

# **Výroční zpráva 2016**



## **KLUB DIANA**

Sdružení onkologicky nemocných a přátel, z.s.

Žlutý kopec 7

656 53 Brno

Vážení přátelé,

Klub Diana, sdružení onkologicky nemocných a přátel, z.s. pomáhá již 28 let ženám, které onemocněly rakovinou prsu.

Posláním této organizace je pomáhat onkologicky nemocným pacientkám po skončení léčení se znovu aktivně zapojit do života ve společnosti. Je třeba pro ně najít cestu, jak dál prožívat svůj život v maximální možné kvalitě. Pacientkám, které prodělaly onkologické onemocnění a chtějí se zapojit do kolektivu, nabízíme pomocnou ruku.

Poslání klubu je zakotveno v jeho stanovách. Poradenskou službu poskytujeme všem, kteří hledají pomoc při řešení svých nových životních situací v rodině i v zaměstnání.

Naše práce je postavena na principu dobrovolnické pomoci našich členek, které úspěšně prošly léčením. Členové spolku si vzájemně pomáhají a o svých problémech bez ostychu hovoří. Ženy, které za námi přicházejí, informujeme také o jejich právech a nabízíme jim další kontakty na zdravotnická zařízení a služby. Pro volnočasové využití organizujeme rehabilitační cvičení, plavání, nenáročnou turistiku, zájezdy, rekondiční pobyty a další zájmové činnosti.

Věnujeme se šíření osvěty a účastníme se akcí, které podporují prevenci proti negativním jevům onemocnění. Pro veřejnost a zejména mladé dívky a ženy provádíme edukace o samovyšetřování prsou a zdravém životním stylu s cílem omezit riziko vzniku rakoviny.

V současné době Klub Diana sdružuje 170 členů. Při hodnocení činnosti Klubu Diana v uplynulém roce 2016 je zapotřebí poděkovat pětičlennému výboru klubu a všem členům, kteří se aktivně podíleli na realizaci naplánovaných aktivit pro členy organizace i pro širokou veřejnost.

Všechny akce v roce 2016 jsme úspěšně realizovali díky pracovitosti, odhodlání, nadšení a odvaze všech aktivních členů Klubu Diana.

Věřím, že i v dalších letech budeme připraveni pomoci nejen našim členům, ale i všem, kteří naši pomoc potřebují.

Eva Najvarová  
předsedkyně Klubu Diana

## POSLÁNÍ A CÍLE KLUBU DIANA

- ❖ poskytování informací o aktivitách klubu na poradních dnech
- ❖ psychická podpora onkologickým pacientkám a také jejich blízkým, spojená s řešením praktických problémů při změně situace v důsledku vážného a dlouhodobého onemocnění
- ❖ správná informovanost o prevenci a léčbě nemoci
- ❖ edukace prevence rakoviny prsu pro studenty na středních školách a pro ostatní veřejnost
- ❖ účast na akcích pořádaných jinými organizacemi s cílem edukace prevence rakoviny prsu pro zdravou veřejnost
- ❖ informovanost o poskytnutí odborné literatury
- ❖ spolupráce s lékaři na poradenské a přednáškové činnosti
- ❖ všestranná informovanost o výživě a správném životním stylu
- ❖ zlepšení kvality života a fyzické kondice žen s rakovinou prsu
- ❖ informace o zdravotních pomůckách
- ❖ informace o sociálních a právních službách
- ❖ zvýšení odpovědnosti ke svému zdraví
- ❖ předávání kontaktů na další zařízení a služby

## REKONDIČNÍ A OZDRAVNÉ POBYTY

**Ozdravný pobyt – Parkhotel – Opava 13. 6. – 17. 6. 2016**

**Ozdravný pobyt – Hotel Džbán – Karlova Studánka 10. 9. – 17. 9. 2016**

Ozdravné pobyty působí příznivě na fyzickou kondici i psychiku jedince. Cílem ozdravných a rekondičních pobytů je vrátit nemocným po léčbě sebedůvěru a seznamovat je se zásadami správného životního stylu a zdravé výživy. Pohyb v přírodě je výborným prostředkem pro relaxaci a zjištění stavu vlastních fyzických sil, jejich posílení a obnovení. Na ozdravných a rekondičních pobytech se snažíme především o zlepšení celkové fyzické i psychické kondice organismu.

