



Člen UICC a ECL

Liga proti rakovině



Informační zpravodaj ▲ Ročník 27 ▲ Červen 2016 ▲ Číslo 2

Milí přátelé:

„Do ulic více než 1.100 měst a obcí vyrazilo ve středu 11. května téměř 13.500 nadšených dobrovolníků ve žlutých tričkách, kteří nabízeli přes 900.000 kytiček měsíčku lékařského a letáčků o prevenci rakoviny prsu.“

Těmito slovy bych vás ráda uvítala při čtení nového čísla ligového Zpravodaje. Před dvaceti lety vznikl dosud nejvýznamnější a u veřejnosti nejznámější projekt Ligy s názvem Květinový den, dnes jej známe jako Český den proti rakovině. Jeho zakladatelé pod vedením pana profesora Dienstbiera se rozhodli uspořádat finanční sbírku spíše jako pokus a nikdo nevěděl, jak na něj lidé zareagují. Dnes již víme, že z první sbírky, která se opírala hlavně o Prahu, se díky zapojení dalších měst a obcí v celé republice stala tradice a druhou květinovou středu mají naši spoluobčané již spojenou s prodejem kytičky měsíčku lékařského, ozdobené každým rokem jiným tónem barevné stužky. Během let vznikla nádherná spolupráce a solidarita lidí na podporu onkologicky nemocných pacientů a šíření prevence rakoviny. Je až ne-



uvěřitelné, že i letos se nám podařilo vybrat během několika hodin tak velkou finanční částku. Získané peníze budou opět rozděleny na tři dlouhodobé pilířové programy Ligy. Finančně

nevyčísitelný je i osvětový význam celé akce a hlavně obrovský entuziasmus a pomoc celého národa – všech, kteří si kytičku kupují, a všech dobrovolníků, kteří kytičky s nadšením nabízejí. Pro nás je to zároveň i velká zodpovědnost a závazek. Děkujeme vám všem, kteří jste nám poslali své příběhy a zážitky ze sbírkového dne. Letošní sbírka se díky vám opět vydařila.

V tomto čísle Zpravodaje se dozvíte vše o březnové volební členské schůzi Ligy, o tiskové konferenci, seznámíme vás s městy, do kterých na podzim opět zamíříme s naší putovní výstavou, i s děním a novinkami v životě našich klubů.

Dovolte mi popřát vám za celou Ligu krásné léto, příjemnou dovolenou, hodně radosti z přírody, přátel a abyste stále byli v dobré tělesné i psychické kondici.

Pavla Vancová



VÝROČNÍ ČLENSKÁ SCHŮZE

Ve středu 30. března se konala výroční členská schůze v Lékařském domě ČLS JEP v Praze 2. V úvodu místopředsedkyně Ligy Iva Kurcová provedla kontrolu správnosti a úplnosti prezenční listiny a konstatovala, že schůze je usnášeníschopná. Dále bylo provedeno hlasování o programu schůze a o návrhu orgánů členské schůze.

Dalším oficiálním bodem bylo zhodnocení práce Ligy v uplynulém roce. Slova se ujala MUDr. Michaela Fridrichová, která připomněla, že loňský rok byl jubilejní, 25. od založení Ligy, a vlastně se nijak nelišil od předešlých let. Výročí jsme oslavili při každé akci, která proběhla. Opakovaně jsme vzpomněli zakladatele pana prof. Dienstbiera a paní doktorku Širackou, která se i osobně zúčastnila děkovného koncertu. Od začátku je smyslem činnosti Ligy nutná edukace všech lidí této země. Snažíme se hlavně přinášet informace, více zapojit elektronická média, vylepšit ligové stránky a Facebook, začínáme s Twitterem. Hledáme cestu, jak se dostat k mladší generaci, která již papírovou formu nejrůznějších sdělení téměř nebere na vědomí a je závislá na informacích z internetu. Pro dlouhodobý program nádorové prevence jsme v uplynulém roce uspořádali Sympozium s hlavním tématem Nádory reprodukčních orgánů a zájem o toto téma byl značný. Obnovovali jsme publikace, doplnili jsme nové tituly, proběhl další Český den proti rakovině.

Úspěšný byl i osmý ročník podzimní výstavy „Každý svého zdraví strůjcem“. V každém městě fungovala i dermatologická vyšetřovna a během třítydenní



akce bylo zaznamenáno i několik záchytů maligního melanomu.

V dlouhodobém programu podpory života onkologických pacientů jsme pokračovali v rekondičních pobytech, které proběhly pod odborným dohledem MUDr. Aschermannové. Podzimní patientský Sněm byl tentokrát dvou-denní, neboť jsme chtěli umožnit účastníkům navázat bližší kontakty a vztahy a lépe se mezi sebou seznámit nejenom na přednáškách, ale i během kulturního programu.

Červnový Děkovný koncert i tradiční Vánoční koncert měly opět vysokou úroveň a jejich program potěšil všechny zúčastněné.

V rámci programu podpory onkologického výzkumu Liga podpořila několik výzkumných grantů a finance byly vyčleněny i na nákup rehabilitačních pomůcek a přístrojového vybavení onkologických pracovišť. Detailní přehled dostal písemně každý účastník schůze ve svých materiálech.

Zprávu o hospodaření za uplynulý rok přednesla ekonomka Ligy Jaroslava Skoumalová. Z důvodu nemoci předsedkyně revizní komise MUDr. Lenky Hronovské seznámila s výsledky kontroly účetnictví, které se provádí dvakrát ročně, v zastoupení místopředsedkyně Iva Kurcová. Potvrdila, že kontroly proběhly řádně a v účetnictví Ligy nebyly shledány žádné nesrovnalosti.

Proběhlo řádné hlasování o schválení přednesených zpráv.



Následující informace se týkaly přípravy Českého dne proti rakovině, se kterými přítomné seznámila předsedkyně Ligy MUDr. Michaela Fridrichová a zástupkyně agentury Arcadia Jiřka Bajgarová. Termín letošní jubilejní 20. sbírky byl stanoven opět na druhou středu v měsíci květnu. Hlavním tématem roku 2016 bylo zvoleno téma – Karcinom prsu u žen a u mužů, stužka na kytičce bude mít růžovou barvu. Propagace je stejně bohatá jako v minulých letech, upoutávky se připravují v České televizi, v Radiožurnálu a je připravena i rozsáhlá plakátová kampaň v mnoha městech. Pustili jsme se i do moderních technologií, byl vytvořen nový web sbírky a pro majitele chytrých telefonů jsou připraveny informace o nové aplikaci s prodejem e-kytiček. Věříme, že se nám takto podaří oslovit nový segment příznivců, které toto zaujme.

Další důležitý bod výroční schůze se týkal volby do orgánů Ligy pro volební období 2016–2018 podle navrženého seznamu kandidátů.

Nově zvolený výbor dále zvolil ze svého středu předsedkyni a místopředsedkyni.

Do výboru Ligy proti rakovině Praha z.s. pro období 2016–2018 byli zvoleni:

MUDr. Michaela Fridrichová – předsedkyně

Iva Kurcová, DiS. – místopředsedkyně

MUDr. Alexandra Aschermannová

Ing. Jiří Maceška

JUDr. Ondřej Načeradský

MUDr. Jarmila Pradáčová, CSc.

MUDr. Vladimíra Stáhalová

MUDr. Marie Tomečková, CSc.

MUDr. Lucie Veselá

Předsedkyně Ligy přítomným poděkovala za důvěru, přivítala novou členku výboru MUDr. Marii Tomečkovou, CSc., a popřála mnoho elánu a nových nápadů do další práce.

Odpolední část programu byla věnována zajímavým přednáškám.

Jako první vystoupila **doc. MUDr. Petra Tesařová, CSc.**, z Onkologické kliniky 1. LF UK a VFN.

Paní docentku jsme požádali o zpracování přednášky i pro vás, čtenáře ligového Zpravodaje.



GENETICKY PODMÍNĚNÝ KARCINOM PRSU

Tak, jak se zlepšuje záchyt časných stadií karcinomu prsu u žen, které absolvují mamografie v rámci screeningu, a s tím se snižuje i úmrtnost těchto nemocných, vystupuje do popředí horší prognóza žen ve věku, který ještě screeningu nepodléhá. Karcinom prsu mladých žen je obvykle agresivnější, často triple negativní, ale věk pacientek do 35 let je špatným prognostickým faktorem u všech typů zhoubných nádorů prsu. Mladý věk často koreluje s vysokým rizikem lokální recidivy a vývojem druhostranného nádoru prsu. Z důvodů časté lokální i systémové rekurence nádoru jsou mladé nemocné zpravidla indikovány k systémové léčbě, především chemoterapii. Dá se předpokládat, že posun diagnostiky nádorů v této věkové skupině se záchytem časněho lokalizovaného karcinomu by mohl výrazně zlepšit prognózu nemocných. Z těchto důvodů vznikl v roce 2005 na onkologické klinice v Praze Projekt 35, pracovní skupina zaměřená na karcinom prsu mladých žen, jejímž smyslem je zmapovat situaci v Čechách a na Moravě a zlepšit léčbu, ale i časný záchyt karcinomu prsu mladých žen do 35 let, a tím i jejich prognózu. V České republice je každoročně diagnostikováno kolem sto třiceti nových pacientek mladších 35 let se zhoubným nádorem prsu. Je překvapivé, že riziko vzniku karcinomu prsu v mladém věku (< 40 let) je podobné na celém světě. Incidence karcinomu prsu ve vyspělých zemích stále stoupá, snižuje se věk zahájení menstruace, klesá porodnost, posouvá se věk prvního porodu a prodlužuje se dožití. Na riziko vzniku karcinomu prsu v mladém věku to ale má překvapivě

vě malý dopad. Tento fakt je nejspíše způsoben přítomností specifických rizikových faktorů pro tuto věkovou skupinu a faktem, že nádor v tomto věku nepodléhá screeningu.

Genetická příčina onemocnění se vyskytuje u cca 5–10% všech pacientek s karcinomem prsu. Převažuje syndrom hereditárního karcinomu prsu a vaječníků (HBOC), způsobený mutacemi v genech BRCA1 a BRCA2. Pacientky s karcinomem prsu, který vznikl na podkladě dědičné predispozice, reprezentují specifickou skupinu nemocných, u nichž je nádorové onemocnění diagnostikováno v mladším věku, jejich riziko vzniku dalšího karcinomu prsu, vaječníků i jiných nádorů je v průběhu života významně zvýšeno.

Geny BRCA1 a BRCA2 patří mezi tzv. tumor supresorové geny, které zajišťují opravu dvojitých zlomů DNA. Produkty těchto genů jsou jaderné proteiny. Funkce obou proteinů je zprostředkována vazbou s dalšími bílkoviny buněčného jádra. Proteiny BRCA1 a BRCA2 se účastní řady pochodů při udržení genomové integrity, regulace transkripce a regulací buněčného cyklu. Mutace v genech BRCA1 a BRCA2 tyto funkce poškozují.

Pro hereditární nádorové onemocnění prsu je charakteristický nízký věk pacientky v době stanovení diagnózy (obvykle o 10–15 let dříve ve srovnání se sporadickým karcinomem), oboustranný nález karcinomu prsu a nádorová duplicita karcinomu prsu a vaječníků. Celoživotní riziko vzniku karcinomu prsu je v ženské populaci odhadováno na 8–10%, zatímco u nosiček mutace v BRCA1 a BRCA2 genu dosahuje až 80%. Zároveň je zvýšeno riziko vzniku karcinomu vaječníků u nosiček BRCA1 až na 50%, u nosiček BRCA2 na 20%; častější jsou i další nádorová onemocnění, například karcinomy tlustého střeva, karcinomy pankreatu a žlučových cest, nádory dělohy a maligní melanom.

Obecně se geneticky podmíněné nádory objevují nejčastěji právě v té nejmladší skupině nemocných. Rodinná zátěž nádorem významně zvyšuje riziko karcinomu prsu ve věku < 35 let. Genetický podklad zatím vysvětluje vznik jen části zhoubných nádorů mladých žen. Genetické sekvenování ale pokračuje a jistě se časem dozvíme

mnohem víc o genetickém podkladu této diagnózy.

S prevencí u zdravých nosiček mutace BRCA1/2 je důležité začít v mladém věku. Nádory se objevují velice časně. V současné době existují přesně definovaná pravidla pro genetické testování nemocných, která se v souvislosti s rozšiřujícími se možnostmi cílené léčby u nemocných s geneticky podmíněnými nádory také rozšířila. Stejně tak máme k dispozici scénář pro sledování zdravých i nemocných pacientek s BRCA1/2 mutací a jinými hereditárními typy nádorů. Systém těchto vyšetření slouží k časnému zachytu nádoru ve fázi lepší naděje na úplné uzdravení. Vzhledem k vysokým rizikům onemocnění je možné v primární prevenci indikovat profylaktické operace prsů a vaječníků, která snižují riziko vzniku zhoubného nádoru zcela zásadně. Jednotlivé eventuality může geneticky poznamenaná nemocná prokonzultovat v rámci genetického poradenství. Mladé ženy mají ve srovnání se staršími nemocnými s karcinomem prsu relativně horší prognózu přežití, což nelze vysvětlit jen nepříznivější biologickou charakteristikou jejich nádorů, jako je vyšší dedifenciace (grade) a přítomnost nepříznivých markerů (triple negativita, HER2 pozitivita). Pravděpodobně existují další nepopsané patologické markery (EGFR, androgenní receptory atp.), které o špatné prognóze mohou rozhodovat. Riziko lokální recidivy u nemocných pod 35 let věku zůstává po konzervativním výkonu na prsu i po ozáření vysoké. Je zřejmé, že mladé ženy významně profitují z užití neoadjuvantní a adjuvantní chemoterapie a je velmi raritní najít tak málo rizikovou nemocnou s invazivním karcinomem prsu do 35 let, která by se mohla chemoterapii vyhnout. S rizikem nádoru v mladém věku souvisí i vysoká denzita mléčné žlázy a vysoké procento kmenových prsních buněk, klesající s věkem.

Je nepravděpodobné, že bychom mohli u mladých žen snížit incidenci zhoubných nádorů prevencí snižováním rizikových faktorů. Slibná se zdá podpora kojení, samovyšetřování vedoucí k časnému zachytu, rozšíření genetického screeningu a zacílení chemoprevence. Smyslem všech těchto opatření je dosáhnout detekce co

nejmenšího nádoru, a tím zvýšit naději na jeho vyléčení. Svěbytnost problematiky karcinomu prsu mladých žen jistě opravňuje považovat karcinom prsu ve spojení s velmi mladým věkem za „vzácné onemocnění“, vyžadující zvláštní režim diagnostiky a léčby s centralizací, zvlášť v koincidenci s kojením a těhotenstvím. Proto vznikl Projekt 35, ve kterém je v současné době zaregistrováno kolem 700 pacientek z celé republiky.

doc. MUDr. Petra Tesařová, CSc.

Dalším tématem byla Onkologická onemocnění v pokročilém věku v podání **MUDr. Michaely Fridrichové**. Je to jistě zajímavé, i když méně obvyklé téma, nicméně tím, že evropská populace stárne, máme stále více pacientů a pacientek, kteří jsou na prahu osmdesátky a starší. Onkolog se tak ocitá před rozhodnutím, jak s tím naložit. Obecně léčebná schémata jsou identická, nicméně musí brát zřetel na to, že jde již o křehký organismus, který má malou rezervu. Z toho vyplývá menší tolerance léčby, snížená a pomalejší regenerace. Musí se zvážit možné riziko při léčbě a přínos uvažované terapie a přihlídnout i k přání pacienta.

Další zajímavou přednášku si přítomní vyslechli od předsedkyně LOONO z.s. **MUC. Kateřiny Vackové**, která také zpracovala svou zajímavou přednášku pro Zpravodaj:



JAK MLUVIT S MLADÝMI O RAKOVINĚ?

Co si mladí lidé myslí o rakovině?

Pokud byste se zeptali mladých lidí mezi 18–35 lety na názor, co si myslí o rakovině, většina z nich by vám odpověděla, že „je to nekontrolované množení buněk u starých lidí, ale že jich se to netýká“. Jen někteří z nich by možná dodali, že se s rakovinou už setkali, v rodině či u přátel. A opravdu jen malý zlomek z nich by vám řekl, že dělají vše proto, aby rakovinu nedostali nebo ji odhalili včas, protože jsou si vědomi toho, že se jich může týkat i v mladém věku. Proto rozhodně má edukace mladých lidí smysl, a co víc, smysl má i úprava stylu komunikace tak, aby oslovila co možná nejvíce z nich.

Jak s nimi o rakovině a jiných nemocích mluvit?

