě výsledků klinických studií neboli co nejpřesnější léčba „na míru“ pro každého pacienta.

MUDr. Lucie Veselá

STUDENTSKÁ VĚDECKÁ KONFERENCE

V dubnu se v Brně uskutečnila Studentská vědecká konference věnovaná výzkumu rakoviny, kterou uspořádalo občanské sdružení Biomania společně s Masarykovou univerzitou a Masarykovým onkologickým ústavem. Cílem konference bylo vytvořit prostor pro prezentaci výsledků vědecké práce studentů magisterských a doktorských studijních programů biomedicínských oborů.

Současně s tímto projektem probíhal přednáškový cyklus pro veřejnost s názvem „Rakovina – mýty a legendy“,

kteřý přinesl unikátní spojení čistě odborné vědecké konference s populárně naučnými přednáškami pro veřejnost. Cílem cyklu bylo přiblížit veřejnosti srozumitelnou formou problematiku nádorového bujení, pozici vědy ve vývoji moderních postupů při léčbě rakoviny a možnosti prevence nádorových onemocnění. Důraz byl kladen na „boření“ existujících mýtů o rakovině.

Konference se účastnilo 125 studentů bakalářských a magisterských oborů ze všech předních českých univerzit

a také ze Slovenska. Zaznělo 33 přednášek ve čtyřech sekcích a bylo prezentováno 30 plakátových sdělení, tematicky propojených prací s nádorovým materiálem. Nejlepší postery byly oceněny.

Akte se účastnili významní čeští odborníci: prof. B. Říhová a prof. J. Drobník, prof. K. Michalová a prof. Z. Opatrný z Prahy, prof. J. Šmarda a prof. J. Šmardová z Brna, dr. L. Anděra a další.

Podrobné informace o konferenci najdete na www.biomania.cz.

Mgr. Olga Krupková

PŘEČETLI JSME SI...

JAK VYZRÁT NAD RAKOVINOU

Je to přibližně rok, kdy noviny zaplavila zpráva o nečekaném objevu profesora Antonína Holého z Ústavu organické chemie a biochemie Akademie věd ČR. Zjistilo se, že preparát GS-9219, který vyrobila kalifornská firma Gilead Sciences, má protinádorové účinky. Tyto mimořádné vlastnosti preparátu o něj vyvolaly veliký zájem. Jenže... Pomocí látky se podařilo vyléčit několik psů s nádory lymfatických uzlin, ale to ještě není důvod k radosti, že by preparát mohl účinkovat i na lidech, říkají vědci.

V současné době se GS-9219 testuje na pěti hematologických klinikách v naší republice. Látka je podávána infuzí a měla by léčit nádory lymfatických uzlin a některé druhy leukemie. Dokáže totiž narušovat nukleové kyseliny v poškozených imunitních buňkách a přitom nenapadá zdravé buňky. Toto testování – podle odborníků – bude trvat nejméně pět let, aby se dalo říci, že látka je skutečně účinná a nemá vedlejší škodlivé účinky.

Výsledky v laboratoři a využití u lůžka pacienta dělí často dvacet až třicet let a nelze to urychlit. Proto se často hovoří o tom, že výzkum je založen na abnormální trpělivosti, neboť úspěchy v laboratoři mohou zcela selhat při aplikaci na člověka. Také cesta preparátu GS-9219 je v začátcích, a tak popřejme všem badatelům, aby zvládli nepředvídatelné složitosti a dospěli až do cíle.

*

Podobná situace je s vytvořením protinádorových vakcín. Vědci o to usilují už více než dvacet let. Zatím se nepodařilo dokázat, že by tato léčba byla účinnější než současné způsoby léčení. Profesor Antonín Hájek je však optimistou. Je přesvědčen o tom, že jeho vědecký tým objeví recept, jak vyrobit fungující vakcínu. Ovšem nutno říci, že nejde jen o léčbu. Vědci po celém světě se snaží najít způsob, jak vzniku rakoviny zabránit. Udělali velké pokroky. Dnes dovedou díky prvotním příznakům rozpoznat pacienta, u něhož se nádor s téměř stoprocentní pravděpodobností vyvine. Takovému pacientovi by pomohla vakcína s imunitními buňkami proti danému onemocnění a na konci této teorie je naděje, že se takto podaří vývoj rakoviny zastavit.