## ZDRAVOTNÍ REHABILITACE

### **Cvičení:**

1x týdně rehabilitační cvičení pod vedením cvičitelky bylo zaměřeno na snížení lymfatických otoků, pokud se u operovaných žen otok objeví a k posílení fyzické kondice. Speciální léčebná tělesná výchova se zaměřením na odstranění nebo zmírnění lymfedému horních končetin patří mezi základní a nezbytné prvky v celoživotní péči o takto postiženou ruku.

### **Plavání:**

1x týdně v krytém bazénu TJ Tesla do června a od září 2016 v bazénu Sportareálu Řečkovice probíhalo rekondiční a rehabilitační plavání. Plavání je nejlepší rehabilitací pro zlepšení pohyblivosti i pro prvotní rozcvičení paže po operaci. Zvyšuje psychickou a fyzickou zdatnost a odolnost pacientek vůči

osteoporóze. Naše členky také využívají možnost rekondičního plavání a cvičení v bazénu v rehabilitačním středisku v budově MOÚ, Žlutý kopec.

### **Terénní a klimatická léčba:**

1x měsíčně organizujeme vycházky do přírody nebo poznávací výlety pro zvýšení obranyschopnosti organismu, posílení imunity a obnovení fyzických sil. Uskutečnili jsme několik výletů a navštívili jsme:

Vranov u Brna, arboretum v Řícmanicích, Vilu Stiassni v Brně – Pisárkách, Pálavu od Mikulova po Klentnici, Pouzdřanskou step, zámek Rájec – Jestřebí, Starou huť u Adamova, Panskou líchu, rozhlednu v Soběšicích a okolí brněnské přehrady.

### **Zájezd do Olomouce – 17. 5. 2016**

Zájezdu se zúčastnilo 48 osob, z toho 5 z KTL Brno. V Olomouci jsme využili možnosti placeného průvodce, což se ukázalo jako výhoda, neboť ochotná průvodkyně nás seznámila s městskou památkovou rezervací, včetně návštěvy hlavního chrámu, kde nám výklad doplnila místní průvodkyně kostela. Po rychlém obědě v samoobslužné jídelně jsme se přesunuli na Svatý kopeček, kde jsme si prohlédli baziliku minor. Snaživý mladý průvodce nám ukázal nejenom samu baziliku, ale i popsal okolí z krásného výhledu před chrámem. Na závěr zájezdu jsme navštívili skanzen Příkazy u Litovle. Ochotná průvodkyně i se svojí dcerkou se nám plně věnovala a popsala nám detailně veškerý inventář muzea.

## **KULTURNÍ AKCE**

**Nadace Zdraví pro Moravu – paní MUDr. Danuše Spohrová** v tomto roce nabídla členům Klubu Diana vstupenky na 4 koncerty cimbálové muziky v pořadu Zpívání pro zdraví. Těchto koncertů, které Nadace zdraví pro Moravu pořádá v kulturním středisku Rubín, jsme se rádi zúčastnili a tak jsme se alespoň na chvíli odpoutali od starostí všedního života. Jsme vděční paní MUDr. Spohrové za její laskavost a dobročinnost.

Dále oceňujeme, že naše členky se zúčastňují kulturních akcí, které pořádá **MOÚ Galerie Žlutý kopec**.

**Členky KD navštěvují výtvarnou dílnu** (1x měsíčně), která umožňuje seberealizaci spojenou s různými druhy výtvarných technik pod vedením výtvarníků a psychologa Masarykova onkologického ústavu.

Vyráběly jsme dna košíčků ubrouskovou technikou, stromečky z drátků a perliček, pedig – košíček na vajíčka, keramiku s glazováním, malovaly na hedvábí, zdobily jsme bavlněná trička, vyráběly přáníčka technikou quilling, naučily se enkaustiku – malování žehličkou, vyrobily jsme věneček zdobený látkami a k vánocům andílky z perliček.