5 tipů, které vám usnadní komunikaci s mladými:

- **Nestrašte & Nevyhrožujte** – Nevyhrožujte mladým hesly „pokud se nebudeš samovyšetřovat, dostaneš rakovinu“ a nestrašte je ve stylu „rakovinu můžeš mít i ty, zajdi na preventivní prohlídku k lékaři“. To všechno může mít za následek, že k lékaři nezajdou už jen ze strachu „že jim něco objeví“. Raději to proto převraťte do pozitiv a vysvětlete jim, proč je to důležité: „Samovyšetřováním / návštěvou preventivní kontroly se dá odhalit rakovina v brzkém stadiu, zvýší se tak tvoje šance na vyléčení.“

- **Zaujměte** – Zaujměte je povídáním o blízkých tématech, např.: „Věděli byste, jak dlouho trvá vývoj jedné spermie? Věděli byste, proč mají ženy dělohu a kolik kalorií obsahuje mateřské mléko?“ Získáte si jejich pozornost, pobavíte je a naučíte je něco, čím se budou následně chlubit před kamarády, že právě vy jste je obohatili o tak zajímavé informace. Tím zvýšíte šanci, že se u vás / na vašich internetových stránkách zastaví i ti to kamarádi.

- **Ukažte, že je to trendy** – Většina mladých lidí dělá jen to, co je právě trendy, proč toho nevyužít? I prevence, jakožto součást zdravého životního stylu, může být trendy. Komunikujte proto takto: „Sportuješ a jsi zdravý? Co k tomu přidat ještě samovyšetřování / preventivní kontroly / cokoliv dalšího?“ Stejně tak pokud fungujete na Facebooku či



jiných sociálních sítích, nechte si od fanoušků posílat fotky, jak se řídí vašimi radami. Každý se rád chlubí, tak proč by se nemohl pochlubit tím, že dělá něco pro své zdraví.

• **Nezlehčujte jejich problémy** – I mladí lidé mají spoustu otázek. V době internetu si vše, co jim říkáte, mohou stejně dobře najít na webových stránkách. Co jim ale internet neposkytne, je možnost zeptat se mezi čtyřma očima na to, co je trápí a na co se třeba stydí zeptat. Buďte proto shovívaví a nezlehčujte jejich problémy. Asi budete překvapeni, co vše jim dělá starosti: od „*Moje maminka měla rakovinu, mohlo to nějak ovlivnit moje geny?*” přes „*Budu moci mít děti a budou moje děti chytré, i když podstoupím chemoterapii kvůli rakovině varlat?*” až po „*Přenáší se rakovina pohlavním stykem?*”. Získejte si jejich důvěru tím, že jim trpělivě a empaticky odpovíte.

• **Zkraťte to** – V dnešní rychlé době nemá nikdo z nich čas číst obsáhlé brožury či informační letáčky. Vyberte z nich proto to opravdu podstatné, sepište do odrážek a připněte to na sociální sítě nebo vytvořte jednoduchý plakát.

• **Jeden NAVÍC – Bud'te tam, kde oni, mluve jako oni** – Plakátky a letáčky na poliklinikách či v metru na mladé nezabírají. Vydejte se tam, kde skutečně jsou a hlavně, kde nebudou zrovna přilepeni očima na mobilní telefony. Zaměřte se na univerzity, festivaly, kavárny a především internet. Zde ale pozor, co je vůbec nejdůležitější – změňte jazyk svojí komunikace, místo vykání klidně tykejte, nepohorší je to, místo holých vět zkuste přidat smajlíky. Klidně můžete požádat i nějakého studenta, aby „jazykem mladých” napsal to, co jim chcete sdělit, není ostuda se poradit s mladými obzvlášť, pokud by to někomu z nich mohlo později zachránit život.

Lada Brůnová, PR manažerka Loono, radí:

Jak sociální sítě používat

• Vnímejte sociální sítě jako součást ucelené komunikace (i novináři z nich čerpají) a marketingu. Napojte je na další aktivity.

• Stanovte si jasný tón komunikace a držte se ho. Musíte vědět, ke komu mluvíte, jaký druh příběhu chcete říkat a proč by to mělo lidi zajímat. To samozřejmě platí pro komunikaci obecně.

• Soustřeďte se na obsah, který by měl být pro vaši cílovou skupinu přínosný a relevantní – nemusíte generovat jen vlastní obsah, sdílejte i zajímavé příspěvky ze zahraničí nebo od „konkurence”. Ukážete tím, že nejste sebestřední.

• Připravte si plán a pravidla – vytvořte si kalendář obsahu, který vyplníte tématy, která chcete komunikovat. Stanovte si periodicitu uveřejňování příspěvků, například 1x denně, 2x týdně...

• Reagujte na aktuální dění, které souvisí s vaším tématem.

• Interagujte s lidmi a ostatními značkami, odpovídejte na jejich dotazy, reagujte na komentáře, a to i na ty negativní.

• Spolupracujte s lidmi, kteří jsou v online světě aktivní a vaše cílová skupina je „následuje”, tzv. opinion leaders.

• Inspirujte se u nejlepších. Neobjevujte Ameriku – zamyslete se, které značky se vám líbí svým stylem komunikace, a vyberte si z nich to nejlepší.

• Stanovte si rozpočet na reklamu. Většina sociálních sítí nabízí placenou podporu příspěvků, která zvyšuje dosah mezi fanoušky a definovaným publikem.

• Pochlubte se, že sociální sítě používáte, a kde vás lidé najdou. Zatímco na webové stránky přijde člověk zpravidla jen jednou, na sociálních sítích trávíme hodiny denně. Stáhněte si proto ikony daných sociálních sítí a použijte je na webu a reklamních materiálech.

• Sociální sítě potřebují svou péči – pokud jim budete věnovat čas a energii, vrátí se vám to.

Facebook

• V Česku nejrozšířenější sociální síť. Podle posledních dat je u nás 4,5 milionů aktivních měsíčních uživatelů, tedy skoro každý druhý. Největší věková skupina je 25–34 let, třetina uživatelů českého Facebooku pochází z Prahy.

• Hodí se pro sdílení informací, ať už textovou, nebo obrazovou formou (fo-

tografie, videa, animované obrázky ve formátu.gif).

• Nabízí velmi dobré cílení placených reklamních formátů (Facebook o nás ví „všechno”).

Instagram

• Platforma pro vizuální inspiraci, kam lidé chodí objevovat svět prostřednictvím obrázků a videí.

• Počet českých uživatelů přesáhl 600 tisíc, jedná se zejména o mladší lidi – většina uživatelů instagramu je ve věku 15–24 let (49%) a 24–35 let (32%).

• Nutným základem jsou kvalitní fotografie a videa. Věnujte jejich přípravě čas – následně je využijte i v newsletteru a na ostatních sociálních sítích.

• Vytvořte si vlastní hashtag* a využijte ho k identifikaci značky nebo kampaně (například #prsakoule) a vyzvěte lidi, ať ho používají – pomohou vám šířit povědomí a získávat nové fanoušky.

*Hashtag je slovo anebo fráze, která začíná # (dvojkřížkem). Sociální sítě na hashtag reagují a promění ho v odkaz, přes který je možné najít další stejné hashtagy. Platí i pro Facebook a Twitter, na Instagramu je ale nejčastěji používanější.

Twitter

• Síť umožňující posílat textový příspěvek dlouhý maximálně 140 znaků (tweet), který se zobrazuje na sledujícím profilu (followers).

• Český Twitter má kolem 300 tisíc uživatelů, je oblíbený mezi novináři (zejména „deníkáři” a technologickými), proto přítomnost na něm nepodceňujte.

Výše zmiňujeme v Česku tři nejoblíbenější/nejpoužívanější sociální sítě, ale nezapomínejte ani na další, jako jsou **LinkedIn, Google+, Snapchat, Pinterest, YouTube/Vimeo, Flickr atd.** Nemusíte nutně využívat všechny – vždy zvažte, která z nich se pro vaši značku hodí. Je lepší spravovat kvalitně jen pár sociálních sítí než mít prázdné a nudné profily na všech.

Pokud byste měli jakékoliv dotazy či chtěli pomoci s nastavením sociálních sítí, neváhejte se nám ozvat na katerina.vackova@loono.cz.

O Loono:

Tým neziskové organizace Loono čítá v současné době na 25 lidí – jsou mezi nimi studenti lékařských fakult, ale i PR manažerka, projektová manažer-

ka, právnička a odbornice na sociální média, tedy lidé, které žene dopředu chuť motivovat mladé lidi, aby mysleli na své zdraví včas. Společně sní o tom, že změní svět k lepšímu. V rámci své aktuální kampaně „Sahám si na ně každý měsíc“ – #prsakoule, vyškolili více než 7.000 lidí v oblasti samovyšetřování prsou a varlat, z čehož si následně 26 lidí odhalilo rakovinu včas.

Tuto zprávu nám napsal tatínek mladého chlapce, kterého naše kampaň cílená na mladé lidi oslovila a který si díky ní vyšetřil varlata – a našel rakovinu VČAS: „Vážená slečno, před 2 týdny si můj syn sáhl na svoje, jak vy říkáte #prsakoule, a svěřil se mi, že je něco špatně a zítřka jde na operaci. Vypadá to zhoubně a je mu teprve 17 let. Prosím, držte nám palce a i nadále inspirujte mladé, aby přemýšleli o svém těle. S úctou Petr L.“



Ilustrační foto z #prsakoule official party – mladí muži zkouší najít bulky v modelech varlat. I otázka rakoviny může být trendy a zábavná, jde jen o to, jak ji mladým podáte.

TISKOVÁ KONFERENCE K 20. ROČNÍKU ČESKÉHO DNE PROTI RAKOVINĚ

„11. květen znovu volá celou Českou republiku! Čechy, Moravu a Slezsko, tisícovky dobrovolníků, stovky spolupracujících organizací a doufáme, že opět dají dohromady mnoho milionů korun na podporu nádorové prevence, vylepšování kvality života pacientů nebo zlepšování vybavení onkologických pracovišť.“ Těmito slovy zahájil 4. květena v Akademickém klubu 1. lékařské fakulty UK ve Faustově domě tiskovou konferenci k 20. výročí sbírky Ligy proti rakovině Praha Mgr. Jan Kovařík. Dobrovolníci ve žlutých tričkách budou nabízet v ulicích měst celé republiky kytičky měsíčku lékařského s růžovou stužkou. Odstínem stužky Liga symbolicky připomíná téma, které letos zvolila k informační preventivní kampani, a sice rakovinu prsu u žen i mužů. Z historie sbírky se dozvídáme, že první česká sbírka se uskutečnila v roce 1997 pod názvem Květinový den s cílem získat finance prodejem kvítků měsíčku lékařského a přinášet veřejnosti informace o prevenci rakoviny za stále stejnou cenu dvaceti korun. Za celou dobu 19 ročníků sbírky bylo vybráno téměř 250 milionů korun, které byly rozděleny na nádorovou prevenci, zlepšení kvality života onkologických pacientů a na podporu výzkumu,

přístrojového vybavení onkologických pracovišť a podporu hospicům.

V úvodu tradičně vystoupila předsedkyně Ligy MUDr. Michaela Fridrichová a přivítala přítomné hosty, zopakovala, že hlavním cílem je již 26 let prevence nádorových onemocnění. Pro letošní informační kampaň sbírky Liga zvolila nejčastěji se vyskytující nádorové onemocnění žen – rakovinu prsu. Tato volba byla opodstatněná, vzhledem k faktu, že každoročně se v České republice dozví tuto diagnózu více než 7.000 žen a 1.800 žen ročně v důsledku této nemoci zemře. Incidence onemocnění má sice stoupající křivku, ale mortalita mírně klesá. Liga se připojuje k osvětovým kampaním a k adresnému zvaní na preventivní prohlídky a vyzývá ženy, aby nezanedbávaly ani samovyšetření, protože platí, čím ranější záchyt, tím vyšší šance k plnému uzdravení. MUDr. Fridrichová upozornila, že karcinom prsu se netýká jenom žen, ale i mužů, i když se jedná o malý počet onemocnění. Každý člověk, který si při letošní sbírce zakoupí kytičku, dostane zároveň informační materiál, kde je popsáno, co by měl o tomto tématu vědět.

Je ještě jedno místo, kde Liga zatím nikdy neprodávala kytičky, toto místo se

jmenuje „virtuální svět“. Krátké vysvětlení pojmu **virtuální kytička** podal přítomným novinářům Ing. Zdeněk Binder, generální a obchodní ředitel firmy Trigama International s.r.o., která se pro letošní sbírku stala hlavním IT partnerem Ligy proti rakovině Praha. Je přesvědčen, že online svět je jedna z možností, jak pomocí Lize zvýšit ziskovost z prodeje kytiček. Hlavním cílem celé akce je oslovit nejmladší generaci, která na písemnou formu sdělení již téměř nereaguje, ale zároveň se moderního, chytrého telefonu nepouští. V souladu s moderními trendy byla proto zájemcům nabídnuta i kytička elektronickou formou, kterou si dárci mohou stáhnout po odeslání DMS a dále ji sdílet na sociálních sítích. Novinkou se stala aplikace určená prodejcům i zájemcům o kytičky, která umožní pomocí mapy vyhledat nejbližšího prodejce kytiček. Aktuální informace o sbírce i novince o aplikaci pro chytré mobilní telefony je k dispozici na novém sbírkovém webu www.cdpr.cz.

Dalším hostem tiskové konference byla doc. MUDr. Petra Tesařová, CSc. z Onkologické kliniky 1. LF UK a VFN a svým odborným vystoupením přítomné zorientovala v části hlavního tématu – **Geneticky podmíněný karcinom**

prsu, diagnostika a prevence. Oceňovala rozhodnutí Ligy zvolit jako hlavní téma roku rakovinu prsu, protože v současné době je tomuto tématu v mediální oblasti věnováno hodně prostoru, ale ne vždy správnou formou. Situace je daleko komplikovanější a už vůbec se nemluví o léčebné či diagnostické možnosti včasného zachytu. Zhoubné nádory prsu můžeme rozdělit do tří skupin – na sporadický, rodinný a hereditární. Jedná se o relativně nebezpečné onemocnění, ale když se zachytí včas, má nemocný velkou naději na uzdravení. Zvláštní pozornost je věnována pacientkám, kterým byl diagnostikován geneticky podmíněný karcinom prsu. Bývají zařazeny do dispenzarizační péče, aby případné další nádorové bujení bylo odhaleno včas. Pacientkám s karcinomem prsu, ale i zdravým nosičkám, jsou nabízena velmi účinná opatření, která významně snižují riziko onemocnění. Většinou se jedná o nádor, který je agresivní, pokročilý a objevuje se v mladém věku, proto mezi nejmladšími pacientkami je nosiček mutací nejvíc. Na Onkologické klinice 1. LF UK a VFN v Praze vznikl v roce 2005 Projekt 35 jako reakce na fakt, že na karcinom prsu daleko častěji umírají mladé ženy. Důvodem je jednak nepříznivá biologická charakteristika jejich nádoru a jednak jeho pokročilost. MUDr. Naděžda Vojáčková z Medicínského centra Anděl byla dalším hostem tiskové konference. Přítomné seznámila se svou prezentací s názvem **Úskalí**



diagnostiky a léčby kožních nádorů, prevence na prvním místě aneb jak předcházet rakovině kůže. Mezi rizikové faktory patří fototyp kůže I a II. To znamená blond a rzzavé vlasy, světlé oči, pihy a celkově méně pigmentu, a tudíž menší ochrana před UV zářením. V letních měsících nám vlivem slunečních paprsků hrozí nejen spáleniny, ale i zhoubné kožní nádory, jako je maligní melanom. Důležité je nepodceňovat prevenci a používat kvalitní krémy, a chránit tak svou pokožku před nadměrným slunečním zářením, nebezpečné mohou být i návštěvy solárií. Dalším rizikovým faktorem jsou tzv. pigmentové névy a maligní melanom v rodinné anamnéze, který zvyšuje riziko vzniku rakoviny u dalších členů rodiny. Péči o pacienty s melanomem přebírá tým melanomové komise – dermatolog, onkolog, chirurg a patolog. Zkušený dermatolog pozná melanom v 70 %. Při vyšetření používá dermatoskop, který umožní vyhodnotit

vyšetřovaný útvar přesněji, a zvyšuje tak pravděpodobnost včasného odhalení melanomu. Čím dříve je nádor odhalen a chirurgicky odstraněn, tím vyšší je možnost vyléčení. Péče o pacienty s maligním melanomem je v ČR komplexní a je soustředěna v centrech. Kůže je dobře přístupná vyšetření, a proto by žádný člověk neměl umřít na kožní nádor. V rámci prevence maligního melanomu Liga ve spolupráci s dermatology každoročně nabízí i kontrolu kožních znamének a pih. MUDr. Naděžda Vojáčková tak opět ve středu 11. května statečně a v polních podmínkách poskytovala své služby dermatologa ve žlutém stanu na Václavském náměstí. Na závěr tiskové konference předsedkyně Ligy MUDr. Michaela Fridrichová a moderátor Mgr. Jan Kovařík poděkovali všem novinářům a přítomným hostům tiskové konference za účast a pozvali je k osobním rozhovorům a na malé občerstvení.

