

JAK PROBÍHAL NÁŠ ŘÍJEN V RŮŽOVÉ

Milí přátelé a příznivci Mamma HELPu,

v minulém čísle našeho newsletteru jsme vás informovali o tom, jak proběhl Pochod pro MAMMA HELP. Protože říjen je měsícem věnovaným po celém světě rakovině prsu, nezaháleli jsme ani my a kromě pochodu s názvem Vyšlápněte si pro zdraví s mammahelpkami a růžovou stužkou jsme měli letošní říjen nabitý dalšími skvělými akcemi. Doufáme, že i díky nim se dostává problematika a význam prevence rakoviny prsu stále více do podvědomí české veřejnosti.

Děkujeme vám všem, kteří jste se na projektu Říjen v růžové podíleli spolu s námi a pomohli nám nejen finančně, ale i dobrými nápady!



RŮŽOVÉ DOBROTY

V posledním říjnovém týdnu prodávala firma **GIRAFFY FRESH FOOD, DUTCH IMPULS, s. r. o.** se sídlem v Brně růžový tvarohový dezert Mamma HELP Raspberry Star z čerstvého tvarohu a malin. Polovina z ceny každého prodaného dezertu byla věnována Mamma HELPu, celkový příspěvek činil 1575 Kč a prodával se i 3. listopadu na akci **ZUMBA MARATON ZA ZDRAVÁ PRSA s Avonem**.



Do projektu Říjen v růžové se zapojil **CHILLI'S BAR** umístěný přímo na Velkém náměstí v **Hradci Králové**. Z ceny růžových míchaných nápojů Strawberry colada, Jahodové mojito, Martini ginger, Růžové lambrusco a Jahodového cheese caku bylo věnováno 20 % na podporu boje proti rakovině prsu. Celkem bylo vybráno 500 Kč a v příštím roce máme opět přislíbenou spolupráci.

V Hradci Králové máme dále přislíbenou spolupráci na letošní prosinec s restaurací **PRIMÁTORKA POD HRADBAMI**.

Krásné zákusky s růžovou marcipánovou stužkou pro Říjen v růžové vyrobili v **CAFFÉ OPERA v Olomouci**. Caffé Opera se zapojila do projektu Říjen v růžové v týdnu od 15. do 19. října a věnovala nám z každého prodaného zákusku s růžovou mašličkou 30 % z ceny na provoz olomouckého Mamma HELP centra. Výtěžek činil 1950 Kč.



Podpořte s námi
Mamma HELP
a říjen v růžové



V týdnu od 15. do 19. 10. 2012 přispějete 30% z ceny každého zákusku označeného růžovou stužkou na provoz Mamma HELP Centra v Olomouci.

Promo letáček Kavárny Opera v Olomouci k Říjnu v růžové

Podpořte s námi Mamma HELP

Svatováclavský pivovar
se zapojil do projektu
říjen v růžové!



Z každého menu přispějeme 10% z ceny
na podporu boje proti rakovině prsu.

Olomoucký **SVATOVÁCLAVSKÝ PIVOVAR** se zapojil do projektu 8. – 12. října, z každého prodaného menu nám věnoval 10 % na provoz Mamma HELP centra. Výtěžek činil 1000 Kč a v příštím roce se můžeme opět těšit na spolupráci, dokonce na delší dobu.

V restauraci **CARMELITA v Praze** Na Újezdě nabízeli v říjnu podzimní speciality na podporu boje proti rakovině prsu. Z vybraných menu a vína Hugo Casanova Rosé Cabernet Sauvignon nám věnovali 20 %, celková částka činila 6116 Kč.



Promo letáček
Svatováclavského pivovaru
k Říjnu v růžové



V minulém čísle newsletteru jsme se také zmínili o výstavách a stejnojmenné brožurce Hedviko, můžu k vám přijít? Výstava představuje návštěvníkům činnost sdružení Mamma HELP od jeho založení až po současnost.

Vernisáž výstavy v Praze v Novoměstské radnici a ve dvoraně Hranického zámku na Moravě proběhla symbolicky 15. října, v den, který vyhlásila koalice Europa Donna jako den zdravých prsou.

Růžová výloha Mamma HELP
centra v Hradci Králové

V Hranicích se akce konala pod záštitou paní starostky Ing. Radky Ondriášové, kterou zastoupila místostarostka města Mgr. Pavla Tvrdoňová. Na otevření výstavy se dostavil i náš garant MUDr. Lubomír Skopal. Slavnostní atmosféru navodilo vystoupení Malého houslového tria pod vedením Ludmily Hruškové ze Základní umělecké školy Hranice.