## PODPOŘENÉ PROJEKTY V ROCE 2016

Projekty, které se nám podařilo realizovat v roce 2016, bychom nemohli uskutečnit bez finanční podpory Ligy proti rakovině Praha, Nadace Zdraví pro Moravu, MC Brno – střed, Magistrátu města Brna Odboru Zdraví, ale také bez pomoci řady přátel, dárců a sponzorů. Projekty:

**Rekondiční pobyty v Parkhotelu v Opavě a v hotelu Džbán v Karlové Studánce** – finanční dar Nadace Zdraví pro Moravu.

**Český den proti rakovině – 11. 5. 2016 – LPR Praha**

31 členů Klubu Diana se aktivně zapojilo 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.

Dvě členky, jako každý rok, se vydaly do podniku 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 4 949 kytiček a rozdali stejný počet letáčků o prevenci rakoviny. Díky této sbírce jsme mnoha lidem připomněli, jak mají pečovat o své zdraví a na účet LPR Praha jsme za Klub Diana odeslali 120 093 Kč + 3,01 EUR.

Naši další členové, manželé Špačkovi z Dobré Vody, si každoročně sami zajišťují prodej kytiček ve svém regionu a okolí. Nejen oni sami nabízeli kytičky a letáčky, ale oslovili MAS Horní Pomoraví o.p.s. Hanušovice, Gymnázium Velké Meziříčí, ZŠ a MŠ Jimramov a Pionýrskou skupinu Boskovice, aby svůj finanční zisk ze sbírky věnovali Klubu Diana. Členové z těchto organizací nabídli celkem 2 160 kytiček a letáčků o prevenci a na účet LPR Praha zaslali 50 524 Kč. Klub Diana se spolupracujícími organizacemi celkem na účet LPR Praha zaslal 170 617 Kč + 3,01 EUR. Z této částky 30% bylo z LPR Praha posláno na účet Klubu Diana. Takto získané finanční prostředky byly využity na činnost a akce pro členy našeho spolku.

**Děkují všem členům, studentům a spolupracujícím organizacím, kteří se aktivně zapojili do letošní akce ČDPR 2016. Svým úsilím podpořili činnost a aktivity nejen našeho Klubu Diana, ale i akce Ligy proti rakovině Praha.**

## OSTATNÍ PROJEKTY V ROCE 2016

Členky Klubu Diana se osobní účastí podílely na akcích preventivních programů pro zdravou veřejnost:

**Dokážeš to taky – Nejde jen o prsa – Plaveme prsa**

**Dokážeš to taky 2016 – Spolu nevyhoříme!**

Akce, která se konala v Praze ve dnech 20. – 22. 5. 2016, se zúčastnily za KD Diana Bartošová H. a Paseková E. Již první den byl připraven společný program pro všechny účastnice. Navštívily Muzeum policie na Karlově a kostel Nanebevzetí Panny Marie a svatého Karla Velikého. V sobotu byl společný odjezd na Vítkov, kde již čekal Hasičský záchranný sbor hl. m. Prahy s

přípraveným doprovodným programem a ukázkami činnosti hasičů. Vtipným moderátorem celé akce byl Stanislav Bartůšek. Pro širokou veřejnost byl připraven informační stánek s letáčky a ukázky samovyšetřování prsu na fantomu. Během akce se plnily soutěžní úkoly, které hasiči připravili. Obě zástupkyně našeho klubu daly do soutěže všechny síly a vybojovaly 17. místo. Odpoledne byla také možnost navštívit památník na Vítkově. Poslední den našeho pobytu v Praze se všechny účastnice sešly, aby prodiskutovaly a zhodnotily celou akci.

### ***Projekt „Nejde jen o prsa“ v roce 2016 – Klub Diana***

V rámci tohoto projektu v roce 2016 Eva Najvarová a Miluška Gruberová přednášely studentům na středních školách o prevenci rakoviny prsu.

Edukace proběhla na těchto školách:

Střední škola KNIH, Bzenecká 23, Brno

SOÚ tradičních řemesel, Životského 28, Brno

Střední škola sociálních a zdravotnických služeb VESNA, Údolní 10, Brno

Gymnázium Matyáše Lercha, Žižkova, Brno

Střední zdravotnická škola, Lipová Brno

Střední škola grafická, Kudelova 6, Brno

**Celkem jsme v 9 přednáškách poučily 207 studentek o prevenci rakoviny prsu a zdravém životním stylu. V rámci projektu „Nejde jen o prsa“ jsme od září 2013 do konce roku 2016 celkem ve 30 přednáškách poučili 658 studentů o prevenci rakoviny prsu.**