ČESKÝ DEN PROTI RAKOVINĚ 2016



Dovolte, abychom za Ligu proti rakovině Praha upřímně poděkovali všem dobrovolníkům, sponzorům, sdružením, svazům, školám, spolkům a věrným příznivcům za jejich pomoc a oporu při letošní sbírce Český den proti rakovině.

Upřímné poděkování patří v první řadě všem občanům naší republiky, kteří si zakoupili kytičku měsíčku lékařského a přispěli tím na pilířové programy Ligy a její činnost.

V letošní jubilejní 20. sbírce je k 20. červnu na kontě 18.028.371 Kč.

Finanční prostředky budou použity na podporu preventivních programů, podporu onkologických pacientů, podporu onkologického výzkumu a vybavení onkologických pracovišť v Čechách, na Moravě a ve Slezsku. Děkujeme!

Výbor Ligy proti rakovině Praha z.s.



Vydejme se opět prostřednictvím vašich příspěvků na cestu sbírkovým dnem po celé naší vlasti.

BÍLINA

Pozdrav od paní Hrabákové

Snažila jsem se nabízet kytičky od 9 do 19 hod a celkem jsem získala asi 7.200 Kč, což mne potěšilo. Letos jsem pomáhala jako dobrovolník poprvé a vím, že příští rok pomůžu ráda znovu.

Odměnou pro mne byli dárci – studenti, úředníci, prodavačky, malé děti v doprovodu rodičů a v neposlední řadě staří lidé. Mnozí z nich měli slzy v očích a zrovna tak já.

Z těchto očí se dalo vyčíst proč. Ve zkratkách se někteří i svěřovali, někteří si chtěli povídat déle. Večer, když jsem usínala, jsem si promítla celý den a věděla jsem, že to stálo za to.

Tak příště si to lépe zorganizují a jsem připravena zase pomáhat.

Přeji Lize krásné dny a budu se těšit za rok znovu.

Iva Hrabáková

BRNO

Klub DIANA

V tomto roce jsme se rozhodli, že si objednáme stejný počet kytiček jako vloni. Přihlásilo se 31 členů Klubu Diana, kteří se aktivně zapojili do sbírky ČDpR. Také jsme se domluvili s vedením Gymnázia Matyáše Lercha v Brně a vedení školy uvolnilo 27 studentů, kteří s členkami naší organizace oslovovali kolemjdoucí občany a nabízeli kytičky a letáčky o prevenci rakoviny. Naše členky během celého dne působily nejen ve středu Brna, ale zavítaly i do okolních brněnských čtvrtí, aby i občané těchto částí města mohli finančně přispět na dobrou věc.

Dvě členky se, jako každý rok, vydaly do **firmy Norgren**, kde bylo s vedením firmy dohodnuto, že umožní svým zaměstnancům zakoupení květinčky měsíčku lékařského, a tak i oni podpoří aktivity LPR Praha.

Celkem jsme nabídli 4.965 kytiček a rozdali stejný počet letáčků o prevenci rakoviny. Letáčky jsou tematicky zaměřeny na rakovinu prsu u žen

i u mužů. V ČR ročně onemocní touto diagnózou přes 7.000 žen, ale díky celostátnímu screeningu se už daří zachytit 77 % nádorů prsu v raném, dobře léčitelném stadiu. Díky této sbírce jsme mnoha lidem připomněli, jak mají pečovat o své zdraví.





Letošním tématem byly zvoleny nádory prsu nejen u žen, ale i u mužů. Jelikož bylo hlavním cílem celé akce seznámit veřejnost s touto problematikou, byly připraveny a vystaveny plakáty, které s dostatečným předstihem informovaly veřejnost o této akci a o tom, že i my se do ní zapojíme. Byly vystaveny také bannery informující veřejnost o činnosti a úkolech Ligy proti rakovině Praha a elektronický banner informující o možnostech dárcovství pomocí DMS. Důležitou informací bylo také rozmístění stanovišť nejen na půdě Mendelovy univerzity v Brně, na kterých bylo možno zakoupit kvítek měsíčku se stužkou v růžové barvě, která je spojena právě s nádorovými onemocněními prsu. Celkově bylo objednáno 550 kvítků. Ráno 11. května bylo nachystáno vše

Naši členové, manželé Špačkovi z Dobré Vody, si každoročně sami zajišťují prodej kytiček ve svém regionu a okolí. Věřím, že i oni měli stejně úspěšný květinový den jako my v Brně.

Děkuji všem členům a studentům, kteří se aktivně zapojili do sbírky ČDpR 2016, a tak podpořili aktivity nejen našeho Klubu Diana, ale i akce Ligy proti rakovině Praha.

*Eva Najvarová
předsedkyně*

Laboratoř metalomiky a nanotechnologií na Mendelově univerzitě

11. května probíhal na půdě Mendelovy univerzity v Brně, stejně jako na mnoha dalších místech České republiky, 20. ročník Českého dne proti rakovině.



potřebné pro úspěšné zahájení sbírky. Pro čtyři stanoviště byla strategicky vybrána místa s nejvyšší frekvencí výskytu lidí, přičemž na každém stanovišti operovali dva členové našeho týmu oblečení do žlutých trik označených logem Ligy proti rakovině Praha, mající plnou moc pro výběr peněz. Přípravy proběhly bez komplikací, a tak byl prodej zahájen krátce po osmé hodině ranní. Ke každému kvítku byl poskytnut také leták informující o možnostech prevence nádorových onemocnění. Díky obrovskému zájmu veřejnosti kvítky poměrně rychle ubývaly, a tak byl po 10. hodině prodán poslední kvítek.

Celkový výtěžek celé akce činil úctyhodných 16.483 Kč, za což bychom chtěli velmi poděkovat nejen všem





účastníkům akce, kteří jistě přispěli na dobrou věc, ale také realizačnímu týmu Ústavu chemie a biochemie a Lize proti rakovině Praha, pod jejíž záštitou akce probíhala. Průběh a také výsledek sbírky byl prezentován na pravidelném odborném semináři pracovníků Ústavu chemie a biochemie dne 20. května 2016 a poděkování za podporu bylo vystaveno na hlavních stránkách Mendelovy univerzity v Brně, čímž se snažíme dále šířit povědomí o této akci a problematice nádorových onemocnění.

Pevně věříme, že i příští rok bude minimálně stejně tak úspěšný jako ten letošní. Je neoddiskutovatelné, že podobné akce mají svůj zásadní význam a je nutné neustále šířit informovanost o nádorových onemocněních napříč laickou veřejností. I to je totiž jedna z cest vedoucí ke zvýšení včasných zachytů těchto onemocnění a zvyšování efektivity léčby.

Mgr. Zbyněk Heger, Ph.D.

Taneční studio B-FRESH Brno

Taneční studio B-Fresh, které sídlí ve Starém Lískovci v Brně, poskytlo prostor k prodeji kytiček na celé střední odpoledne, během kterého se zde vystřídal street dance tanečníci ve věku od tří do padesáti let a samozřejmě i rodiče či prarodiče těch nejmladších z nich.

První kytičku si ale koupila paní, která ve studiu byla úplně poprvé a o prodeji se dozvěděla z Facebooku a speciálně kvůli tomu přišla. Odstartovala tak krásné slunečné odpoledne, na je-



hož konci jsem musela otevřít balíčky s rezervními kytičkami.

Většina rodičů ze studia odcházela s kytičkou a s některými jsem během čekání na jejich ratolesti mohla o sbírce prohodit i více slov, za což jsem byla velice ráda. Málokdo v dnešní době tradiční sbírku ke Dni proti rakovině nezná. Mnozí už mají doma celou sbírku kytiček z předchozích ročníků. Někteří jedinci velice ocenili i to, že se kytičky prodávaly v této okrajové části Brna, protože se za celý den nedostali do centra, kde bylo nejvíce prodejců, aby si mohli kytičku koupit.

Děti ke sbírce také přispěly, protože i v tomto ohledu se nechaly inspirovat svými trenéry. Ti jim šli jako vždy příkladem, a přestože měli dva dny do Mi-

strovství České republiky, čas přispět na dobrou věc si všichni našli.

Během celého dne jsem se setkala s velkým množstvím milých lidí, kteří nejsou lhostejní a rádi přispějí na dobrou věc. Nejkrásnější ale bylo to, když za mnou přicházeli sami, aby si kytičku mohli koupit. Lize proti rakovině držím pěsti, aby takových lidí každým rokem přibývalo!

Barbora Hnilíčková

Klub stomiků

Tak jako každý rok i letos jsme se na Český den proti rakovině připravili. Do akce jsme zapojili studenty zdravotní školy, se kterými spolupracujeme již několik let. Paní profesorka, pověřená výběrem studentů, sestavila 10 skupinek. Provedli jsme ve škole instruktáž a akci jsme mohli 11. 5. naplno spustit. Počasí nám přálo a já jsem se dopoledne s manželem mohla věnovat vlastnímu prodeji. Během jedné a čtvrt hodiny jsme měli prodáno našich 160 kytiček. V poledne jsem obvolala skupiny studentů a zjistila, že se jedné skupince nedaří a že přidělené kusy neprodají – prodali 100 kusů a do dalšího už nechtěli jít. Tak jsem se za nimi vypravila a převzala 7 platíček, což bylo 175 kusů. Manžela jsem už nezapojila, musel se věnovat jiným aktivitám, a tak jsem se do toho dala sama a nabízela kytičky u vlakového nádraží ve středu města. Byl tam velký pohyb lidí. Už jsem si myslela, že ve 3 hodiny budu mít prodáno, jenomže ouha, další 3 studentské skupiny začaly kytičky vracet a já si počet navýšila o dalších 203 kytiček. Studenti z boje utekli, já se nevzdala! Něco přece dokážu! Lidé chodili sami, já už byla vymluvená od rána, ale ani za nic jsem nechtěla odejít. Odpolední tramvaje byly nabitě lidmi, já už nemusela říkat nic a nestačila jsem vytahovat jednu kytičku za druhou. A jak byli lidé vstřícní, velkorysí, laskaví, no úžasné! Jeden pán mně dal dokonce 500 Kč, další 4 po 200 Kč, 26 po 100 Kč, padesátikorun bylo také moc. Vak mě tížil, zařezával se do ramene, musela jsem odlehčovat, no světe div se, já v 18.30 měla vše prodáno a ještě jsme společně s posledními kupujícími dali dohromady 4 porouchané kytičky, protože je chtěli mít doma i přesto, že nebyly 100%! Na poště jsem odevzdala těžký vak s tím, že se pro složenku

stavím až odpoledne, kdy to budou mít vše spočtené. A když jsem odpoledne přišla a zjistila částku 13.854 Kč, tak jsem spočítala průměr a ten se vyšplhal na 36.65 Kč za kus. No, není to radost?! Sice mě ještě dnes pálí šlapky od tvrdého povrchu, ale radost mám z dobře vykonaného díla!

A do příštího roku si dávám předsevzetí lépe vybírat studenty a také je více motivovat! Sbírka má smysl a dorost musí být na sebe tvrdší! Ale nemohu to generalizovat, protože většina skupin se s úkolem porvala k plné naší spokojenosti!!!

*Jana Strnadová
předsedkyně*

Střední škola stavebních řemesel Brno-Bosonohy

Ve středu 11. května se 15 dobrovolníků z Domova mládeže při Střední škole stavebních řemesel Brno-Bosonohy, příspěvková organizace, zapojilo do celonárodní sbírky Český den proti rakovině. V osm hodin se konala již druhá schůzka k akci. Třináct kluků a dvě děvčata převzali kytičky, osvědčení k prodeji, informační letáky, pokladní vaky a všichni se oblékli do krásných žlutých triček s logem akce. Dle předem domluveného harmonogramu se dvojice rozmístily na strategická místa v Bosonohách, Starém Lískovci a Bohunicích. Dvojice Miroslav Konopáč a Ondřej Červenka byli nejúspěšnější prodejci, kteří kytičky prodali již v 9.50 hod. Poslední kytičky se vyprodaly v 14.10. Takže se prodalo všech 600 kytiček, velkou zásluhu na tom mají organizátoři akce, protože vybavují dobrovolníky krásným



označením akce a hodně pomáhá i informovanost veřejnosti o akci v celé republice. Velký dík patří paní vychovatelce Radmile Ševčíkové, jejíž žáci se akce se zúčastnili, za její podporu a pomoc.

Naši dobrovolníci:

Bohuslava Plachá a Veronika Bačovská, Ondřej Červenka, Miroslav Konopáč, Jakub Petrů, Radek Rosenberg, Petr Valášek, Radim Matyščák, Vojtěch Lepka, Vojtěch Smejkal, Antonín Střítecký, Patrik Brož, David Fojtík, Vojtěch Bošiak a Radek Čibera.

A co kluci na akci?

Příští rok do toho půjdeme zase, troufneme si prodat víc kytiček, lidi byli milí a vstřícní, někteří dali víc než 20 korun, někteří nás podpořili i stokorunou!

*Dagmar Vachová
vychovatelka*



DOBRÁ VODA

Naši prodejci byli všech věkových skupin (junáci, skauti, pionýři, žáci a studenti všech typů škol – základních, středních i vysokých), ale také např. starostové obcí, zástupci politických stran, noví i staronoví prodejci. Ohlasy byly min. z 99 % kladné.

Někteří prodejci obzvlášť potěšili, např. tím, že z prodeje by rádi v místě školy udělali tradici a že se jim akce moc líbila. Velká byla i vstřícnost lidí, zastavovali a volali, ať počkáme, že si chtějí koupit kytičku!

Prodali jsme společně přes 13 tisíc kytiček, 9 organizací si objednalo samo, svým prodejem přispějí rovněž 4 ekologickým klubům, které podporujeme! Nejvyšší částka na jednu prodanou kytičku činila 75 Kč, ale není to jenom o tom, veřejnost se dozvěděla důležité informace o rakovině prsu u žen, ale i mužů!

Poděkování patří všem výše jmenovaným, všem přispívajícím, ale i organizátorům. Dá to opravdu dost práce.



Skoro celý rok, kudy se pohybujeme, tam zjišťuji situaci a snažím se získávat nové a nové příznivce této bohubilé akce!

11. května se „žlutilo“ skoro všude a byla to moc pěkná podívaná!

Moc bych si přála, aby to tak bylo i nadále, dokud budu moci, budu se určitě zapojovat, nabíjí mě to!

Velké poděkování patří i manželovi, který vše připraví pro jednotlivé prodejce před sbírkou, pak vše zúčtuje až do konečného vrácení „zbytků“!

Zdeněk a Milada Špačkoví



kytičky nabízet a jako každý rok skončili na ČSŽ na malém odpočinku a popovídání o této akci.

*Marie Bohuslavová
Český svaz žen, p. s.*

Krajská organizace ČSŽ Vysočina

HAVÍŘOV INNA z. s.

Letošní sbírka Český den proti rakovině byla pro náš klub neúspěšnější za celých 17 let, kdy sbírku u nás v Havířově organizujeme.

Celkem jsme vybrali nádherných 190.471 Kč, je to úžasné, přímo neuvěřitelné!

Ráno nás probudilo sluníčko, bylo docela teplo a během dne nás hrálo doslova letní počasí. Lidé v ulicích byli velmi vstřícní, někteří chodili k nám do centra ve Společenském domě Reneta, kde každý rok je služba od rána až do večera, a zde studenti, naše členky a naši příznivci odevzdávají pokladny.



Už od rána a také odpoledne, když už studenti byli doma, lidé cíleně chodili za námi a chtěli květinčky. Je vidět, že si za ta léta už zvykli.

Většina lidí se zastavila a rozpovídala, všichni se shodli na tom, že sbírka Ligy proti rakovině je smysluplná a rádi přispívají. Většinou je těšilo, že cena květinčky

FRÝDEK-MÍSTEK

Mateřská škola Galileo School

Musíme se pochválit, jak probíhal Kytičkový den ve Frýdku-Místku v jedné malinkaté školičce, kde šikovné paní učitelky vedou děti k pozitivnímu přístupu k danému tématu. Udělali nám v klubu NADĚJE Frýdek Místek radost. Kytičky v počtu 2.200 kusů se nám podařilo prodat všechny a radujeme se, že se podařila dobrá věc!