Vernisáž v Praze uváděla Štěpánka Duchková a v krátkém programu vystoupily konzervatoristky, kytaristka Nikola Prokopcová a hobojistka Magdalena Klárová. Na výstavě byl také znovu představen první díl stejnojmenné brožurky pro pacientky, která se jmenuje podle komiksové postavičky Hedviky a vysvětluje vše od zjištění až po potvrzení zhoubného nádoru v prsu, včetně všech odborných názvů a výrazů, se kterými se pacientka v začátku svého onemocnění setkává.

Na vernisážích byly také benefiční prodeje našich výrobků, které si mohli hosté zakoupit.



TAKÉ NÁS PODPOŘILI...

Nejen v říjnu s námi spolupracuje **CESTOVNÍ KANCELÁŘ FEDE, S.R.O.** se sídlem v Praze. Díky paní **Yvettě Federici** jsme dosud za celý letošní rok získali příspěvek od 2630 klientů po 10 Kč, tedy celých 26 300 Kč.

Kosmetická firma **JB COSMETICS** a paní **Iva Katona** nás podporuje již od roku 2010, loni se zapojila do našeho projektu Říjen v růžové a od té doby na naše konto posílá příspěvek z vybraných produktů. Letos v říjnu pro podporu Mamma HELP center vydělala 1200 Kč.

Společnost **ŠPANIEL GROUP, a.s.** se také připojila ke kampani Říjen v růžové již loni, letos pro nás získala přibližně 5000 Kč a do kampaně se chce zapojit i v příštím roce.

Mamma HELP je největší ženská pacientská organizace v České republice, která pomáhá nemocným s rakovinou prsu a jejich rodinám. Úspěšně vyléčené ženy nabízejí svou terapeutickou podporu a pomoc v denně otevřených Mamma HELP centrech v sedmi městech – v Praze, Brně, Hradci Králové, Přerově, Zlíně, Olomouci a Plzni.

S **Mamma HELP centry** dlouhodobě spolupracují mamodiagnostiči, onkologové, psychologové, kteří dokáží odborně i s empatií a porozuměním pomoci pacientce i její rodině. Ona sama i její nejbližší se tak mohou lépe v celé náročné situaci s přehledem orientovat a neztrácet naději v uzdravení.

DALŠÍ AKCE A PREZENTACE NAŠICH CENTER

Na půdě **onkologické kliniky FN v Olomouci** jsme prezentovali projekt Říjen v růžové a činnost naší organizace. Podporu jsme měli jak ve vedení nemocnice, tak u lékařů a zdravotního personálu. Protože prezentace byla opravdu úspěšná, budeme ji opakovat pravidelně každý měsíc.

V **plzeňském Českém rozhlasu – Radiožurnálu** – jsme měli 23. října hodinový pořad zaměřený na onemocnění rakovinou prsu a jeho prevenci za účasti MUDr. Ilony Zedníkové z chirurgie a mammo poradny FN Plzeň, MUDr. Tomáše Svobody z Onkologického a radioterapeutického oddělení FN Plzeň a odborného garanta a koordinátorky Mamma HELP Centra v Plzni Marcely Špánkové.

V rámci projektu Říjen v růžové také proběhly **přednáškové dny v GE Money Bank** v centrále v Ostravě, kde se zúčastnilo přednášek 50 žen. V pražském ústředí GE Money Bank jsme prošli přes 30 žen.

20. října jsme se v Plzni účastnili celodenní **konference EXCELLENTNÍ žena**, která je projektem společnosti EXCELLENT PLZEŇ. Konference byla zaměřena a určena výlučně pro ženy. Součástí programu bylo i představení činnosti o. s. Mamma HELP s krátkou přednáškou o prevenci onemocnění rakovinou prsu.

Dny otevřených dveří v Mamma HELP centrech proběhly 3. října v Přerově a 25. října v Plzni, kde jsme zároveň oslavili páté výročí otevření tohoto centra.

Tradičně jsme byly pozvány na **Den kultury v Hranicích**, který letos proběhl v sobotu 27. října. Tuto akci využíváme jako příležitost k představení činnosti Mamma HELPu veřejnosti a k benefičnímu prodeji výrobků našich členek.

Ve všech městech, kde máme naše centra, probíhaly **benefiční prodeje** v průběhu celého října. Například v Plzni tyto prodeje vynesly 1640 Kč, v Praze neuvěřitelných 9650 Kč a v Ostravě při přednáškových dnech v GE Money Bank 4650 Kč. Mockrát děkujeme!



VYUŽIJTE SVÉHO PŘÁVA NA PREVENTIVNÍ PROHLÍDKY

Hlavním posláním sdružení Mamma HELP je sice pomoc onkologicky nemocným ženám a jejich rodinám, neméně nám ale záleží také na tom, aby se zdravé ženy dozvěděly všechny potřebné informace týkající se prevence nádorového onemocnění prsu.