### ***Plaveme prsa – sobota 15. října 2016 – Spolu překonáme kanál La Manche***

Pro letošní akci nabídla podporu a spolupráci firma Born To Swim, s.r.o. V jednotlivých městech se měřila uplavaná vzdálenost všech účastníků, spočítala se celková vzdálenost, kterou jsme všichni dohromady během naší společné akce uplavali s motivací „**Přeplaveme společně kanál La Manche?**“

V Brně jsme na sobotu 15. října 2016 v době 14.00 – 17.00 hod zajistili pronájem 3 dráh v bazénu Lužánky. Partneři této akce byly firmy Born To Swim, s.r.o a STAREZ – SPORT, a.s. Na realizaci celé akce se podíleli zástupci firmy Born To SWIM, z Bellisek se o zdárný průběh akce zasadila Lucka Pečenková s dalšími brněnskými členkami a o edukaci prevence rakoviny prsu a seznámení s metodou samovyšetření prsů se postaraly členky Klubu Diana. Studenti z IFMSA CZ, pobočka Brno, zajišťovali nemocnici pro medvídky a edukaci první pomoci či změření tlaku a procenta tuku v těle.

Zpestřením celé akce bylo 2 x vystoupení akvabel Brno a pomocí mikrofonů se veřejnost dozvěděla, proč se akce koná, jaký má smysl, získala informace o Alianci žen s rakovinou prsu a členka Klubu Diana přiblížila činnost našeho spolku. Přemožitelka kanálu La Manche v červenci 2016 Nikola Hájková v Brně celou akci „Plaveme prsa“ zahájila, potom se přidal pan Kamil Čepelák

z firmy Born To Swim, Lucka Pečenková a pak se nepřetržitě plavalo ve všech drahách až do 17.00 hod, kdy akce skončila

**V Brně plavalo 95 občanů a uplavalo 103,1 km, což je celkem 3 x kanál La Manche.**

Všichni po návratu z bazénu obdrželi zdravou odměnu – banán a jablko – sponzorský dar OD TESCO. Děkujeme všem za účast, děkujeme sponzorům: firmě Born To Swim s.r.o., STAREZ – SPORT, a.s. a OD TESCO. Měli jsme radost, že akce „Plaveme prsa“ měla úspěch a všichni společně jsme něco udělali pro svoje zdraví.

## **ODBORNÉ SEMINÁŘE**

### **1. Psychologický seminář – členská schůze Klubu Diana – 7. 3. 2016**

PhDr. Marta Romaňáková, PhD na členské schůzi nám nastínila, jak přijímat procesy stárnutí, jak na sobě pracovat, abychom jevy související s přibývajícím věkem léty dobře zvládli.

### **2. Den Aliance žen v MOÚ 8. 3. 2016 – MOÚ Žlutý kopec, Brno**

Druhý ročník celorepublikového setkání s odborníky z MOÚ iniciovaný ředitelem MOÚ prof. MUDr. Janem Žaloudíkem, CSc. – na téma radiodiagnostiky, radiační onkologie, onkochirurgie a patologie nádorů. Tohoto semináře se zúčastnilo 17 členek Klubu Diana. Věřím, že každý účastník semináře si odnesl poznatky o diagnostice i léčbě onkologických nádorů a naději, že i když nás postihne recidiva nádoru, jsme v rukou odborníků, kteří nám pomohou.

### **3. Psychologická podpora při diagnostikování a během léčby, budoucnost**

Tento seminář, který vedla paní Doc. PhDr. Dr.phil. Laura Janáčková, CSc, byl pod názvem „Naděje“ – 18. 4. 2016

Paní psychologka nám nastínila, jak bychom měli přijímat zprávy o své nemoci a jak se vnitřně smířit s nemocí. Největší náš nepřítel je stres. Je potřeba tělo a hlavně mysl vyburcovat k boji s nemocí.

Tohoto semináře se zúčastnilo 17 členů Klubu Diana.