*Jana Udicová
Klub Naděje*



HAVLÍČKŮV BROD

Náš Český svaz žen v Havlíčkově Brodě spolupracuje již 12 let s 1. stupněm ZŠ Nuselská. Děti a dvě paní učitelky chodí s nadšením prodávat kytičky. Stejně tak tomu bylo i letos při jubilejním ročníku, všichni si oblékli žlutá trička a šli



se nezvyšuje a často sami od sebe přispívali větší částkou za květinu a z toho měli největší radost naši studenti. Studentům vždy vysvětlujeme, že pokud někoho osloví a dotyčný nebude vstřícný, naopak bude mrzutý, ať to neberou osobně, ať se rozloučí způsobem, že nemusí na sbírku přispět a popřejí hezký den. Přesto se jedna dvojice studentů setkala s tzv. „mrzoutem“ a rozladilo je to.

Velmi děkujeme ředitelům škol, kteří uvolnili studenty, ředitelům škol, kteří povolili sbírku ve škole a předem informovali rodiče, ať ti, kteří se sbírkou souhlasí, dají v den sbírky dětem do školy dvacetikorunu, a velký dík samozřejmě patří učitelům, kteří s dětmi pracovali. Ještě jednou děkujeme všem, kteří finančně přispěli, ať už přímo v Havířově, nebo v přílehlých obcích, a věříme, že letos jubilejní dvacátá sbírka byla ve všech organizacích úspěšná.

*Marta Marčová
předsedkyně*

HRÁDEK U ROKYCAN

Příspěvky o prodeji kytiček a průběhu sbírky nám do Zpravodaje přichází prostřednictvím mailů, SMS, telefonátů i osobně. Z Hrádku u Rokycan jsme dostali zprávu, že pionýrské skupině se letos podařilo prodat 875 žlutých kvítků měsíčku lékařského a bylo vybráno 20.693 Kč.

Z mailu paní Vlasty Vaskové



Jakub Misík Photography

HRADEC KRÁLOVÉ Mamma HELP

Posíláme poděkování vám, organizátorům celé sbírky. Měla jsem možnost se letos poprvé do sbírky zapojit z té druhé strany. V minulosti, když se mi podařilo žlutou kytičku koupit, měla jsem pocit dobrého skutku a sounáležitosti. Myslím, že naši dobrovolníci letos k prodeji i takto přistupovali. Přála jsem si, aby i oni z prodeje měli pěkný pocit a udělali si hezký den a aby tento pocit přenesli i na darující.

*Ing. Jana Smetanová
koordinátorka*

Liga proti rakovině Hradec Králové

Letošní Český den proti rakovině v Hradci Králové byl velice úspěšný. K vstřícnosti zájemců o kytičky přispělo i pěkné počasí, propagace v místním tisku a v rozhlase, široké povědomí o kvalitní tradiční akci a jejím všeobecně dobrém využití. Z průběhu celého dne jsme měli velice dobré pocity také i proto, že byla zúročena náročná příprava celé akce.

Jiřina Misíková

Den boje proti rakovině – akce studentů IFMSA

Den boje proti rakovině je projekt probíhající pod hlavičkou organizace IFMSA CZ Hradec Králové, sdružující studenty lékařských fakult, a také pod záštitou LFHK, FNHK a města Hradce Králové. Cílem projektu je informovat veřejnost o problematice onkologických onemocnění, a to zejména v oblasti jejich prevence a včasné diagnostiky, neboť tyto faktory ovlivňují nejen průběh léčby, ale také prognózu. V letošním roce jsme v rámci projektu uspořádali tři akce. Dne 9. 5. 2016 se konala akce s názvem Hradečáci proti rakovině, kde v budově Výukového centra lékařské fakulty v areálu FNHK proběhla přednáška organizace Zdraví muže třetího tisíciletí. Mluvílo se o tématu nádorů mužského pohlavního systému, zejména o rakovině varlat. Nejprve přednášel MUDr. Michal Balík, který zajímavým způsobem vysvětlil možnosti vzniku nádorů u mužů.





Následně jsme vyslechli příběhy Jiřího Maška a Andreje Drbohlava, známých hradeckých osobností. Ačkoli účast byla nižší, než jsme očekávali, celá akce se nesla v příjemné atmosféře a všichni přítomní se dozvěděli spoustu užitečných informací. Dne 11. 5. byl připraven na Bařkově náměstí stánek pro veřejnost, kde se lidé mohli nejen leccos dozvědět, ale také si mnoho věcí vyzkoušet. Na stanovišti rakoviny tlustého střeva byly nachystány ukázky zdravé výživy, doplněné o odborný výklad ohledně zdravého životního stylu a pohybu. Lidé si zde mohli nechat změřit hladinu tuků a proteinů v těle, dozvědět se, jak správně jíst a také zjistit informace o kolonoskopickém vyšetření a varovných signálech kolorektálního karcinomu. Stanoviště rakoviny kůže nabídlo informace o zásadách bezpečného opalování a s tím související kontrolu mateřských i jiných znamének na kůži. Po vyslechnutí základních informací lidé obdrželi malý dárek v podobě přípravků pečujících o kůži a opalovacích krémů. Letošní novinkou bylo stanoviště rakoviny plic, kde si lidé mohli prohlédnout skutečné snímky z různých vyšetření týkající se rakoviny plic. Také zde dostali informace ohledně souvislosti kouření a vzniku rakoviny plic a odnesli si letáčky s instrukcemi, kam se obrátit, chtěli-li přestat kouřit. Praktické ukázky samovyšetření si mohli lidé vyzkoušet na dalším stanovišti, a to rakoviny varlat a prostaty. Kromě velkého modelu, na kterém si mohli muži správné samovyšetření nacvičit, zde obdrželi letáčky s podrobnými informacemi ohledně těchto onemocnění a také si odnesli instrukční DVD. Dalším praktickým stanovištěm byla rakovina prsu, kde instrukce podávaly zkušené odbornice z organizace MammaHelp. Zde si

ženy mohly vyzkoušet na modelu zásady správného samovyšetření a také získat další informace o tomto onemocnění. Poslední částí bylo měření krevního tlaku a tělesného tuku, kde vyškolení studenti lékařské fakulty měřili tyto hodnoty po celou dobu akce, která byla velice úspěšná: podařilo se nám oslovit cca 250 osob, ať už náhodných kolemjdoucích, nebo těch, kteří přišli cíleně na základě pozvání zveřejněného mimo jiné i v Rozhlasu Hradec Králové. Atmosféra ve stánku byla příjemná a lidé odcházeli spokojeni a plni nových informací. Mimo to si také odnesli různé materiály, které si mohli později podrobně prostudovat, a mohli si zakoupit kytičky. Dne 11. 5. jsme se také zapojili do celorepublikové akce Český den proti rakovině pořádaný Ligou proti rakovině. Celkem 30 studentů lékařské a farmaceutické fakulty v Hradci Králové vyrazilo do ulic prodávat kytičky, a podpořit tak národní sbírku. Také zde jsme zaznamenali velký úspěch, někteří měli prodáno během dvou hodin. Celkem se nám podařilo prodat 1.230 kusů kytiček. Na závěr bych chtěla poděkovat garantovi projektu MUDr. Stanislavu Johnovi za podporu celé akce. Dále MUDr. Michalovi Hrnčiarikovi za poskytnutí snímků a odborný výklad a MUDr. Jiřímu Soukupovi za odborné konzultace a podporu akce. Poděkování patří také spolupracujícím organizacím a firmám – Liga proti rakovině, MammaHelp, Muži proti rakovině a Zdraví muže třetího tisíciletí, Gomango, Nordic walking life, Fruitissimo, Bioderma, Hrbek ovoce-zelenina. Také bych ráda poděkovala Davidu Suchánkovi za zprostředkování spolupráce s FaF UK Hradec Králové a Českému rozhlasu Hradec Králové za rozšíření povědomí o celé akci. V neposlední řadě patří obrovský dík všem dobrovolníkům, kteří se jakýmkoli způsobem podíleli na tomto projektu.

*Tereza Belluzzo
Koordinátorka projektu
IFMSA CZ Hradec Králové*

JABLŮNKOV a DOLNÁ LOMNÁ

Z Jablůnkova a Dolné Lomné jsme dostali potěšující zprávu. Dlouholetí a spolehliví spolupracovníci sbírky pod vedením paní Tani Marszalkové zde každoročně prodávají velmi úspěšně



a za každého počasí všechny zasláné kytičky. Letos se jim podařilo prodat 1.300 ks.

Gratulujeme a děkujeme!

-red-

KARVINÁ Onko naděje

Po loňském úspěchu s prodejem květin, který tak vnímáme, protože byly prodány všechny kytičky, jsme nad letošní objednávkou váhaly. Zbytečně. Na společné schůzce v dubnu se přihlásilo dost členů k prodeji, byly osloveny školy a organizace, se kterými dlouhá léta spolupracujeme. Marcelka s Andělkou odvedly kus práce během tohoto zařizování. Zpracovaly formuláře, rozdělily květinčky a ostatní materiály do škol a institucí a domluvily prodej mezi námi. Provedly instruktáž k prodeji ve školách. Kytičky, vaky a další materiály rozvezly do Orlové, do Petrovic, do škol a firem v Karviné. Spolupráce s Arcadií je opět skvělá.

Ráno 11. května je prosluněné a městem procházejí dvojice s kytičkami i letáčky a oslovují lidi kolem sebe. Člen-



ky klubu si rozdělily terén. Oslovených lidí je více, když je hezké počasí, jsou vstřícnější, přijímají ochotně i letáčky. Příjemným zážitkem je, že si lidé vyhlédli naše prodávající členky a šli jim naproti. Bývá to i naopak.

V hale Slezské univerzity jako každoročně přebírá a kontroluje Marcelka s Andělkou vaky, které vracejí studenti karvinských středních škol. Tam se ovšem ukázalo, že nejsou všichni tak docela zodpovědní. Ve čtvrtek děvčata svážejí vaky i z míst mimo Karvinou. Všechny kytky jsou prodané. Podpora této akce je opět motivující k další práci a pomoci svým členům i ostatním pacientům. Stále je kolem nás hodně lidí, kteří rádi takto pomohou. Koupí kytičky a ještě povzbudí do další práce. Do vlastních zdrojů přibude částka do projektu zajišťovaných ozdravných aktivit členům onkoclubu.

Děkujeme všem vstřícným lidem i lékařům karvinských zdravotnických zařízení. Zapojila se Vlasta, která dlouhá léta sbírku v klubu organizovala a má spoustu přátel, kteří si na přiděl kytek zrovna od ní zvykli.

Letošní sbírka Český den proti rakovině dopadla skvěle, kytky prodané, průměr na kytičku také dobrý. Koordinátorky urychleně provedly vyúčtování sbírky, připravily materiál k odvozu do Prahy. Je třeba se rychle věnovat další velké akci. Čeká nás společné setkání zástupců onkologických organizací z Karviné a příhraničních měst z Polska a Slovenska. Dne 8. června se setkají členové sdružení Žilinské Venuše, z polského Rybnika, přijedou členky spolku Od Nowa z polského Rybnika v počtu 40 osob a několik pacientek přijede z Cieszyna. Připravili jsme pěkný pro-

gram pro 90–100 osob. Věříme, že přijdou mezi nás i pozvaní hosté. Televize Polar pak seznámí s touto akcí veřejnost.

Touto velkou a na organizaci náročnou akci chceme do povědomí karvinské veřejnosti opět vsunout informaci o tom, že služby a pomoc spolku je tu pro všechny pacienty a jejich blízké. Dveře klubovny jsou otevřené pro

všechny, kdo se v současné době přísti budou potýkat s následky léčby onkologického onemocnění. Následnou péči, z kvalitním životem během absolvování různých relaxačních, kulturních nebo sportovních akcí pořádaných klubem zajišťujeme psychickou pohodu, návrat do společenského života.

Velkým přáním je vzbudit pozornost pacientů, kteří by se aktivně zapojili do práce v realizačním týmu. V Karviné působíme 13 let, rádi bychom „omladili“ vedení spolku. Od toho si slibujeme nové nápady, možnosti využití moderních technologií, nabídku motivujících akcí k tomu, aby členství v klubu lákalo více pacientů.

Touto akcí chceme rovněž zveřejnit své příznivce a poděkovat všem sponzorům, podporujícím organizacím, lékařům karvinských zdravotnických zařízení. Věříme, že bude hezké počasí, program se bude líbit a všichni si odneseme příjemné zážitky.

*Blažena Monczková
předsedkyně spolku*

KLATOVY

Svaz zdravotně postižených

Svaz zdravotně postižených – Šumava z.s. v Klatovech se opět v letošním roce přidal do jubilejního 20. ročníku celonárodní sbírky „Český den proti rakovině“.

Do sbírky Svaz připojil svých pět Klubů zdravotně postižených, a to ve Strážově, v Nýrsku, ve Švihově a v Klatovech Klub vnitřně a tělesně postižených.

Dvojice ve žlutých tričkách prodaly celkem 900 ks žlutých kvítků, které zdobily v den sbírky klopý oděvů, dámské kabelky, ale i kanceláře firem.

I když se převážně do sbírek zapojují studenti nebo skauti, a naši členové nejsou žádní mladíci a mladice, dokázali se i se svým handicapem a zdravotním stavem zapojit do boje proti rakovině. Atmosféra z prodeje kytiček našim členům velice prospívá, jak oni tvrdí, a nedostali se při prodeji do žádných problémů.

Předsednictvo Svazu zdravotně postižených – Šumava Klatovy tímto děkuje svým členům za ochotu a svůj volný čas ke splnění úkolu zapojení se do prodeje květin, který si stanovili v plánu činnosti na rok 2016.

*Vlasta Kučerová
místopředsedkyně*

KRNOV

Onko Niké

Z Krnova telegraficky: Krásné počasí v celém regionu, lidé velmi vstřícní, výsledek překvapivě dobrý. Těšíme se na příští Český den proti rakovině!

*Jarmila Novotná
předsedkyně*





LIBEREC ARCUS SOP

Společnost onkologických pacientů, jejich rodinných příslušníků a přátel

V letošním roce se ARCUS SOP Liberec opět připojil k celonárodní sbírce LPR Praha Český den proti rakovině – zaměřený na prevenci „Rakovina prsu u žen a u mužů“. V našem městě a okolí se prodalo 14.745 kvítků, je to o něco více než v loňském roce. Počasi nám všem v letošním roce přálo.

Výsledek sbírky je **334.934,00 Kč**.

Díky velmi pěkné prezentaci v televizi a rozhlase byli občané vstřícnější a přispívali i větší částkou. V Liberci informoval občany tradičně **Liberecký deník** den předem článkem „Studenti ze škol v Libereckém kraji bojují květinou proti rakovině“. V regionálním vysílání televize RTM byl Český den proti rakovině propagován ve večerním vysílání 10. 5. a další natáčení proběhlo 11. 5. na poště při odevzdání pokladních vaků od studentů a našich členek.

Naše členky připravily materiál pro jednotlivé školy (do tašek vkládaly seznamy studentů, vyplněné plné moci, květiny a letáky včetně pokladních vaků) a zajistily distribuci (jak do škol, tak i ze škol) pokladních vaků na Českou poštu. Ve středu 11. května prodávali květinou studentky, studenti a dvojice našich členek. Některé naše členky zajely do Vratislavic i Jablonce n/Nisou. I v letošním roce jsme se setkali se zájmem některých studentek i studentů a s jejich ochotou prodat květiny, které nám vrátili jejich spolužáci. S organizací Českého dne proti rakovině jsme byli velmi spokojeni. Chtěli bychom poděkovat všem, kteří se podíleli na této velké akci, především agentuře Arcadia Praha, České poště v Liberci – její

vedoucí, manažer a pracovnice v pokladně byli velmi vstřícní, dále všem zúčastněným školám a našim členkám. Sbírkou je občané každoročně hodnocena většinou kladně. Přínosem je, že se sbírkou pomáhá mládež, dostane se jí do podvědomí prevence nádorových onemocnění.

*Marie Plischková
předsedkyně*



MOST AMA

Společnost onkologických pacientů, jejich rodinných příslušníků a přátel, z.s.

Děkujeme za zapojení do celonárodní sbírky Český den proti rakovině 2016. Do sbírky se v naší společnosti zapojilo 39 dobrovolníků, kteří prodali celkem 3.088 kytiček z 3.800 kytiček, a pomáháme již 22 let.

*Jana Rozinajová, DiS.
sociální pracovnice*

NÁCHOD

Liga proti rakovině Náchod

Jako každoročně se i letos ve středu 11. května na mnoha místech náchodského regionu mohli obyvatelé setkat se žáky základních a středních škol, kteří nabízeli společně se skauty a dalšími dobrovolníky kolemjdoucím symboly boje proti rakovině – kvítky měsíčku lékařského s růžovou stužkou. Hlavním tématem sbírky a letáků byla tentokrát prevence nádorů prsu. Jde o jedno z nejčastějších onkologických onemocnění v evropské populaci s výskytem 63 diagnóz na 100.000 žen, u nás v České republice dokonce 71 případů na 100.000 žen. Přes mnohé informační kampaně a možnosti screeningu mezi námi žijí ženy, které onemocnění zanedbají i v případě jasných

příznaků. Dodržováním jednoduchých zásad zdravého životního stylu lze však podle nejnovějších poznatků až polovinu všech onkologických onemocnění dokonce předejít!