V současné době se výzkum zaměřuje na rakovinu prostaty. Zkoušky budou trvat několik let a postup našich specialistů je podobný jako jinde ve světě. Jde o to, nalézt vhodnou kombinaci klasických postupů a protinádorové vakcíny, což by přineslo podstatné zlepšení prognózy léčených pacientů. Výzkum pokračuje dál. Zaměřuje se na přímé zničení rakovinné buňky, studuje genové vazby, nové účinné vakcíny, ale snaží se o šetrnější léčbu, která by nepoškozovala zdravé buňky. Současné objevy posunují pochopení této zákeřné choroby drobnými krůčky vpřed. Vědci věří, že jednoho dne

přijde ten rozhodující krůček, kterým se podaří léčit a uzdravovat pacienty daleko šetrněji a účinněji.

(red)

KOŮŘ Z CIGARET ŠKODÍ DĚTEM VÍC, NEŽ SE VĚDĚLO...

Tento fakt uvedla Mladá fronta DNES 2. května na své titulní straně. V článku se mimo jiné říká, že soužití s kuřákem má větší vliv na nekuřáky, a to i tehdy, když kuřák chodí kouřit na balkon.

Fakta, týkající se dětí: mají o 40 % vyšší riziko, že onemocní zánětem středního ucha či dolních cest dýchacích, o 35 % vyšší riziko astmatu, o 50 % vyšší riziko, že onemocní chronickou obstrukční chorobou plic, a 2krát až 3krát je vyšší podle počtu vykouřených cigaret, že může dojít k syndromu náhlého úmrtí novorozence. Kouření deseti cigaret denně zvyšuje úmrtí dítěte na dvojnásobek, při dvaceti cigaretách se zvyšuje toto riziko 2,6krát a při vykouření krabičky cigaret denně se riziko zvyšuje více než pětkrát.

Tyto údaje zazněly na sjezdu našich kardiologů v Brně, kde byla vyřčena i další varování pro nekuřáky, žijící v rodinách kuřáků, či pro ty, kteří jsou nuceni pracovat v zaměstnání, kde se kouří. Lékaři uvažují také o tom, zapisovat do karet svých pacientů, zda žijí v rodinách, kde jsou vystaveni riziku pasivního kouření, protože jim hrozí stejná rizika jako kuřákům, a proto je vhodné zvát je na častější prohlídky.

Žijete-li s kuřákem, pak máte: třikrát vyšší riziko infarktu, dvakrát vyšší riziko rakoviny plic, téměř o polovinu stoupá riziko onemocnění dýchacích cest, zhorší se vaše rozpoznávací funkce mozku a pravděpodobně budete častěji hospitalizováni v nemocnici.

*

Závěrem ještě názor psychologa. Inhalace tabákového dýmu a kouření je jen pouhá berlička pomáhající proti stresu. Stres s cigaretou nezmizí, je jen na chvíli potlačen a pak propuká ještě silněji.

Světová zdravotnická organizace uvádí, že při pasivním kouření nekuřák vdechuje více než 4.000 chemických látek včetně 69 tzv. karcinogenních látek, které při vdechování jsou koncentrovány více než při kouření.

NEBEZPEČNÝ AKRYLAMID

Naše obchody mají plné regály všelijakých pochutin a mnohé z nich patří k oblíbeným pochoutkám už malých dětí. Vědci se zaměřili na smažené brambůrky a zjistili, že obsahují obrovské množství tuku a některé z nich velké množství rakovinotvorné látky akrylamid.

Akrylamid se tvoří v potravinách bohatých na škroby, pokud jsou připravovány smažením nebo pečením při vysokých teplotách. Nejvíce je jich právě v chipsích a hranolcích. Test ukázal, že výrobci se snaží množství této škodlivé látky snížit třeba správnou volbou vhodné odrůdy brambor, nebo šetrnou úpravou. Nicméně ne všichni výrobci tuto snahu uplatňují. Proto vědci varují před častou konzumací brambůrků a děti by je vůbec neměly jíst!

VÍNO – LÉK PROTI RAKOVINĚ A SRDEČNÍM CHOROBÁM

Čeští vědci hledají ve víně preventivní prostředek proti rakovině a onemocnění srdce. Jde o antioxidant resveratrol, který je obsažen ve vinných slupkách. Výběrem vhodných odrůd a působením na vinné hrozny se vědcům podařilo zvýšit množství resveratrolu z pěti miligramů v litru červeného vína až na plných padesát miligramů. V současné době usilují o to, aby resveratrol udrželi i v nealkoholických vinných moštích.