I když se v posledních letech informovanost veřejnosti bezesporu znatelně zvýšila a onemocnění rakovinou prsu už není mezi ženami tabuizovaným tématem, ještě dlouho bude zapotřebí mluvit o všech možnostech prevence, dostupných způsobech vyšetření, učit ženy i dívky, jak se o svá ňadra starat a hlídat si své zdraví.

Přestože screening, tedy plošné preventivní vyšetření žen od 45 let výše, které každé dva roky hradí všechny pojišťovny, je už v ČR k dispozici celých 10 let, využívá tuto možnost necelých 60 procent těch, které na něj mají nárok.



Protože i my jsme se snažili hned zpočátku, v roce 2002, na nový program upozorňovat – podařilo se nám tehdy dokonce natočit spot, který vysílala ČT1 – zajímá nás, jak bychom mohli k vyšší účasti i dnes pomoci. Za posledních osm let, co se věnujeme intenzivně osvětovým přednáškám, jsme nasbírali spoustu zkušeností přímo v terénu. A víme moc dobře, že naše publikum, ať jde o dospělé či studentky, přijímá potřebné informace právě od vyléčených pacientek s větším zájmem a pozorností.



V projektu s názvem Využijte svého práva na preventivní prohlídky s námi spolupracují význačné mamodiagnostičky, díky jejich ochotě jsme za ty roky proškolili několik desítek edukátorek z řad mammahelpek. Nejvíc úspěšné jsou samozřejmě učitelky a zdravotní sestry, ale uplatní se každá, které nečiní problém komunikace, dokáže rychle navázat kontakt a otevřeně hovořit s jakoukoli skupinou lidí. Přednášky nabízíme „na klíč“, přizpůsobíme je věku i složení posluchaček, používáme 45 minutové „školní“ verze i dlouhé debaty, když se ženy neostýchají ptát i v průběhu přednášky. A nejen ženy – muži i studenti jako posluchači bývají zpravidla odváznější a s otázkami na tělo vůbec neotálejí. Skvěle se nám přednáší v mateřských centrech, kde je vždycky s dětmi bezprostřední atmosféra a maminky mají o informace opravdu velký zájem.



Často přednášíme lidem, k nimž se informace opravdu dostávají hůř – nevidomým, hluchým i jinak postiženým, jezdíme do ženských věznic, obracejí se na nás muslimské komunity, domovy seniorů. Jsme hrdé na přednášky pro odborníky – zdravotní sestry, studentky zdravotních škol, nebo učitelky. A těší nás, že si nás dnes již téměř všichni sami objednávají.

Letos koncem léta se na nás obrátil například Krajský úřad Plzeňského kraje, a my jsme navštívili skoro dvě desítky malých obcí v pohraničí, zejména na pozvání "žen na radnici".

Nepostradatelnou pomůckou je pro nás fantomový model prsou, na němž se každý může dobře naučit správnou techniku samovyšetřování. K tomu si samozřejmě odnese vhodný letáček, a také nám vyplní dotazník. Za ty roky jsme jich shromáždili několik tisíc a poslouží nám k jistě zajímavému obrázku o tom, jak se v průběhu let měnilo povědomí o možnostech prevence a dostupnosti preventivních prohlídek.



V letošním roce jsme zatím odpřednášeli komplexní informace o prevenci rakoviny prsu celkem 1226 lidem. Šlo o 70 přednášek, na 56 místech republiky. Tuto službu poskytujeme zcela zdarma, finance potřebné hlavně na nemalé cestovní náklady získáváme od sponzorů, kteří tento projekt pokládají za užitečný.

Mgr. Jana Drexlerová
ředitelka sítě Mamma HELP center

Podpořte nás
Číslo dárcovského účtu: 23020207/0100



darujme.cz | BEZPEČNÁ CESTA PRO VAŠE DARY

Darovat můžete i online pomocí aplikace darujme.cz na našich webových stránkách

O dalším dění v Mamma HELPu Vás budeme informovat v následujícím vydání našeho newsletteru.

MAMMA
HELP

www.mammahelp.cz

Newsletter Mammahelpek – č. 3/2012. Vydalo o.s. MAMMA HELP – sdružení pacientek s nádorovým onemocněním prsu, U Vinohradské nemocnice 2256/4, Praha 3, IČ: 70099880, v Praze v listopadu 2012. Za obsah zodpovídá Mgr. Jana Drexlerová. Redakce newsletteru: Ing. Helena Maříková, e-mail: helena.marikova@mammahelp.cz