Členové náchodské pobočky Ligy proti rakovině, která již více než 20 let působí na poli protinádorové prevence, připravili celou sbírku ve spolupráci se čtrnácti středními školami a třemi skupinami skautů v mnoha městech a obcích Náchodska, Broumovska, Po-





veřejnosti – dárců z řad občanů. Zároveň je také důležité, že významná část výtěžku sbírky se vždy vrací zpět do regionu, například pro Hospic Anežky České v Červeném Kostelci.

Mgr. Renata Lelková

OLOMOUC

Onko klub Slunečnice

Účast na celonárodní sbírce Českého dne proti rakovině je jednou z významných činností našeho Onko klubu Slunečnice již od jeho založení před 15 lety. Nebylo tomu jinak ani při letošním jubilejním 20. ročníku sbírky, jejímž symbolem je žlutý kvítek měsíčku lékařského.

licka, Trutnovska, Novoměstska a Jaroměřska. A jaká je tedy konečná bilance letošní charitativní sbírky v našem regionu? Celkem bylo prodáno **12.310 kytichek** (o 1.500 více než loni) a na celorepublikový účet sbírky bylo posláno **269.097 Kč**. V porovnání s loňským rokem je to opět **více**, a to dokonce **o 37.678 Kč!** V každém případě je to úctyhodný výkon, za kterým stojí obrovský kus práce členů Ligy proti rakovině Náchod i spolupracujících subjektů. Pořadí nejúspěšnějších škol je stejné jako loni. Největší pochvalu si právem opět zaslouží Vyšší odborná škola zdravotnická a Střední zdravotnická škola Trutnov, která díky svým žákům a pedagogům přispěla do sbírky částkou 43.695 Kč, druhá byla Obchodní akademie Náchod s 32.082 Kč a na třetím místě se umístila Střední škola propagační tvorby a polygrafie Velké Poříčí s 26.471 Kč. Výborného výsledku dosáhli také žáci náchodské Academia Mercurii s nejvyšším vybraným průměrem na jednu kyticčku 26,75 Kč.

Poděkování tedy patří dárcům i všem dobrovolným prodejcům – žákům, studentům i jejich pedagogům, skautům a členům LPR Náchod za jejich obětavý přístup ke sbírce.

Zásadní podíl na úspěšnosti celé náchodské sbírky mají každoročně dvě pilné organizátorky, které se již mnoho let věnují práci pro Ligu proti rakovině, paní Helena Vomáčková a paní Eva Hrnčířová, samy onkologické pacientky. Upřímný dík také patří pracovníkům

a pracovníkům České pošty Náchod, jmenovitě paní Vašíčkové a Kubečkové, za ochotu a rychlé zpracování výsledků sbírky a za dopravu pokladniček pracovníkům poštovního depa pod vedením paní Šedivé a paní Novákové.

Za pomoc při sbírce nabízejí členové Ligy proti rakovině Náchod preventivní přednášky pro studenty středních škol. V této oblasti se náchodské sdružení může pochlubit pozoruhodnými výsledky. Jen v loňském roce její členové proškolili při **23 přednáškách na 11 školách** v našem regionu **celkem 365 středoškoláků**, což je dvojnásobný počet než v předcházejícím roce. Součástí přednášek byl vždy i nácvik samovyšetření pro prevenci rakoviny prsu na fantomových modelech, dvě krátká DVD a anonymní dotazník v rámci projektu Mamma Help. Další významnou složkou činnosti náchodské Ligy jsou školami velmi žádané **odborné přednášky** předsedy pobočky, dlouholetého vedoucího lékaře oddělení klinické onkologie náchodské nemocnice MUDr. Vladimíra Müllera, o vzniku a příčinách rakoviny pod názvem **Rakovina je choroba genů**.

Náchodský region je již po mnoho let oblastí, kde má květinový den každoroční vynikající výsledky a podporu



Prodejem kytichek získává Liga proti rakovině prostředky na plnění svého poslání, tj. boj proti rakovině, především na nádorovou prevenci, zlepšení kvality života onkologických pacientů, podporu onkologické výuky, výzkumu a vybavení onkologických center. A při naplňování cílů sbírky nemohou chybět ani členky našeho klubu, které samy prodělaly onkologické onemocnění prsu.

Na letošní účast se klub připravoval již od března. Podle možností členek byl stanoven počet kytichek, které by klub měl nabízet k zakoupení. Po jejich obdržení byly předány členkám a očekávaly jsme letošní den „D“, kterým byl 11. květen.

I na letošní jubilejní „kyticzkový den“, stejně jako na ten loňský, se u nás v Olomouci usmívalo sluníčko. A naše členky včetně pětáosmdesátileté Drahušky a čtyřiaosmdesátileté Elišky obdobně jako řada jiných dobrovolníků vyrazily

do rozkvetlých ulic nejen Olomouce, ale i Šternberka, Slatinic i dalších obcí, odkud pocházejí. Zamířily do úřadů, podniků a škol. Nabídky kytičky i svým příbuzným a přátelům.

Tradicí se již stala spolupráce klubu s olomouckými mateřskými školami Wolkerova, Čapka Choda a Helsinská. I letos rodiče zakoupili kytičky pro všechny děti z těchto tří předškolních zařízení. Nově se nám podařilo zapojit do sbírky klienty Domu seniorů v Tovačově, který navštívila s nabídkou kytiček jedna naše členka.

Výsledky se dostavily. Stejně jako loni objednal náš klub 3.500 a obdržel 3.850 kytiček. Prodány byly všechny. Dokonce na některé z nás kytička nezbyla a pro sebe si je zakoupily od jiných dobrovolníků. Výtěžek, kterým klub přispěl na celonárodní sbírku, činil 82.577 Kč, tj. o 4.425 Kč více než v minulém roce. A průměr na kytičku? 21,45 Kč.

Klub hodnocení účasti na celonárodní sbírce Českého dne proti rakovině ještě neprovedl, ale myslím si, že ji můžeme považovat za úspěšnou.

Věra Kratochvílová

Tancem proti rakovině

Letos jsme bojovali proti rakovině i tancem! V rámci Českého dne proti rakovině se uskutečnily charitativní taneční workshopy pod taktovkou Afros.cz a výtěžek z nich putoval na konto Ligy proti rakovině.

Jsem moc ráda, že jsem se tento rok mohla se svým projektem Afros.cz aktivně připojit ke sbírce. V neděli 15. května se v olomouckém Fitcentru Na Tribuně konaly taneční workshopy. Uskutečnily se dvě lekce, a to jamajského Dancehallu a angolského tance Afrohousu. Na taneční lekce dorazilo mnoho nadšenců, kteří si tanec užili a zároveň tím pomáhali.



Ráda bych všem poděkovala za účast na tomto projektu, moc si toho vážím. Děkuji Fitcentru Na Tribuně za poskytnutí prostor a Lize proti rakovině za šanci tento projekt uskutečnit a za podporu při organizaci.

Doufám, že i příští rok budu mít možnost opět pomáhat a že se ke mně připojí ještě více lidí, než tomu bylo letos.

Radka Lišková,

Afros.cz (www.afros.cz)

Děkujeme paní Radce Liškové za zaslání výtěžku z úspěšných tanečních workshopů (ve výši 3.100 Kč) na programy Ligy proti rakovině Praha z.s.

OSÍK

Jak to chodí u hasičů v Osíku u Litomyšle?

U nás jsme již měli 7. ročník této akce. Místní Sbor dobrovolných hasičů pozve všechny občany do své klubovny, kde naše členky a manželky členů připraví pohostění (cukroví, bábovky, chlebičky, koláčky), nechybí také káva, čaj, grog, něco ostřejšího, pivo a limo. Tradičně k nám část občanů přichází z tradice, tedy nenučíme je, oslovujeme je prostřednictvím obecních novin a obecního rozhlasu. Posedí a rádi přispějí.

Tak přejeme hodně zdaru.

Jindřich Groulík

Sbor dobrovolných hasičů

OSTRAVA

Slezský klub stomiků

Letošní jubilejní 20. ročník celostátní sbírky Český den proti rakovině dopadl pro náš klub velmi dobře. Počasí nám přálo a lidé si kytičky ochotně kupovali.

Slezský klub stomiků Ostrava, z.s. prodává kytičky měsíčku lékařského už 16 let. Je to aktivní způsob, jak přispět dobré věci a také naší klubové pokladně. Průměrný věk našich členů je nad 65 let, a tak jsme byli rádi, že se podařilo získat 28 lidí (což představuje zhruba čtvrtinu všech členů), kteří se do prodeje zapojili a prodali 3.675 kytiček. Zbytek do celkových 5.500 kusů nám prodali studenti tří ostravských gymnázií – Matiční, Biskupská a Matějčickovo – za což jim moc děkujeme.

Za ta léta už lidé mají ke sbírce důvěru, k čemuž zcela jistě přispívá i propagace v České televizi. Lidé u nás na Ostravsku mají nyní hlouběji do kapsy, takže nejčastěji dávali jen těch doporučených 20 Kč, ale i tak jsme vybrali 127.173 Kč, což není vůbec špatné (průměr za 1 kytičku 23,12 Kč). Obvyční lidé přispívají, ovšem vedení obchodních řetězců s obrovskými zisky má ke sbírce zcela jiný postoj. Jeden náš člen byl vloni ochrankou vykázan z parkoviště před Lidlem, proto se letos již předem obrátil na vedení Lidlu dopisem a dostal následující odpověď: „Nepřejeme si, aby byli naši zákazníci obtěžováni.“ K tomu není třeba komentáře. Naštěstí jinde takoví nebyli a podařilo se mu prodat úctyhodných 500 kytiček!

Již několik let se o prodej kytiček obětavě stará členka výboru paní Hedvika Juřinová. Spolu s manželem nachystali a rozvezli tašky s kytičkami prodejcům, sami aktivně prodali 700 kusů, potom opět posbírali a dopravili na poštu 43 plných vaků, což už byla pořádná zátěž!

V našem klubu máme „vnitroklubovou soutěž“ o neúspěšnějšího prodejce ve dvou kategoriích – počet prodaných kytiček a průměr za jednu kytičku. U vyhodnocování mě zaujalo jméno, které neznám. Tak jsem zavolala paní Juřinové a dozvěděla se, že patří 23leté ženě z Orlové, která prodělala nádorové onemocnění mozku a chtěla se do sbírky zapojit. Telefonovala na LPR do Prahy, ale až na poslední chvíli, kytičky už byly rozeslány, a tak jí dali kontakt na náš klub. Autobusem si s kamarádkou přijela do Ostravy pro vak, pak ho zase přivezla a za 100 kytiček měla druhou nejvyšší tržbu – 2.835 Kč. Byla moc milá a chce prý pomoci lidem, kteří stejně jako ona prodělali či v budoucnu onemocní touto zákeřnou chorobou. Moc jí za to jménem celého klubu děkujeme, přejeme hodně štěstí a zdraví do dalšího ještě tak mladého života a kéž by takovýchto nezištných a obětavých lidí bylo na světě více! Děkujeme samozřejmě i ostatním členům klubu, kteří se do prodeje kytiček zapojili, přejeme všem hodně zdraví a elánu a věříme, že se podaří uskutečnit všechny projekty, které chce LPR z výtěžku sbírky podpořit. Za stomiky ze severní Moravy zdraví členy Ligy proti rakovině,

Alena Nečasová

Onko – Amazonky

U nás v Ostravě začal kytičkový den brzy ráno vysíláním Dobrého rána z ostravského studia ČT. Všichni moderátoři měli připnutou kytičku měsíčku lékařského s růžovou stužkou, v rozhovoru naše předsedkyně Katka Pintérová pohovořila o významu sbírky. Česká televize je letos hlavní mediální part-



ner akce. Že pracovníci Ostravského studia berou tuto skutečnost za svou, bylo zřejmé, kytičky, které měly s sebou Onko-Amazonky, byly prodány během chvílky. Když během dopoledne navštívila ČT dvojice studentů, prodala zájemcům další kytičky.

Po deštivé noci je venku pěkný den, sluníčko svítí a do ulic se vydali dobrovolníci, studenti i členky Onko-Amazonek. Zdálo se, že Ostrava je plná žlutých triček. Kytičky se nabízely všude v ulicích, na náměstí, v předzahrádkách, prodávající byli milí a lidé většinou kytičky kupovali. Někteří prohodili pár slov, jiní ve spěchu koupili kytičku a pokračovali dále za svými povinnostmi.

Po loňské dobré zkušenosti naše členky navštívily ArcelorMittal Ostrava a.s., a opět byly mile přivítány. Měly připraveno mini pracoviště, kde nabízely kytičky zaměstnancům. Navštívily jsme i několik dalších ostravských podniků.

Do sbírky se pro nás zapojily kromě mnoha ostravských škol a podniků i mladé hasičky, členky SDH Opatovice, za což jim moc děkujeme. Divíte se, že je to trošku dále od Ostravy? Nápad vznikl na rekondičním pobytu v Lázních Slatinice. Dvě dámy se domluvily a akce byla na světě. Doufám, že spolupráce bude pokračovat. Ještě nemáme přesné výsledky, ale podařilo se nám prodat více kytiček než loni.

Děkujeme všem dárcům květinového dne, ať už si koupili květek, poslali SMS, či jinak přispěli. A taky děkujeme členkám naší organizace, které se na přípravě a realizaci sbírky podílely. Od objednání po zpracování, jednání se školami, prodej až po odevzdání pokladniček na poště.

Mirka Juřinová



PRAHA

Již po 20. společně s Ligou proti rakovině!

Sbírková činnost naší Střední odborné školy má v rámci Českého dne proti rakovině dlouholetou tradici. Naši mladí (obor Veřejnoprávní činnost a Sociální činnost) vědí, že činí správnou věc pro nemocné a lidi v nouzi. V letošním roce jsme na podporu boje proti rakovině přispěli ve sbírkovém dni částkou **568.147 korun** a opět se těšíme na další spolupráci!

*PaedDr. Pavla Nedomová
ředitelka SOŠ, Praha 5, Drtinova*



Květinový den očima studentů gymnázia Jana Keplera v Praze

Psal se rok 2007, kdy jsme poprvé oblékly žlutá trička s logem kytičky. Studovaly jsme prvním rokem Gymnázium Jana Keplera, když k nám jednoho jarního dne přišla do hodiny paní profesorka Bašusová a jala se mezi námi hledat dobrovolníky pro Den proti rakovině. Jako kompenzaci za dobrovolnictví nám bylo nabízeno celodenní uvolnění z výuky. Představa ulít se z vyučování byla lákavá, a tak jsme se ihned horlivě hlásily. Následující květnovou středu jsme se zásobou kytiček oblečeny ve žlutém vyrazily do ulic Prahy 6. Volný den bez školních povinností a zároveň zájem lidí o sbírku nás motivoval na další



rok horlivě se hlásit znovu. Nakonec se z původní priority zkrácení školního dne stala tradice, ve které jsme pokračovaly i poté, co jsme brány gymnázia opustily. Tento ročník byl pro nás již desátým, a proto jsme se rozhodly sepsat krátké ohlédnutí.

Naší domácí půdou se stala konečná stanice metra Dejvická, kde jsme odchytávaly davy lidí právě vystoupivších z městských i příměstských autobusových linek. Mnozí z nich, vidouce žluté tričko, se na nás vrhali s již připravenou dvacetikorunou v ruce. Někdy hrála roli i zvědavost, která se posléze změnila na davové šílenství, a na kytičky se tak musela stát fronta. Díky tomu byly někdy zásoby květků vyčerpány za pouhých čtyřicet minut. Poté, co bylo prodlouženo metro a přesunuty výstupní stanice autobusů, jsme přišly o početný zdroj lidí. S lítostí jsme byly nuceny opustit naše zavedené stanoviště a na žádném jiném se nám již časové rekordy v prodeji překonávat nedařilo. Měly jsme to štěstí potkat spoustu štědrých dárců, kteří přispívali bankovkami vysoké hodnoty, aniž by chtěli jedinou kytičku. Ti, kteří nenašli v peněžence vhodný obnos, se kolikrát po rozměnění peněz vrátili zpět k nám, aby si kytičku dokoupili. Zastavovali u nás řidiči autobusů, kteří nás od volantu žádali o doplnění letité sbírky barevných stužek na svých střížkách za předním sklem. Mnohokrát u nás i přes zákaz zastavení přibrzdili řidiči aut, kteří si, riskující pokutu, nechtěli květinový den nechat ujít. Po všechny

ročníky nás navštěvoval vyslaný zástupce z ruzyňského letiště, který kupoval rovnou celé plato dvaceti pěti kytiček pro své kolegy pracující za branami střežené letištní zóny. Staly jsme se i svědky paradoxních situací: během ročníku s kampaní proti rakovině plic si kytičky chodili koupit lidé se zapálenou cigaretou v ruce, kteří tím možná přispívali do budoucna sami na sebe. Historek a zážitků jsme za ty roky nasbíraly mnoho. Každá máme ve skříni komínek žlutých triček různých velikostí, neb ne vždy na nás vyšla ta správná. Prodaly jsme přibližně 2 tisíce kytiček, za něž se nám podařilo vybrat okolo 60 tisíc korun. Dobrý pocit a vzpomínky, které nám zůstanou, jsou ale k nezaplacení.