Milan Houška z Výzkumného ústavu potravinářského říká: „Jsme na nadějně cestě. Pokud získáme silný preven-

tivní „lék“ proti rakovině, ischemickým chorobám srdce či degenerativním onemocněním mozku, půjde o mimořádně významný objev.“

Ovšem i tady platí ono staré: všeho s mírou. Pokud by se českým vědcům podařilo resveratrol dostat i do hroznových moštů (antioxidant potřebuje k rozpouštění líh), byl by to radikální zlom v prevenci proti rakovině, chorobám srdce, kornatění tepen či mozgovým degenerativním onemocněním.

Resveratrol zřejmě může i za vědci uznávaný francouzský paradox. Francouzi pijí mnohem více vína a konzumují daleko větší množství živočišných tuků, ale mnohem řidčeji se u nich vyskytují akutní srdeční příhody.

Také kardiochirurg profesor Jan Pirk z pražského IKEM doporučuje mužům tři až čtyři deci a ženám dvě deci červeného vína denně a říká: „Pravidelným sportem a umírněným pitím červeného vína uděláme svému srdci moc dobře.“

Pro další výzkum poskytl stát několik grantů s podmínkou, že antioxidant musí být extrahován pouze z tuzemské vinné révy.

(z mf DNES 18. 4. 2011)

ZE ŽIVOTA NAŠICH ČLENŮ

LIGA PROTI RAKOVINĚ ŠUMPERK

Naše organizace slaví letos své dvacáté narozeniny. Zahájili jsme je výroční schůzí, tradičním předvojem České-

ho dne proti rakovině a přednáškou s prezentací historie našeho sdružení. Za vedení města se naši schůze účastnil náměstek starosty, který přeje našim aktivitám a každoročně nám přidělí nějaké peníze na činnost.

V rámci našich oslav jsme se zúčastnili Dne otevřených dveří nemocnice v Šumperku, který se konal 7. dubna. Tento den je na počest založení Světové zdravotnické organizace každoročně slaven jako Mezinárodní den zdraví. Na náš podnět byl celý den věnován prevenci rakoviny a účastnilo se jej přes 200 obyvatel Šumperska. Mohli se poradit ve specializovaných ordinacích o svých potížích, já jsem měla na starost poradnu o chorobách prsu. S příchozími ženami jsme hovořily o vyšetřování prsu, ke kterému jsme měly k dispozici i maketu prsů. Pro tento den jsme také zpracovali nový leták o prevenci a rakovině prsu.

Do průvodce výstavou jsme zařadili naše známé letáky propagující ligovou činnost a také dvacetiletou historii naší organizace.

Myslím, že se podařilo přispět k propagaci prevence rakoviny a že leták, zpracovaný pro tento den, přinesl fakta, která stojí za zamyšlení. V letáku si lidé mohli přečíst nejen rizikové faktory rakoviny, ale položili jsme i několik otázek týkajících se zdravé výživy, pohybu, ale i pravidelného vyšetřování prsů, pravidelné návštěvě gynekologa a využití možnosti mamografického vyšetření. U nás v Šumperku se toto vyšetření provádí od roku 2003, za tu dobu bylo provedeno **42.675** mamografických vyšetření prsů a zjištěno **153** zhoubných nádorů. Vyšetření se i u nás účastnilo pouze **40 %** žen. Přitom by měly všechny ženy vědět, že **včasně zjištěný malý nádor má největší šanci na vyléčení a že až 98 % žen přežívá bez známek onemocnění.**

Zůstává pro mne záhadou, proč ženy nechodí na preventivní vyšetření prsů, které je zadarmo a může jim zachránit život.

MUDr. Jiřina Koutná
LPR Šumperk

ALEN PRAHA



Sympozia ke Světovému dni proti rakovině se z našeho klubu účastnilo šest členek a myslím, že jsme všechny byly spokojeny.

