

# newsletter Amelie

červen 2022

## Děni v Amelii

Po kratší odmlce jsme zpět. V mezidobí jsme zvládli uzavřít rok 2021, dokončujeme výroční zprávu, ukončili jsme úspěšně Tulipánový měsíc 2022, dotahujeme brožuru pro praktické lékaře a také část aktivit pro lidi s rakovinou plic. Máme ale i nové přednášky a videa, jsme oficiálně pacientskou organizací zapsanou na Ministerstvu zdravotnictví a Šárka Slavíková je aktivní v pacientské radě a ve spolupráci ve prospěch pacientů na úrovni jednání o zákonech, metodikách a strategických plánech. Zdá se, že jedeme z kopce. A vy jedete s námi!

## PROdýchej

Tak se jmenuje online skupina pro lidi s rakovinou plic či metastázami na nich. Nakonec ale název převzaly všechny aktivity, které pro tyto lidi Amelie v posledním necelém roce dělá. Pořádilo se vytvořit informační leták, webovou stránku, videa s fyzioterapeuty a celkově se mnohem více přiblížit těm, kdo jsou v této oblasti stále tak trochu sami. Diagnostika a léčba jede, správné informace se ale doposud hledaly špatně. Teď to snad bude mnohem lepší.

Kromě reálné pomoci lidem, kteří jsou již diagnostikováni, je součástí aktivit i informovanost veřejnosti o prevenci. Jen včasný záchyt karcinomu plic může totiž udělat zásadní změnu. A tak ambasadorka PROdýchej **Ilona Mančíková** vyzývá: „Nekašlete na své zdraví, ať už kouříte nebo ne! Teď je ten správný čas se objednat na prevenci.“

Paní Ilona ví, o čem mluví, před necelým rokem byla diagnostikována, odoperována a nyní se po rehabilitaci plně vrhla do pomoci lidem, kteří ještě neví. Protože první



stadia onemocnění rakovinou plic nemívají příznaky jako kašel nebo dušnost a i nekuřáci mohou mít rakovinu plic. I proto je důležité podstoupit screening plic nebo jít k lékaři při jakémkoli podezření.

## Ohlédnutí za 10. Tulipánovým měsícem

Březen je pryč, ale my chceme dát vědět, že se Tulipánový měsíc opět povedl. Zapojil se rekordní počet nemocnic,

oddělení a ambulancí, škol a dobrovolníků, ale také se povedlo zviditelnit téma života s rakovinou a nabídnout mnoho skvělých aktivit jak pro nemocné, tak pro širokou veřejnost. Jsme oprávněně hrdí, a pokud se chcete podívat na krátké ohlédnutí v číslech nebo videu, mrkněte na [www.tulipanovymesic.cz](http://www.tulipanovymesic.cz) – vše je tam.

Děkujeme všem, kdo se s námi zapojili do Tulipánového měsíce 2022, zejména pak všem dobrovolníkům a partnerům, včetně všech kdo se zapojili do tvorby a výzdoby onkologických oddělení a ambulancí!

*přivolejme s jarem i naději*

# tulipánový měsíc

10. ročník březzen 2022

## Co Amelie dělá a k čemu jste přiváni?

### Budme spolu on-line:

- 21. 6. v 18:00 Cesta ke zdravému spánku
- 22. 6. v 18:00 Workshop s Loono Zdravá kůže
- 28. 6. v 18:00 Celiakie – neviditelný problém

On-line vysílání probíhá v čase konání zde:

[www.amelie-zs.cz/prednaska](http://www.amelie-zs.cz/prednaska).

**Centrum Amelie v Rakovníku** chodí pravidelně na výšlapy a vycházky, ale můžete se s nimi potkat i v České hospodě v Rakovníku. Ozvěte se Jiřině na 733 640 873.

**Pražské Centrum Amelie** zve na **21. 6. v 17:00** na společné zdravé vaření – bude se připravovat fazolový sa-

lát s blanšírovanou zeleninou. Přihlaste se do 19. 6. na [paha@amelie-zs.cz](mailto:paha@amelie-zs.cz)

**Centrum Amelie v Olomouci** zve **29. 6. v 8:30** na výlet do Zahrad Naděje v Brodce u Konice. Kde s průvodcem navštívíme zahrady firmy Naděje. V plánu je i účast na přednášce paní Jarmily Podhorné. Přihlaste se do 21. 6. na [olomouc@amelie-zs.cz](mailto:olomouc@amelie-zs.cz)

**Centrum Amelie v Liberci** zve na trénink paměti **29. 6. ve 13:00**. Paměť se nemusí horšit jen věkem, u onkologicky nemocných po léčbě, dochází k obtížím s pamětí často. Nestahujte se do ústraní, aktivně řešte! Více: [liberec@amelie-zs.cz](mailto:liberec@amelie-zs.cz)

### Dobrovolníci v nemocnicích a Centrech

Dobrovolnictví v době pandemie je složité uzavírkami oddělení a omezením přístupu do nemocnice. Dobrovolníci si ale i s tímto problémem poradili a vymysleli a realizovali mnoho způsobů, jak i na dálku onkologicky nemocné na lůžkách podpořit. Posílali vzkazy, dárečky, ale i kreativní aktivity. Nyní dobrovolníci zase docházejí do nemocnic a pomáhají s aktivitami Amelii. Letos se jich zatím zapojilo jednorázově, ale i dlouhodobě už přes 100.

Jestli v tom chcete být s námi a vyzkoušet spolupráci, ozvěte se, na září se připravuje školení, ale jednorázově se můžete připojit kdykoliv!

**Zapojte se!**



### Podpořte informovanost onkologicky nemocných, pomozte nám zaplatit náklady na tisk a distribuci brožur

Papír i tisk výrazně podražily, schází nám ještě 80 000 Kč pro letošní rok. **Podpořte dobrou a užitečnou věc**, pošlete 500 Kč na sbírkový účet Amelie: **229369762/0300** nebo využijte **QR kód**.



Navštivte náš web, zavolejte, napište!

## pomáháme žít život s rakovinou

**Amelie, z.s.** • Šaldova 15, 186 00 Praha 8 - Karlín

tel.: +420 283 880 316 • tel.: +420 739 001 123 • e-mail: [amelie@amelie-zs.cz](mailto:amelie@amelie-zs.cz)

[www.fb.com/amelie.zs](http://www.fb.com/amelie.zs) • [www.instagram.com/amelie\\_zs](http://www.instagram.com/amelie_zs) • [www.amelie-zs.cz](http://www.amelie-zs.cz)