Tereza Kosíková
Magdalena Ježková

Jak probíhal sbírkový den paní Libuše Logojdové z FIT-ILCO Praha?

Můj kytičkový den vypadal takto: Tentokrát jistě i vlivem počasí byli lidé ochotnější, ale také štedřejší. Já jsem „prodávala“ jako vždy kvítky na Hájích nad pevným schodištěm, kudy lidé do metra přicházejí od autobusů. Zprvu tam bylo ještě plno studentů rovněž nabízejících květin. Ti jich ale měli méně a brzo odešli. Pak už se ale také změnil typ cestujících na maminky s malými dětmi a seniory, co se vydali na „výlety“ ať už za nákupy nebo do přírody.

Já jsem se na stanoviště dostavila v 5.30 hod., kytky jsem spolu s letáčky měla připravené v košíčku, ale brzo jsem musela doplňovat další. Výjimečně nebyl ani vítr, a tak se mi kvítky a letáčky „roztloualy“ jen vzácně. Lidé se svěřovali, že o nás slyšeli ráno v rozhlasu nebo televizi, jiní zvolali, že netušili, že je to dnes – všichni si však o kytičku řekli. Mnozí brali pro své kolegy v práci nebo babičky a dědečky doma, kteří to slyšeli a požádali je, aby za ně přispěli do sbírky. Dostala jsem za 1 kytičku mnohokrát 100 nebo 200 Kč, ale také 500!

Kytek jsem měla 500 ks, stržila jsem za ně bez 15 korun 15.000 Kč čili o 50 % navíc. V 10 hodin už mi zbyla jen jedna a tu jsem si nechala pro sebe.

Jsem moc ráda, že jsem se mohla podílet na této bohužel akci, vždy dobře připravené a propagované, na jedné

z mála sbírek veřejností přijímané stejně kladně jako například sbírky v přímém přenosu TV.

Libuše Logojdová

Co mě opravdu potěšilo?

Po celodenním prodávání kytiček jsem jela domů. Prodávala jsem od 6 ráno do 18 večer. Je ale pravda, že jsem si od 14 do 16,30 udělala přestávku – hlídala jsem vnučku. V autobuse seděla paní s přišpendleným kvítkem. Pochválila jsem ji a řekla, že jí to moc sluší a že jsem od rána prodala 500 kytiček. Odpověděla, že Ligu proti rakovině podporí každý rok, ale letos ji velice zaujal leták, ve kterém se dozvěděla nejen jak vyšetřit prsa, ale i historii sbírky. Tímto chci autorům letáku poděkovat za skvělé informace.

*Ing. Marie Ředinová
předsedkyně Českého ILCO*

Klub ALEN

Centrum prodeje kytiček v ALEnu bylo tentokrát u naší Věrky Uhrové doma. Naše členky se tam scházely již od časného rána s doklady o prodeji a odevzdání peněz na poštu. Jako odměnu dostaly teplý čaj, milé pohostění, výborný sulc a ty pozdější i celý oběd. Mnohá květinářka přinesla i vlastní dobroty jako příspěvek k příjemné pohodě tohoto pro Ligu proti rakovině svátečního dne. Velká krabice se postupně plnila prázdnými vaky a doklady o narůstající vybrané částce sbírky. Až do večera s tím měla Věra práci a její byt připomínal kancelář, skladiště, poštu a zároveň i kuchyni a jídelnu (včetně sociálního zázemí)



– vše plně poskytla ve prospěch této dobré věci.

Letošní prodej kytiček probíhal velmi standardně, za příjemného počasí i velkého zájmu lidí. Většina jich už byla předem informována, někteří cíleně mířili na místa, kde každoročně naše květinářky stojí a květinčky nabízejí. Jen jeden policista zřejmě o této sbírce neslyšel nic a naši květinářku Marii nepříjemně kontroloval. Je dobře, že sbírka – i když je velmi známá a rozšířená a těší se zájmu kolemjdoucích – projde i kontrolou veřejnou a úřední, ale způsob, jak se policista choval k dobrovolnici, byl ponižující. Blíže vám o tom již napsala sama Marie, nebyla jsem u toho, a tak se nebudu více rozepisovat. I některé další naše kolegyně prošly kontrolou policistů, ale rozhovor s nimi byl slušný, uctivý a oboustranně vstřícný.

Úsměvné byly některé příhody: například ženou, která opravdu dlouze vybírala „tu svou“ kytičku – aby neměla





Zážitky z Prahy přímo z Václavského náměstí

To, co se odehrálo ve žlutém stanu na Můstku v Praze 11. května, bylo něco **výjimečného**. Řada oslovených známých osobností přišla na improvizované pódium bez nároku na jakýkoliv honorář zahrát, zazpívat, a podpořit tak sbírku Český den proti rakovině. Co víc? Nikdo z nich nepřišel v očekávání mediální slávy, fotografií na předních stránkách novin, houfu fotografů apod. Jen jednoduše kývli na prostou prosbu: přijďte podpořit 20. ročník sbírky Ligy proti rakovině Praha. Jen přišli, zahráli, zazpívali, oblékli žluté tričko, prodávali kytičky, na žádost fanoušků se podepsali na letáčky, vyfotili se zájemci...

pomačkanou stužku, aby měla správný počet okvětních lístků, netrčely z ní nitky, oba konce byly stejně dlouhé, aby stužka byla správně růžová, pěkný odstín, aby kytička házela milé žluté světlo – byl to dlouhý proces, ale nakonec byla paní spokojená. Jiná paní zase chtěla k růžové stužce ještě druhou kytičku s jinou barvou stužky.

Jiná naše květinářka měla radost, že pán dal za dvě kytičky do pokladního vaku 200 Kč, jenže on si to pak rozmyslel (nebo se včas nevyjádřil) a chtěl peníze zpět. Ivanka mu tedy nakonec dala peníze ze svého, jen aby neodcházel se špatným pocitem, že se předal.

*Daniela Kelišová
předsedkyně*



a když odcházeli... **DĚKOVALI!** Děkovali, že se mohli zúčastnit, že mohli **POMOCTI!** **Děkovali Lize, že mohli ve svém volném čase zdarma – bez slávy – pomáhat!**

Je hlubokým lidským zážitkem být při tom. Být součástí všudypřítomné pozitivní a optimistické atmosféry. Svět se zdá být lepším!!!

Takže my teď **DĚKUJEME Chantal Poullain** za to, že se podělila o svou bolestnou zkušenost s rakovinou prsu, za její otevřený a optimistický rozhovor v přímém rozhlasovém vysílání Radiožurnálu přímo ze stanu, díky milé moderátorce **Lucii Výborné**, která už poněkolkáté ve prospěch Ligy vyměnila klidné studio v budově rozhlasu za rušný stan na náměstí, díky **Heidi Janků**, která zpívá, tančí a baví publikum, aby pak „vyfasovala“ přiděl



kytiček a ochotně je nabízela kolemjdoucím, díky **Gabriele Kratochvílové** a **Monice Leové** za ten široký úsměv, se kterým si přicházejí odpracovat (samy sobě naordinovanou) dávku pomoci, díky **Vladimíru Hronovi**, který rozezpívá nejen náměstí, ale do svého vystoupení zapojí jak projíždějící poštovní vůz, tak policejní auto, a s výrazem šťastného malého kluka po prodeji přidělených kytiček hlásí – prodáno! Díky **Vojtovi Bernatskému**, který výřečnost sportovního moderátora vyměnil za neodolatelného prodejce žlutých kvítků. Díky **Jaroslavu Uhlířovi**, který si přivezl na vystoupení vlastní klávesy, aby pak spolu s publikem zpíval Dělání, dělání... a přidával a přidával... Díky partě mladých mu-



žů z kapely **ADAMBE**, jejíž rytmy ne nechaly posluchače v klidu, díky naprosto skvělým malým i velkým stepařům **Tanečního studia Andrea**, kteří vystříhli jedno vystoupení za druhým, až se podlaha stanu prohýbala... Díky za keltské a irské písně v podání **Beťty a Niny** s doprovodnou kapelou a díky virtuóznímu kytaristovi **Janu Matěji Rakovi**, který hraje na kytaru i to, co se na ni hrát nedá! Děkujeme všem za pomoc při sbírce, děkujeme za podporu, děkujeme za peníze určené Lize proti rakovině Praha, děkujeme za DMS, děkujeme spolupracujícím organizacím a partnerským firmám.

Jitka Bajgarová
(Arcadia Praha)
a výbor Ligy proti rakovině Praha



Květinový den Anety Petrové

Letos jsem se účastnila podruhé sbírky proti rakovině a musím říct, že je to jeden ze skvělých dní v roce. Tolik životních příběhů, úsměvu, radosti, ale i slz. Minulý rok jsem moc nevěděla, jak to chodí, a objednala jsem si pro dvě osoby pouze 500 kytiček a od šesti od rána na stanici Luka byly hnedka za tři hodinky odkoupené. Letos jsme si s přítelem objednali 1.000 kytiček, sice jsme na stanici metra vyrazili až na devátou, ale všech 1.000 kytiček jsme prodali. Byl to velmi náročný den, ale



za všechny prodané kytičky a za to, že jsme aspoň trochu mohli pomoci, to vážně stojí! Příští rok se mnou určitě počítejte!

Aneta Petrová

PLZEŇ

SPŠ dopravní

Ve středu 11. května se žáci třídy MPP2 Střední průmyslové školy dopravní v Plzni aktivně zapojili do celostátní veřejné sbírky květinového dne, organizovaného Ligou proti rakovině. Prodali ve své škole a v jejím blízkém okolí 650 ks žlutých kytiček, a získali tak pro dobrou věc 14.298 Kč. Líbilo se jim, že lidé rádi přispívali a žlutý kvítek měsíčku lékařského si koupili. Protože tento

den je v naší republice již známý, lidé za žáky v žlutých tričkách cíleně sami chodili, aby si mohli kytičku koupit, a často si kupovali i více kusů. Reakce a ochota lidí na zakoupení kytičky byla velmi kladná. Ale mnohem více kytiček si koupily ženy než muži.

*Jiřina Dušková
SPŠ dopravní, Plzeň*

ROKYCANY

ONKO klub

Snad ten magický dvacátý ročník zapříčinil, že prodej kytiček proběhl velmi dobře.

Zažily jsme jako každý rok nějaké excesy, bylo jich ale málo a ty dva, které byly přes čáru, jsme ohodnotily při společném obědě slovy: „Tito lidé nám nesahají ke kotníkům, je nám jich líto.“ Počasí bylo, jaké bylo, dost foukalo, ale hlavně že nepršelo. Prodaly jsme všechny kytičky, co jsme si objednaly, a výtěžek byl 57.725 Kč. Zda je to málo či hodně, je věcí diskuze, ale my jsme spokojené. Všechny jsme do toho daly síly, co nám stačily, i naše nejvyzrálejší členka v 83 letech. Všechny jsme to zvládly s plnou parádou. Za to naši Milence velký dík!

Že nás bolí nohy? No jasně.

Že nás bolí záda? No jasně.

Ale to přejde a budeme se těšit na další ročník.

*Anička Šimová
předsedkyně*



RUDICE

V Rudici (okr. Blansko) se stalo již tradicí, že Český den proti rakovině, který zajišťuje obecní knihovna, probíhá s podporou MOÚ na Žlutém kopci v Br-



ně. Také letos nám oddělení pro styk s veřejností dodalo informační materiály, o které byl mezi občany velký zájem. Zdařilou akci podpořila i místní škola, mimořádně byla otevřena Rudická galerie a v podvečer vystoupila jeskyňářská country kapela Knír.

Josef Klimosz

ŠTĚTÍ

Zrnko štěstí

Jako každý rok se blížil den, kdy se prodávají kytičky žlutého měsíčku lékařského v rámci Českého dne proti rakovině. Je to akce Ligy proti rakovině Praha, která slouží na podporu léčby rakoviny a její prevenci. V letošním letáčku též bylo vypsáno, kam výtěžky z těchto akcí jdou a kde všude pomáhají.

Už týden jsme sledovali předpověď počasí a hle, opět bylo slunečno. I počasí nám pomáhá v akci. Ráno jsme vyšli a už v dále vidíme známé tváře lidí, kteří na nás, jako každý rok, čekají. Máme z toho velkou radost, že je tato sbírka tak známá. Opět jsme zaznamenali mnoho chvály na tuto akci, proto se zase těšíme na další ročník. Chceme též poděkovat všem, kdo si květinu koupili, ale i těm, kdo vše připravili a organizovali.

manželé Petr a Věra GROBAUEROVI

TELNICE U BRNA

Musím se podělit o svou velkou radost: V letošním roce jsme v Telnici vybrali ve sbírce Český den proti rakovině asi



o 50 % více než v loňském roce, tedy 16.408 Kč. (Máme 1.600 obyvatel.)

V jednotlivých kasičkách bylo:

8.759 Kč (v terénu)

5.574 Kč (v terénu)

2.075 Kč (na obecním úřadě).

Prodali jsme celkem 300 kytiček, tzn. 55 korun průměr na kytičku. Chodili jsme během celého dne tradičně po domech a lidé už nás vyhlíželi a měli vše připravené u dveří. Někteří nás dokonce hledali po obci, abychom se náhodou neminuli. Až na jednoho člověka nám dal příspěvek každý, koho jsme zastihli doma.

Sbírka nám udělala radost a věřím, že budete mít i v celkových číslech takový růst, že vše pomůže dobré věci.

František Kroutil
starosta obce Telnice

TŘINEC

Klub Marie

Ve středu 11. května se konala celostátní sbírka Český den proti rakovině se zaměřením na „Rakovinu prsu u žen a u mužů“. Klub MARIE se sbírky účastní již šestnáctým rokem. Poprvé se do prodeje květin zapojil v roce 2000 s počtem 100 prodaných květi-



nek. Dnes již objednává 5.000 květinnek a letos jich prodal 5.198. Květiny nabízíme od Mostů u Jablunkova až po Český Těšín.

Každoročně nám pomáhají vybrané třinecké a těšínské školy, polská škola v Bystřici, školy Hrádku, třinečtí Skauti a 40 žen klubu.

Počasí bylo nádherné a lidé vstřícní. Na konto Ligy proti rakovině byla odeslána finanční částka 134.453 Kč.

Marie Adamusová
předsedkyně

ÚSTÍ NAD LABEM

Ústecký ARCUS z. s.

V letošním ročníku Českého dne proti rakovině nám pomáhali nabízet květiny měsíčku lékařského studenti zdravotní školy a gymnázia z Ústí nad Labem. Počasí nám přálo a i naše členky byly s prodejem kytiček velice



úspěšné. Opět se předháněly v počtu prodaných kytiček. Patří jim za to veliký dík, už jen proto, že jsou to dámy v pokročilejším věku. Když ale spolu soutěží, jako by opět omládly. Jsme rádi, že vše proběhlo dobře a v pohodě.

Marie Vavřínková

s tematikou rakoviny prsu a ukázkou samovyšetřování byl zájem.

Pracovníci České pošty byli vstřícní a dobře se nám s nimi spolupracuje.

Český den proti rakovině je již pevně zakořeněn v povědomí obyvatel našeho okresu.

Anna Plášková

Český den proti rakovině 2016

Generální partner:



Hlavní partner:



IT partner:



Hlavní mediální partneri:



Partneři:



Mediální partneri:



Spolupracovníci:



Pořadatel:



Organizátor:



VSETÍN

ONKO – DUHA

Celostátní sbírka, kterou v našem okrese organizoval spolek ONKO – DUHA Vsetín, dopadla velice dobře. Bylo krásné počasí, které určitě působilo i na naše spoluobčany, kytičky kupovali jak od našich členek, tak i od studentů a skautů.

Kromě sluníčka na obloze všude v ulicích Vsetína, Valašského Meziříčí, Rožnova pod Radhoštěm a některých okolních vesnicích zářila žlutá trička našich prodávajících. Také o letáčky

ŽAMBERK

Růžový den proti rakovině v Žamberku klapnul na jedničku

Už druhý ročník charitativní akce společnosti 3D FITNESS, která realizuje kompletní fitness centra, Růžový den proti rakovině proběhl ve středu 11. května v areálu Studia 3D FITNESS v Žamberku.