Obsah sympozia byl na vysoké úrovni, měl velmi dobrý průběh, nebyla tam hluchá místa a byl srozumitelný i pro nás, nelékaře. Nechci psát o průběhu sympozia, o přednáškách nebo diskusi a dalším, vše bylo zvládnuto s profesí a zveřejněno v minulém Zpravodaji Ligy i našeho sdružení ALEN. Chci vás informovat o množství literatury, která byla všem účastníkům k dispozici. Z množství stručných i obsáhlejších titulů o různých druzích rakoviny, prevenci, léčbě, rehabilitaci a dalších potřeb pacientů po ukončení léčby mne nejvíce zaujala publikace „**Onkologie pro laiky**“ od Z. Dienstbiera a V. Stáhalové. Je napsána čtivou formou, srozumitelnou nejen pro současné i bývalé pacienty, ale i pro jejich blízké, kteří se setkávají s touto nemocí sporadicky nebo na dálku. Prostě je napsána pro laiky. Autoři zde píšou o historii a vzniku onkologie, o odbornosti, která pečuje o pacienty. Probírají celý průběh nemoci, počínaje objevením a kontrolou rakoviny, její diagnostikou a léčbou zhoubných nádorů. Kromě všeobecné prevence se zmiňují i o onkologické prevenci v praxi praktického lékaře, která zatím není ještě dostatečně rozvinuta. V kapitole o psychice ve zdraví a nemoci se věnují psychosomatickému onemocnění, kde zdůrazňují, že nemoc a rakovina obzvláště je právě psychosomatickým onemocněním. Od počátku choroby je třeba léčit i psychický podíl. Tato skutečnost je u nás značně opomíjena jak lékaři, tak i zdravotnickým personálem, čímž trpí zejména pacient, ponechaný svým obavám, starostem a utrpení. V této činnosti autoři vyzvedávají význam jak Ligy proti rakovině Praha, tak i význam dobrovolných neziskových organizací onkologických pacientů, jako je např. naše sdružení ALEN Praha.

Sama jsem se o tom přesvědčila, kdy významná pomoc masérky paní Adamcové z občanského sdružení AMELIE mně nejen fyzicky, ale zejména psychicky pomohla překonat ubíjející období podezření vracející se rakoviny v podobě metastáz. Za to, že mi vrátila elán a energii do života, jsem jí velmi vděčná. Činnost AMELIE i našeho sdružení ALEN považuji za velmi významnou nejenom pro pomoc onkologickým pacientům, ale zejména pro pomoc v období po ukončení protinádorové léčby. Výrazná pomoc humanitárních neziskových organizací na tomto poli získává stále větší ocenění a je zdůrazněna i v uvedené publikaci. Proto doporučuji si ji obstarat a hlavně prostudovat.

★

V březnu se několik z nás Alenek účastnilo dvoudenního semináře „Průvodce pro život s rakovinou“, který pořádala AMELIE. Byl na vysoké srozumitelné úrovni a přednášky MUDr. Chrdlové a MUDr. Aschermannové nás aktivně vtáhly do psycho-onkologické problematiky a způsobů komunikace s pacienty. Odpolední praktické cvičení v komunikaci s pacienty, které vedly MUDr. Chrdlová a Pavla Tichá, bylo zajímavé a užitečné. Také sobotní přednášky Mgr. Slavíkové, věnované preventivní a následné péči a sociální problematice onkologicky nemocných, byly na vysoké úrovni.

V dubnu jsme se účastnily jednodenního semináře Aliance „Psychologická podpora onkologického pacienta“, kde Mgr. L. Kalvodová hovořila o překážkách, které pacientky překonávají po sdělení diagnózy. Nosnými tématy byly: Jak říci diagnózu svým blízkým, Jak zvládat domácnost a hovory se sousedy, Jak se smířit s „novým tělem“, O ženskosti během léčby i po jejím skončení, O strachu i po vyléčení a jak jej zvládat.

Oba semináře nám přinesly velmi užitečné poznatky a těšíme se, že se znovu setkáme při podobných akcích.

Jiřka Blažková, Daniela Kelišová
Alen Praha

INNA HAVÍŘOV



Ráda bych se s vámi podělila o své zkušenosti z přednášek na téma „Prevence nádorového

onemocnění prsu“, což patří k hlavním úkolům v naší organizaci. Není jednoduché oslovovat veřejnost a nabízet jí přednášky, na písemnou nabídku většinou ani neodpovídá. Ale i opak je pravdou a někdy pomůže i náhoda. Domluvily jsme si pro náš klub přednášku policie na téma „Podvody na seniorech“. Pan nadporučík Jaroslav Kus z karvinské policie ochotně přijel, zajímavě nás informoval o tom, jaké nebezpečí seniorům neustále hrozí právě proto, že jsou důvěřiví. Promítl nám také film s různými scénkami a fintami podvodníků. Poradil, jak se chránit a co dělat v případě, že vás někdo obtěžuje. Hovořil také o domácím násilí a nevídnosti okolí. Rozvinula se dlouhá a zajímavá debata. Zaujala nás informace o osobním alarmu, který lze objednat na internetu.