Výtěžek z prodeje originálních triček v hodnotě 13.235 Kč puťoval na konto organizace Liga proti rakovině, známé žlutými kvítky měsíčku lékařského.





kam se podíváš. Tak by se dal areál studia vystihnout jednou větou. Akce se konala už podruhé a evidentně je založeno na novou krásnou tradici. „Myslím, že je dobré se na chvíli zastavit a s velkou pokorou si uvědomit, jaké máme štěstí, že jsme zdraví, a můžeme sportovat, jak právě chceme,“ říká jednatel 3D FITNESS Míra Jirčík.

Celý kolektiv 3D FITNESS připravoval Růžový den několik týdnů dopředu, ladil se každý detail včetně výzdoby. „Kdo je zdravý, zkrátka by těm, kteří právě bojují se zákeřnou nemocí, pomoci měl. Jsem na výsledek naší charitativní akce pyšný, moc mě těší, že ji kolegové i lidé ze Žamberka vzali za svou a že jsme si společně odpoledne vážně užili. I počasí jsme objednali naprosto senzační.“

Na konto Ligy proti rakovině, se kterou 3D FITNESS spolupracuje už druhým rokem, byla během Růžového dne připsána částka přes třináct tisíc korun z prodeje originálních růžových triček. Ta byla k dostání v e-shopu a také přímo na stánku během ak-

ce. Posloužila jako originální vstupenka na akci, na které se nikdo nenudil. Za originálním motivem vycházejícím ze symboliky žlutého kvítka Ligy proti rakovině stojí designérka 3D FITNESS Eva Hemalová. Další finance pak putovaly na konto Ligy proti rakovině do konce května, kdy byla trička ještě k dispozici na e-shopu.

K akci se připojilo hned několik fitness studií v celé ČR. Růžový den přišel podpořit také starosta Žamberka Jiří Dytrt. „Úžasná myšlenka a báječné odpoledne,“ usmíval se. „Nemůžu tady chybět. Jsem rád, že se Růžový den po roce znovu konal – věděl jsem, že Míra Jirčík a jeho tým nezklamou a znovu se do něho pustí. Nepochybuji o tom, že bude i příští rok. Je tu víc lidí než loni a předpokládám, že za rok se nás sejde ještě víc.“

3D FITNESS se věnuje realizaci kompletních i dílčích fitness projektů v celé republice i na Slovensku a zaměřuje se na zdravý smysluplný pohyb.

*Ing. Nela Adamová
3D FITNESS s.r.o.*

– Referent školení a vzdělávání

V areálu Studia 3D FITNESS Žamberk se sešlo několik desítek lidí, na které čekalo hned několik lekcí pod vedením instruktorů studia: bodyform, tabata, power jóga, funkční trénink, TRX a další. Odpoledne bylo skutečně akční a panovala výborná nálada. Růžová,

VZPOMÍNKA NA ZAKLADATELE LIGY

V těchto dnech by se dožil 90 let prof. MUDr. Zdeněk Dienstbier, DrSc., dr. h. c., odborník světového věhlasu, uznávaný profesor nukleární medicíny a radiobiolog, emeritní děkan 1. lékařské fakulty UK, emeritní prorektor UK, ale především laskavý a empatický člověk. V roce 1990 za-

ložil s několika spolupracovníky Ligu proti rakovině a formuloval její do dnes platný program.

Dovolte citovat z profesorova *Průvodce stárnutím, 2009*: „Rodíme se, abychom žili krátce, umíráme bohužel na věky. Zanechme po sobě čistý štít!“

Výbor Ligy proti rakovině Praha



DĚKOVNÝ KONCERT NA PODPATCÍCH



Slavnostní koncert, který byl poděkováním za spolupráci při 20. ročníku veřejné sbírky Český den proti rakovině, zazněl 15. června 2016 v aule Českého vysokého učení technického v Betlémské kapli. Moderátor Dalibor Gondík se upřímně a bezprostředně ujal role průvodce celého slavnostního večera.

„Činnost Ligy je trochu neviditelná a neuchopitelná, protože je to práce se slovem. A slovo bylo na začátku, slovo je, slovo bude a je to zdroj spojení lidí, zdroj toho, že se nedokážeme domluvit, zdroj válek, ale také zdroj lásky, pomoci a informace, která může zachránit život. To je přesně to, o co se Liga proti rakovině snaží, přinést slovo, které zachrání život a všechna naše snažení jsou snahou k prevenci a k tomu, aby se lidé mohli zamyslet a vzpomenout si, že ta kotva je na blízku a že ji mohou získat.“

Věřím, že všechna dobrá slova se neminou účinkem a budou pro nás mostem jednoho k druhému, kteří jsou ochotni spolupracovat,“ těmito slovy přivítala předsedkyně Ligy MUDr. Michaela Fridrichová všechny přítomné hosty a popíjala krásný večer. Poté následoval neuvěřitelný koncert dam, které si získaly srdce všech přítomných nádherným uměleckým přednesem skladeb Roberta Schumanna, Hanuše Jana Trnečka, Franze Schuberta, Clauda Debussyho, Manuela de Falla, Isaaca Albenize, Antonína Dvořáka.



Jiitka Čechová – klavír

„S velkou elegancí mistrovsky vyzdvihla hloubku a šíři tohoto díla. Obtížné běhy sypala z rukávu s lehkostí, perlivou zářivostí a virtuozitou. Ve zvukovém mikrokosmu nás svým vyprávěcím tónem vyzdvihovala do éterických výšin...“ tak zní jedna z mnoha recenzí koncertů této absolventky pražské HAMU, postgraduálního studia v Paříži a Freiburgu i dalších mistrovských kurzů v zahraničí. Jako sólistka je Jiitka Čechová vysoce oceňována v mnoha evropských zemích i v zámoří, kde spolupracuje s předními orchestry. Těžiště repertoáru Jiitky Čechové představují díla českých autorů – B. Smetany, A. Dvořáky, L. Janáčky a B. Martinů.

Kateřina Englichová – harfa

„Svým strhujícím podáním se Kateřina Englichová vymyká rčení, že harfa je pouze nástrojem andělským,“ napsaly The New York Times po koncertě o této mimořádné osobnosti české harfové školy. Kateřina Englichová spolupracuje s významnými umělci a soubory u nás i v zahraničí, např. se San Francisco Chamber Orchestra, s Vancouver Symphony Orchestra, s Honkongským komorním orchestrem, Českým komorním orchestrem, s Talichovým orchestrem. Je vítězkou mnoha mezinárodních soutěží, vedla mistrovské



kurzy v USA, Kanadě, Hongkongu, Itálii a Lucemburku. Její interpretační umění bylo oceněno v řadě soutěží.

Ludmila Peterková – klarinet

„Vřele, barevně, něžně, vroucně, jiskřivě...“ Takto dokáže oslovit publikum naše prvořadá klarinetistka, profesorka Pražské konzervatoře i moderátorka Ludmila Peterková. Je laureátkou soutěží Pražského jara 1991, mj. držitelkou ceny Harmonie za nejlepší nahrávku roku 2001, vystupuje s mnohými hudebními tělesy. V roce 2014 například jako sólistka s Čajkovského orchestrem v Moskvě pod taktovkou známého dirigenta Vladimíra Fedosejeva. Na Praž-

ské konzervatoři učí již od svých 27 let, jejíma rukama prošli mnozí, dnes uznávaní sólisté po celém světě. Spolupracuje s řadou významných umělců – houslistou Josefem Sukem, dirigentem Jiřím Bělohlávkem, Vladimírem Ashkenazym, Gerdem Albrechtem, mezzosopranistkou Magdalenou Koženou, Škampovým kvartetem, s Tokio String Quartet a dalšími.

Petra Šimková-Alvarez

„Zpívala ve výškách, které jako by snad neměly strop,“ napsala kritika o této pěvkyni, která se původně vydala cestou studia populárního zpěvu na Pražské konzervatoři. Opernímu oboru se za-

čala věnovat později, na konzervatoři v italské Mantově, pěvecká studia pak uzavřela na univerzitě ve Vídni. Hostuje v mnoha operních domech, například v Národním divadle a ve Státní opeře, scénou, na kterou se ráda a pravidelně vrací, je vídeňská Theater an der Wien. Zde debutovala v roli Komorné (Menotti: Goya) po boku Plácida Dominga. Pro přítomné hosty byl děkovný koncert krásným kulturním zážitkem čtyř dam, které předvedly své mistrovské umění. Původní program nestačil a potlesk hostů si vyžádal další přídavky. Nakonec jsme se společně rozloučili krásnou moravskou písní.

-red-



VELETRH NEZISKOVEK

Letos se přátelé občanské společnosti setkali na největším veletrhu neziskovek NGO Market ve středu 27. dubna v prostorách Forum Karlín. Hlavním tématem letošního, 17. ročníku bylo řízení neziskových organizací. V rámci prezentace svých aktivit v jednotlivých stáncích nebo v doprovodném programu dostaly opět neziskovky možnost seznámit veřejnost se svými činnostmi a principy, které, jak všichni doufáme, vedou společnost lepším směrem. Nechyběl zde ani stánek Ligy proti rakovině Praha a využili jsme strategického místa v samotném centru výstaviště k poskytování informací o působení Ligy i k nabízení odborných publikací, prospektů a letáčků. Zájem byl opět velký a objevily se dotazy nejrůznějšího charakteru, včetně odborných na přítomnou lékařku, ale zaznamenaly jsme i plno chvály a pozornosti o květinový den, který byl v době konání veletrhu již za dveřmi. Přítomní návštěvníci si odnášeli pro své blízké i materiály z protikuřáckých programů – dětská pexesa, omalovánky,



puzzle měsíčku lékařského a samolepky s názvem „Normální je nekouřit“. Nedílnou součástí NGO Marketu byla i veřejnost, která se podílela na skvělé atmosféře. Všichni návštěvníci se letos měli opravdu z čeho těšit a připravený program byl velmi zajímavý. Například Linka bezpečí nabídla možnost zúčastnit se napínavé hry Únik do bezpečí. Denně se na Linku bezpečí obrací více

než 500 dětí a mladých lidí z celé ČR se žádostí o pomoc či radu. Zajímavé bylo i seznámení s charitativní akcí Nadace ČEZ Pomáhej pohybem, kterou podpořily osoby s postižením a mnoho dalších. Nechyběla opět ani možnost výborného občerstvení v „Tiché kavárně“ nebo kavárně „Bílá vrána“ a závěr bohatého programu patřil již tradičně tombole.

Pavla Vancová

DEN ZDRAVÍ NA POLIKLINICE MODŘANY

3. ročník Dne zdraví Polikliniky Modřany se uskutečnil ve čtvrtek 9. června. Pečlivě připravený program nabízel přítomným návštěvníkům mnoho zajímavostí. Zdarma bylo možné

podstoupit různá vyšetření a využít poradenství na jednotlivých stanovištích. Zájemci si mohli nechat změřit tlak, cukr, EKG, tělesný tuk, svalovou hmotu, dioptrie, znaménka nebo třeba ochut-

nat produkty zdravé a bezlepkové výživy.

Nechyběl zde ani stánek Ligy proti rakovině Praha s vlastními odbornými publikacemi. Pro děti byly připraveny omalovánky, pexesa i puzzle. Odborné konzultace vedly a na dotazy návštěvníků ochotně odpovídaly přítomné paní doktorky z nádorové telefonní linky LPR. Zástupkyně spolku ŽAP erudovaně a trpělivě vysvětlovaly, jak správně postupovat při samovyšetření prsu na názorném modelu, a odpovídaly na četné dotazy.

Děti se mohly těšit ze soutěží a zajímavé je i různé sportovní, motorické a didaktické pomůcky i modely lidského těla. Akcí prováдел moderátor Tomáš Krejčíř a na závěr nechyběla ani tombola. Den zdraví navštívily v průběhu dne stovky občanů a zájem lidí byl opět velký, jistě i díky pestrému doprovodnému programu a slunečnému počasí.

Pavla Vancová



DNY BEZ TABÁKU VE STARÉM MĚSTĚ



V rámci projektu Efektivní prevence, který podpořilo MŠMT, proběhly v květnu preventivně-sportovní akce. V pátek 20. května všechny třídy šesťáků ZŠ Staré Město postupně absolvovaly připravený program. Jeho sou-

částí byl krátký vytrvalostní běh, kdy každý soutěžil nejen sám za sebe, ale i za svoji třídu. Druhou polovinu programu zahrnoval test teoretických znalostí o nebezpečí užívání cigaret a měření usilovného výdechu. V obou částech

programu museli žáci něco předvést – znalosti, rychlé nohy nebo správně fungující plíce. Ti nejlepší pak obdrželi drobné ceny a ostatní se alespoň přesvědčili o tom, že cigareta do ruky dětem skutečně nepatří. Toto přesvědčení si s sebou určitě ponесou i dále. V úterý 31. května se přidalo i 201 žáků z 3.–5. ročníku. Každá třída se zúčastnila štafetového běhu s heslem: „Nechte tabák ležet, pojďte s námi běžet“. Peer aktivisté z řad žáků II. stupně jim připomněli škodlivost aktivního i pasivního kouření a jeho neblahé zdravotní následky. Za svůj běh obdrželi diplomy a ti nejrychlejší i drobné odměny. Obě akce proběhly pod záštitou Ligy proti rakovině Praha, která poskytla i edukační materiály.

Josef Jurnykl
ředitel ZŠ Staré Město

PROJEKT ZMĚŇ SVĚT



Prvního máje zastihla motoristy ve sportovním areálu v Šeberově překvapivá akce pod názvem: „**Mytí aut v plavkách od slečen i pánů, a to zdarma!**“

Skupina studentů Vysoké školy ekonomické z Podnikohospodářské fakulty se rozhodla v rámci projektu „Změň

svět“ bojovat proti rakovině. Cílem těchto odvážných studentů je zvýšit informovanost veřejnosti o rakovině, naučit lidi, aby byli schopni se sami vyšetřit a případně poznat příznaky onemocnění. Na místě se provádělo nejen mytí aut v plavkách, ale byly také poskytovány informace o problematice rakoviny prsu a prostaty a o její prevenci. Díky této akci chodí po světě zase více informovaných lidí. Liga proti rakovině Praha tuto akci s radostí podpořila svými materiály a publikacemi.

redakce a Tereza Škopková
studentka
– spoluorganizátorka akce



SVĚTOVÝ DEN ZDRAVÍ V BRNĚ

Každý čtvrtý člověk zemře v České republice na následky rakoviny. Její léčbu komplikuje především strach veřejnosti a nedostatek informací o tomto onemocnění. To se odráží v pozdní diagnostice a odmítání léčby

některými pacienty. Studenti medicíny z organizace IFMSA CZ se rozhodli rozšířit povědomí veřejnosti o dané problematice a uspořádali 9. a 10. dubna 2016 v OC Olympia Brno, ve spolupráci s nutričními terapeuty, dvoudenní

osvětovou akci s názvem Světový den zdraví. Akce probíhala oba dny vždy od 10 do 20 hodin a po celou dobu se těšila velkému zájmu návštěvníků. Během víkendu se na celkem 7 různých stanovištích vystříдалo přibližně



130 dobrovolníků z řad studentů všeobecného lékařství a studentů oboru nutriční terapeut.

Největším lákadlem akce byla již tradičně možnost nechat si změřit nejrůznější fyziologické hodnoty jako například krevní tlak, procento tuku v těle a zejména hodnotu krevního cukru, díky níž se dá odhalit hrožící riziko onemocnění cukrovkou.

Návštěvníci mohli rovněž prostřednictvím interaktivních stánků zjistit, v čem tkví zrádnost a nebezpečnost rakoviny, jak je možné se před ní chránit a jak proti ní bojovat. Při výběru, na co se zaměřit, rozhodovala incidence daného typu nádorového onemocnění v České republice a jeho preventibilita.

Proto byl kladen důraz na tato nádorová onemocnění: rakovina tlustého střeva, plic, kůže, prsu, děložního čípku a varlat.

Na stánku v novém preventivním rakoviny kůže měli zájemci možnost nechat si vyšetřit znaménka lékařkami I. dermatovenerologické kliniky Fakultní nemocnice u sv. Anny. O tématu prevence kolorektálního karcinomu a zdravé výživy veřejnost informovali

studenti nutriční terapie. Na místě bylo dále možné naučit se zásady samovyšetření prsu a varlat na speciálních onkologických modelech.

Na všech stánkách s nádorovou tematikou bylo návštěvníkům k dispozici široké spektrum informačních brožur, které na akci poskytla organizace Liga proti rakovině Praha.

Na Světovém dni zdraví dále lékaři názorně vysvětlovali základy první pomoci, zejména přístup k bezvědomému, způsob zacházení s přístroji AED a zásady provádění efektivní kardiopulmonální resuscitace. V neposlední řadě bylo přichystáno také oblíbené stánkové pro medvídky, kde si zvědavé děti procvičovaly znalosti o jednotlivých orgánech lidského těla nebo si povídaly o zdravém životním stylu.

Celá akce byla zhodnocena kladně jak návštěvníky OC Olympia, kterých se v nákupním centru za celý víkend vystřídalo přibližně 80.000, tak samotnými dobrovolníky, kteří se postarali o kvalitní náplň jednotlivých stánků.

Barbara Kalinová
Světový den zdraví – organizační tým



PODĚKOVÁNÍ

Člen výboru Ligy ing. Jiří Maceška si přál ke svému letošnímu významnému jubileu dárky, které jej opravdu potěší. Požádal proto své blízké, aby podpořili aktivity a programy Ligy proti rakovině Praha.

Upřímně děkujeme panu ing. Jiřímu Maceškovi i jeho přátelům za dar ve výši 35.700 Kč!



DAR LIZE OD VYSOKÉ ŠKOLY HOTELOVÉ



Samozřejmě strava poddaných byla ovlivněna nejen ročním obdobím, ale především počty zvíře v lesích, úrodou na polích apod. Pocit neustálého ohrožení hladem vedl k tomu, že se lidé, pokud měli možnost, přejídali.

Každodenní a důležitou součástí jídelníčku byl chléb, sám císař Karel IV. jej měl velmi rád, stejně tak jako kořeněná jídla.

Studenti hotelové školy připravili podle dobových receptů chutné pokrmy a během celého dne se mohli přesvědčit, že jídla uspokojí chuťové pohárky i dnešních lidí.

Akce „Gastronomie v době Karla IV.“ se konala ve stejný den jako 20. ročník nejstarší sbírkové akce Český den proti rakovině, a tak se vedení školy a studenti rozhodli část výtěžku z prodeje pokrmů věnovat Lize proti rakovině Praha.

Při slavnostním ukončení akce převzala ředitelka Ligy Iva Kurcová z rukou jednatele společnosti Ing. Juraje Tinkyšek v hodnotě 25.000 korun! Upřímně děkujeme.

Iva Kurcová

Foto ing. Veronika Studničková

11. května proběhla na Vysoké škole hotelové v Praze 8 tematicky zaměřená gastronomická akce spojená se 700. výročím narození císaře Karla IV. Návštěvníci mohli na nádvoří školy ochutnat pokrmy, které se připra-

vovaly v našich zemích ve 14. století. Na stole Karla IV. se podávaly pokrmy masité, kašovitě a také hodně sladkosť. Strava podléhala ročnímu období, v letních měsících převládala drůbež, v zimě pak hovězí maso a zvěřina.

SEMINÁŘ V BRNĚ PRO NEVIDITELNÉ ŽENY

Další přátelské setkání Aliance žen z projektu Neviditelné ženy se uskutečnilo v Masarykově onkologickém ústavu ve Švejdově pavilonu v pondělí 7. března na Klinice komplexní onkologické péče. Koordinátorka projektu Líba Žamberská z lovosického spolku Úsměv = Zdraví přednesla zprávu o činnosti. Poté už následovaly přednášky jedna za druhou. Psycholožka PhDr. Zuzana Peterová a onkoložka MUDr. Dagmar Brančíková s onko sestrou Hanákovou vedly seminář v přátelském duchu. Sestra Lada Hanáková přednesla velmi inspirativní přednášku o tom, jak sestra na onkologii umí poradit a podat pomocnou ruku. Přednášející požádaly o dotazy, které odborně a srozumitelně zodpověděly. Přednášky byly připravené s lidským přístupem a láskou k nemocným ženám, která z nich vyzáří.

„Všechny jsme se cítily velmi pohodově, čas utekl velmi rychle,“ uvádí Líba Žamberská. „Pohoda, láska, klid – naučit se smát, mít radost z maličkosť a nedovolit strachu, aby nás oslabil,“ radí psycholožka Zuzana Peterová. Důraz byl dán na spojitost kouření a výskytu rakoviny. Dokázat si udržet pohodu, což posiluje naše zdraví. Důležitá skuteč-



nosti, jak léčba jde stále kupředu, nám zopakovala MUDr. Brančíková.

„Zbylo ještě mnoho otázek a všechny jsme se shodly, že jednodenní seminář je příliš krátký. Těšíme se na setkání, které je pro členky spolku Úsměv = Zdraví př-

pravené na dny 2.–5. června 2016 v Doksech v hotelu Kamýk, kde se s našimi lékaři sejdeme a probereme další otázky, bude více času,“ dodává Žamberská. Víkendová setkání bývají vždy podnětná.

Eva Hozmanová

EVROPSKÁ KONFERENCE O KARCINOMU PRSU V AMSTERDAMU

TÉMA KONFERENCE: Multidisciplinárni inovace v péči o pacientky s karcinomem prsu

10. evropské konference o karcinomu prsu v Amsterdamu jsme se v rámci národních pacientských organizací spojených v ED (Evropa Donna – evropská koalice proti rakovině prsu) za ČR zúčastnily dvě – ředitelka Aliance žen s rakovinou prsu, o.p.s. Eva Knappová (delegát ED za ČR) a já – Marta Kostrová (zástupce ČR v ED).

Důležitost celé události podtrhovala jednak účast odborníků všeho druhu spojených s péčí o pacientky s nádorovým onemocněním prsu a také pozornost médií i samotného nizozemského království, které na otevření zosobnila princezna Margriet. Znovu připomněla vysoký počet onemocnění a důležitost jak prevence, tak včasné diagnózy i potěšitelné statistiky, které navzdory vysoké incidenci zaznamenávají méně úmrtí na tuto nemoc.

Maraton přednášek a workshopů přinesl zajímavé poznatky i nejnovější výsledky výzkumu a pokrok v léčbě a její úspěšnosti. Nás potěšil hlavně úspěch aktivit Evropa Donny na poli prosazování rovného přístupu k léčbě pro ženy celé EU u Evropského parlamentu.

Poprvé jsme slyšely o důležitosti vitamínu D pro naši komunitu, v rámci panelové diskuze k řešení konkrétních případů a léčebných postupů měli onkologičtí odborníci i obhájci pacientů možnost sledovat danou problematiku z různých pohledů nebo se aktivně zapojit do hledání nejvhodnějšího postupu léčby.

Přednášky o prevenci zdůraznily správný životní styl, udržování stálé hmotnosti a pohybu, ve výživě hlavně vitamíny, stopové prvky a vlákninu, v pití alkoholu střídmost.

Velká pozornost byla věnována i paliativní péči, zvládnutí bolesti, respektive různých druhů bolesti – až 54% pacientek s karcinomem prsu trpí během léčby akutní bolestí, způsobenou radioterapií a chemoterapií, metastatické pacientky chronickou bolestí, pozornost byla věnována i průlomové bolesti. Z toho vyplývají psychické potíže, které komplikují zvládnutí náročných léčebných postupů.

V rámci konference jsme absolvovaly



i samostatné sezení v rámci ED, kde výkonná ředitelka ED paní Susan Knox shrnula nejdůležitější aktivity ED za uplynulý rok, podala přehled o významných plánovaných aktivitách a velmi nás potěšilo, že použila ve své prezentaci i fotografie z našich akcí.

Konference byla všestranným přínosem a potvrdila, že obhájci pacientů z nevládních organizací se pomalu, ale jistě dostávají do povědomí odborníků jako nepřehlédnutelná součást procesu zkvalitnění zdravotnických služeb pro ženy s nádorovým onemocněním prsu.

*Marta Kostrová
zástupce ČR v ED*

ZE ŽIVOTA KLUBŮ

REKONDIČNÍ POBYT NA PLEŠI

Již druhým rokem se konají pobyty v hlavní budově Na Pleši.

Zpočátku jsme trochu tesknily po dolejší ubytovně, ale rychle jsme si zvykly na větší pohodlí. Jsou pro nás vyčleněny tři prostorné pokoje s televizí, ledničkou, s varnou konvicí a s výhledem do parku. Každý pokoj má moderní sociální zařízení. Vedle pokojů je společenská místnost a hned naproti jídelna. Vaří nám velmi dobře, jídelniček je pestrý a vyvážený. Všem požadavkům ohledně stravy personál ochotně vyhoví. Procedury, mezi které patří vodoléčba, elektroléčba, masáže nebo skupinová cvičení,

jsou účinné, pomáhají a zlepšují naši psychickou a fyzickou zátěž. Nově je k dispozici kavárna, kde se můžete občerstvit na terase, nakoupit různé dobroty i drogistické a upomínkové zboží. Každodenní tisk je samozřejmostí. Okolí Pleše skýtá hezké procházky v lesích, kde v sezoně rostou houby.

Milé onkologické pacientky, neváhejte a přihlaste se Na Pleš a samy se přesvědčíte. My se sem určitě rády vrátíme a jsme vděčné Lize, že nám pobyty stále organizuje a umožňuje. Připojujeme i složenou básničku:

Pleš

Rekondice Na Pleši
každého z nás potěší,
procedury na suchu i vodě
udrží opotřebené údy v pohodě,
k tomu dobré jídlo, pití.
Co víc potřebujem k žití?
Hezká přátelství si vytvoříme,
o zážitky se s vámi podělíme.
Pobyt v budově nemá chybu,
všechno po ruce a v klidu,
všichni se o nás starají,
bonusy z toho nemají.
Děkujem ti, Ligo milá,
žes nám pobyt umožnila.

*Děkuji: členky Onko Klubu Rokycany
členky ŽAP Praha*



SETKÁNÍ BRNĚNSKÝCH A BRATISLAVSKÝCH STOMIKŮ V BRNĚ

V loňském roce vyslovili naši přátelé z ILCO klubu Bratislava přání blíže poznat Brno. Naše kluby spolu již více než 10 let spolupracují. První výlet jsme podnikli již v roce 2005, kdy jsme navštívili Bratislavu, a od té doby každý rok se na dva dny sejdem. Plánujeme vždy výlet do některé zajímavé oblasti na Moravě nebo na Slovensku, navštívíme kulturní památky, besedujeme a také si zazpíváme a zatancujeme na večírku. Už si neumíme představit, že by se setkání neuskutečnilo. Letos jedeme na Slovensko, naši kamarádi připravili výlet do Bojnice a okolí. Navíc jsme letos my z Brna zorganizovali 26. a 27. dubna setkání, kdy jsme přátelům ukázali 1. den chrám sv. Petra, krátce poseděli u kávy v restauraci L'Éau Vive (Živá voda), kde celý provoz zajišťují sestry misionářky z požehnané mise Donum Dei. Sestry jsou ze všech kontinentů. Mise se angažuje v nejrůznějších společenstvích, jako jsou restaurace Živá voda, v centrech pro poutníky, v jeslích, ve studentských střediscích, působí jako katechetky. Sestry věnují mimořádnou pozornost nejchudším čtvrtím a lidem. V současné době Misijní rodina Donum Dei působí na třiceti

místech pěti kontinentů: v Evropě: Francie, Itálie, Velká Británie, Polsko, Česká republika, v Africe: Burkina Faso, Kamerun, Keňa, Demokratická republika Kongo, v Asii: Vietnam, Filipíny, v Americe: USA, Mexiko, Peru, Brazílie, Argentina, v Oceánii: Nová Kaledonie, ostrov Wallis a Futuna (Francouzská Polynésie). Centrum Misijní rodiny Donum Dei je v Římě. V restauraci je příjemná atmosféra s milou obsluhou. Večer jsme společně zhlédli v Mahenově divadle komedii od Moliéra Scapinovo šibalství s hlavním protagonistou Zdeňkem Dvořákem, v režii Emila Horvátha ze Slovenska. Bylo to odpočinkové, lehké a nenáročné představení a my se skutečně bavili. Navíc herci doplnili své role o ironické bonmoty ze současnosti. Velmi zdařilé!

2. den jsme se rozjeli brněnskými ulicemi s minibusem a průvodkyní, která nás seznamovala s významnými památkami. Nejdříve jsme začali Janáčkovým divadlem, vodní oponou, Domem umění, Mahenovým divadlem, kde jako první v Evropě bylo instalováno elektrické osvětlení – 1.996 žárovek. Na Malinovském náměstí je maketa 4 obrovských drátěných žárovek, které doplňují počet na 2.000. Další památky byly u Moravského náměstí, kde jsou Místodržitelství a Augustiánský palác, Německý dům a Berglova vila (Muzejka). V Lidické ulici jsme projeli vedle Městského divadla, hotelu Slovan, u Lužáneckého parku jsme odbočili k Löw Beerově vile. Tam jsme vystoupili, prošli na zahradu

a odtud jsme viděli zahradu a vilu Tugendhat. Pak jsme pokračovali Kotlářskou ulicí k palácům Tivoli a dál do Žabovřesk, kde jsme viděli Dětský domov Dagmar, Jurkovičovu vilu. Průvodkyně nás informovala o české úřednické čtvrti, která se začala stavět v Žabovřeskách a pod Kraví horou vznikala německá úřednická čtvrť na přelomu 19. a 20. stol. Češi si postavili svůj svatostánek na vršku a je to kostel sv. Augustína, do kterého účastníci nahlédli. Odtud jsme viděli i Planetárium. Dál jsme pokračovali k Pisárcecké čtvrti, kde jsme si prohlédli interiér vily Stiassni, židovského významného textilního podnikatele, kterému se podařilo před 2. sv. válkou uniknout. Nakonec jsme vyjeli na hrad Špilberk přes Mendlovo náměstí a Gorazdovu ulici, kolem pravoslavného chrámu sv. Václava. Ze Špilberku jsme měli výhled na město a jeho významnější stavby a také na okolní vršky jako Pálavské vrchy, Výhon. Po pokochání jsme sjeli zpět k Janáčkovu divadlu. Obědem jsme ukončili pobyt a vzali ještě naše přátele na kávičku do kavárny Placzek na Minoritské. Setkání se povedlo, ubytování a stravování v penzionu Point bylo na úrovni, jen počasí nás zklamalo, bylo příliš chladno, trochu i přšelo. Nám ale srdce plesala a těšíme se na další výlety a vzájemná setkání!

Jana Strnadová
Klub stomiků Brno

ROKYCANSKÝ ONKO KLUB MÁ SVOJI „ZVONEČKOVOU KRÁLOVNU“

Oslava sedmdesátin naší Věrky Syrové měla pochopitelně svůj osobitý ráz. Všechny jsme si připravily zvonečky různých barev a velikostí a průvodem





se zpěvem jsme šly Věrece blahopřát. Oslava se opravdu povedla, po dobrém občerstvení přišla ke slovu i harmonika. Zaspívaly jsme si staré české písničky. Ale kromě písniček jsme Věrece předaly „Řád zvonečkové královny“. Proč zvonečkové? Naše Věrka má letitého koníčka a úchvatnou sbírku

zvonečků čítající 2.200 ks. Každý zvonek má číslo, dárce a registraci, no úžas. Nezávidíme jí úklid prachu, ale vše má své.

V příloze na fotkách uvidíte, že náš onko klub se více baví, než stůně. Víme, že jsme spolek prima holek.

Anička Šimová

PUTOVNÍ VÝSTAVA KAŽDÝ SVÉHO ZDRAVÍ STRŮJCEM

V září se opět vydáme s naší výstavou „Každý svého zdraví strůjcem“ po českých a moravských městech. Budeme se snažit připomínat široké veřejnosti, aby nepodceňovala rizika onkolo-

gických onemocnění a nezanedbávala zdravý životní styl. Letos se již podeváté s námi setkáte v těchto městech:

NOVÉ MĚSTO NA MORAVĚ 9.–10. 9.
PRAHA 9, PROSEK 13.–14. 9.

KUTNÁ HORA
JIHLAVA
KRNOV
TRUTNOV
BOHUMÍN

15.–16. 9.
20.–21. 9.
22.–23. 9.
26.–27. 9.
29.–30. 9.

ceník celoplošné inzerce

Informační zpravodaj Ligy proti rakovině Praha z.s.

formát		rozměr na zrcadlo	čistý formát po ořezu	ceník
1/1			210 x 297 mm	6 000 Kč
1/2	výška	88 x 267 mm	103 x 297 mm	3 500 Kč
1/2	šířka	180 x 130 mm	210 x 146 mm	3 500 Kč
1/3	výška	57 x 267 mm	72 x 297 mm	2 500 Kč
1/4	šířka	180 x 65 mm	210 x 72 mm	1 800 Kč

Technické podmínky: tel.: 233 091 454, e-mail: warausova@allin.cz

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

Závěrem několik praktických informací

Liga proti rakovině Praha z.s.
Ústav radiační onkologie
Na Truhlářce 100/60
180 81 Praha 8
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

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

Vydávání Informačního zpravodaje povoleno MK ČR: E 11079.

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

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

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