Samozřejmě se zajímal i o naši organizaci i činnost, a když se dozvěděl, že provádím přednášky pro ženy a že jsem ochotna k nim přijet, okamžitě reagoval a do týdne zajistil prostory a termín přednášky. Protože se po přednášce u nich rozvinula delší diskuse, zjistil, že toto téma bylo pro jejich ženy zajímavé, a slíbil, že se pokusí domluvit termín mé přednášky i v Ostravě. Doufám, že se to podaří.

Naším přáním je, aby ženy vzaly odpovědnost za své zdraví do svých rukou a prováděly samovyšetřování prsu s takovou samozřejmostí a pravidelností, jako chodí ke svému zubaři či gynekologovi. Aby využívaly mamografický screening, který je hrazen pojišťovnamí, jako důležitou prevencí, protože na přednáškách se neustále setkávám s tím, že některé ženy, i když jsou v rizikovém věku, ještě na mamografickém vyšetření nebyly a jejich lékař je tam neposlal. Dokonce mě udivilo, když mi řekla jedna zdravotní sestra pracující u gynekologa, že na mamografu ještě nebyla, a přitom se už chystala do důchodu. Asi je pravdivé přísloví, že „pod svícem bývá tma“.

Marta Marčová
INNA Havířov

★

Ve Zpravodaji sdružení jsme se dočetli, že v prvním čtvrtletí se uskutečnily čtyři přednášky pro ženy, a to ve Staré Vsi nad Ondřejnicí – kde jedna přednáška byla pro veřejnost a druhá v základní škole, další přednáška byla v Rodin-

ném centru v Havířově a čtvrtá pro Policii, o níž píše paní Marčová. Život klubu je velmi bohatý. Společné návštěvy kulturních akcí, výlety do okolí, ale uskutečnil se i bazar, výstavka ručních prací, členky klubu nechyběly ani na masopustním průvodu v Dolních Datyních či na tradičním reji čarodějnic na Čertových kamenech. Účastnily se soutěžní výstavy „Šikovné ruce“, která se uskutečnila při slavnostním otevření Centra volných aktivit v Havířově.



V dubnu byla i výroční schůze, uspořádaná ke 14. výročí založení organizace. O účasti na Českém dnu proti rakovině jste se už dočetli v bloku věnovaném této každoroční události.

U příležitosti III. ročníku „Havířov v květech“ je připraveno společné setkání s členkami onkologické organizace Venuše z Liptovského Mikuláše, které bude prvním krokem plánované budoucí spolupráce.

BENKON BENEŠOV



Z klubového zpravodaje jsme se dozvěděli o bohaté činnosti benešovských žen. Na květnové schůzi měly

členky možnost naučit se automasáž lymfatických cest na krku a hrudníku. Koncem května navštívily v Jablonném členky Alenu Praha a vyjely na výlet do Sedlčan. V polovině června plánují třídní pobyt v Českém Krumlově, návštěvu členek klubu z Meziříčí v Jablonném a na 29. června je naplánováno vyřezávání ovoce a zeleniny společně s odborníci na tuto problematiku p. Procházkou.



Zpravodaj přinesl i všem členkám podrobné rady o péči o lymfedém.

ŠUMAVA – KLATOVY

Letošní 6. Den pro zdraví se u nás konal 20. dubna v Kulturním domě v Klatovech. Představili se na něm noví vystavovatelé, kteří seznámili občany se zdravým stravováním, péčí o nemocné, kompenzačními pomůckami, s činností klatovské Charity, ale i s kosmetikou a péčí o pleť a ruce. Budoucí

zdravotní sestřičky – žačky Střední zdravotní školy – měřily příchozí tlak. Tradičně vystoupila taneční skupina Dancing Rollers ze Žatce, v jejichž středu účinkuje také Míša Bláhová upoutaná na invalidním vozíku. Za pomoci své kamarádky Pavlína Vojákové předvedla čtyři taneční vystoupení, která diváci odměnili srdečným potleskem. Našli se i odvážní chlapi, kteří si vyzkoušeli s Míšou zatančit.

Den zdraví, který zařídil starosta města Mgr. Rudolf Salvetra, se pořadatelům vydařil a všichni se těší už dnes na příští ročník.

Vlasta Kučerová

místopředsedkyně SZP Šumava-Klatovy

KLUB STOMIKŮ BRNO

Na letošní jarní rekondiční pobyt jsme si vyjeli do severočeského Úštěku. Z Brna jsme cestovali směrem na Prahu, v Jihlavě jsme se zastavili pro jednu naši členku a pak jsme pokračovali až do Ploskovic, kde jsme si prohlédli krásný zámek ve stylu vrcholného baroka. Odtud jsme dojeli do našeho cíle penzionu Racek v Úštěku. Za každého počasí byla každé ráno rozcvička, kte-

rou vedla stomasestra Olga Tellerová. Po snídani každé dopoledne jsme projížděli Českým středohořím a navštěvovali různé památky a zajímavosti. Poutní místo Kalvárie, Kravaře, Zubrnici, Kokořín, Litoměřice, Doksany, horu Říp, hrad Bezděz a Máchovo jezero. Odpoledne jsme chodili na procházky a prohlédli jsme si Úštěk. Překvapily nás „Ptačí domky“ postavené na skále, navštívili jsme synagogu a kostel sv. Petra a Pavla, kde je nad hlavním

oltářem vzácný obraz od Josefa Škréty. Vyslechli jsme zajímavé přednášky, navštívili nás zástupci firem, které vyrábějí pro nás nezbytné pomůcky, a po večerech jsme si společně zazpívali a zamuzicírovali s Martinem Maňáskem a manželi Šuchmovými, kteří ochotně s sebou vezli své nástroje, aby nás pobavili, za což velmi děkujeme.

Počasí nás častovalo deštěm, sněhovou vánicí i modrým nebem. Ubytování a stravování jsme očekávali trochu lepší. Všichni děkujeme Janě Štrnadové za dobrou organizaci zájezdu i za práci s tím spojenou. Jsme vděční všem, kteří se snažili nám pobyt zpříjemnit. Už dnes se těšíme na podzimní rekondiční pobyt v Jeseníkách.

Byl to pro nás skoro děs vystoupit na hrad Bezděz. Podstatně se vyšlo líp na náš slavný český Říp. Mně se pak vědomí zvedlo, když jsem zdolal Vysoké Sedlo. Na Ronov jsem chtěl jak drak bohužel mně ujel vlak.

Za brněnské stomiky

Jindřich Tioka



INFORMACE

Mezi vydané účelové publikace patří i titul: **Lymfatický otok po operacích prsu**. Autorkami jsou MUDr. Jaroslava Barkmanová a Alena Jelínková.

V publikaci najdete informace o lymfedému, jeho příznacích a druzích, speciálně o lymfedému po operaci prsu, o rehabilitaci po operaci, o komplexním léčení tohoto otoku i o tom, zda je možné lymfatickému otoku předejít.

Publikace obsahuje i rehabilitační cvičení po operaci prsu a při edému končetiny. Autorky, které mají v této oblasti

bohaté zkušenosti, jsou přesvědčeny o tom, že včasnou diagnózou, důsledným dodržováním všech doporučení a spoluprací je možné docílit výrazného zlepšení nálezu a jeho stabilizace.

*

Novou publikaci pro naše klienty zpracovala PhDr. Radka Kulhánková pod názvem **Psychologické aspekty nádorových onemocnění**.

Publikace obsahuje psychosociální důsledky tohoto onemocnění, proces vyrovnávání se s onemocněním, mezilidské vztahy, ale i vysvětlení k jed-

notlivým fázím onemocnění od sdělení diagnózy, období léčby, otázky konsolidace, možnosti recidivy až po problematiku terminálního stadia.

Nechybí psychoterapie, krizová intervence, ale i relaxační techniky a význam svépomocných skupin.

Publikaci, stejně jako veškeré další, jejichž seznam najdete na www.lpr.cz, obdrží zájemci zdarma. Objednat si je můžete prostřednictvím Nádorové telefonní linky (tel. 224 920 035) nebo v sekretariátu Ligy (tel. 224 919 732, e-mail. adresa.birkova@lpr.cz).

ceník celoplošné inzerce Informační zpravodaj Ligy proti rakovině Praha

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: warausova@allin.cz

Inzerce přijímá: e-mail: lpr@lpr.cz, klima@allin.cz

Závěrem několik praktických informací

Līga proti rakovině Praha
Ústav radiační onkologie
Na Truhlářce 100/60
180 81 Praha 8
Sekretariát: tel./fax: 224 919 732
internet: 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
č. účtu Českého dne proti rakovině: 65 000 65/0300

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.

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

Zpravodaj k tisku připravily: PhDr. Eva Křížová, Iva Kurcová, DiS. • Grafická úprava: ALL IN AGENCY • Vydává: Līga proti rakovině Praha