### **4. Psychologická podpora metastatických pacientek, paliativní péče, mezilidské vztahy**

**PhDr. Zuzana Peterová – Podíl a spolupráce v rámci psychologické podpory ze strany odborníků, úloha podpůrných NGO zaměřených na psychosociální problematiku – Mgr. Šárka Slavíková z Amélie – 19. 10. 2016**

Paní PhDr. Peterová měla svoji přednášku pečlivě zpracovanou a svým projevem, výkladem i příklady nám nalévala sílu do žil. Mgr. Šárka Slavíková z Amélie nám svojí přednáškou ozřejmila problémy žen, které jsou po léčbě a řeší problém, zda se vrátit do zaměstnání, nebo jít do nabízeného invalidního důchodu jen na omezenou dobu, popřípadě jakým způsobem se zapojit do pracovního procesu.

### **5. Seminář Neviditelné ženy – 7. 3. 2016**

Další přátelské setkání Aliance žen s rakovinou prsu, z projektu Neviditelné ženy se uskutečnilo v Masarykově onkologickém ústavu. Psycholožka PhDr.

Zuzana Peterová a onkoložka MUDr. Dagmar Brančíková s vrchní sestrou Ladou Hanákovou vedly seminář v přátelském duchu. Dotazy odborně a srozumitelně zodpověděly. Přednášky byly připravené s lidským přístupem a láskou, která z nich vyzařuje.

### **6. Seminář „Neviditelné ženy“ – 17. 11. 2016**

Seminář se konal v prostorách Aliance žen s rakovinou prsu v Praze. Za Klub Diana se ho zúčastnily Dagmar Zicháčková a Zdeňka Vlahová. Paní Líba Žamberská, koordinátorka projektu, nám popsala ozdravný pobyt v Doksech v hotelu Kamýk, který proběhl letos v červnu. Paní PhDr. Zuzana Peterová měla přednášku – Psychologická pomoc a podpora metastatických pacientek a vztahy s okolím, přístup k sobě. Opět nám bylo připomenuto, že nosným prvkem nové rakoviny je dlouhodobý stres.

## **ODBORNÉ VZDĚLÁVÁNÍ**

Cílem našeho spolku je pomáhat postiženým onkologickým pacientkám a k tomu je zapotřebí, aby se naše členky, které pracují ve vedení klubu a laické terapeutky odborně vzdělávaly. Vzdělávání členů doplňujeme na vzdělávacích seminářích a konferencích, které pořádá Aliance žen s rakovinou prsu, Masarykův onkologický ústav, LPR Praha, Arcus Onko centrum a Amélie.

### **Spolupráce s jinými organizacemi**

- ÚMČ Brno – střed
- ÚMČ Brno – sever
- Magistrát města Brna – Odbor Zdraví
- Aliance žen s rakovinou prsu
- Masarykův onkologický ústav
- Liga proti rakovině Praha
- firma AVON
- Zdravotnická prodejna Diana
- Nadace Zdraví pro Moravu
- Venuša Bratislava

Aktivně spolupracujeme s organizacemi podobného charakteru, zejména organizacemi sdruženými v Alianci žen s rakovinou prsu.

## **PREZENTACE A MÉDIA**

Důležitou součástí naší činnosti je prezentace v médiích nebo osobní rozhovory pro denní tisk, rozhlasové a televizní pořady, a to zejména při akcích konaných pro širokou veřejnost, např. na akci „Plaveme prsa“. O činnosti Klubu Diana byl zveřejněn článek v ONKO OKNO a ve Zpravodaji LPR Praha. Pravidelně udržujeme a doplňujeme naše webové stránky:

[www.klubdiana.wz.cz](http://www.klubdiana.wz.cz),

což umožňuje aktuálně informovat o naší činnosti širokou veřejnost. Zajišťujeme fotodokumentaci z pořádaných akcí a doplňujeme kroniku klubu, kterou Klub Diana vede od založení organizace.





## HOSPODAŘENÍ KLUBU DIANA V ROCE 2016

### PŘÍJMY (v Kč)

členské příspěvky.....	12 777,-
vlastní činnost.....	243 859,-
dotace (příspěvek LPR Praha).....	51 214,20
dary .....	27 600,25
úroky .....	14,59

**CELKEM ..... 335 465,04**

### VÝDAJE (v Kč)

Režie .....	17 950,33
užití sponzorských darů .....	27 600,25
užití dotace (příspěvek LPR Praha) .....	51 214,20
vlastní činnost.....	243 859,-
<b>CELKEM .....</b>	<b>340 623,78</b>

**ROZDÍL (v Kč) ztráta ..... - 5 158,74**

### JMĚNÍ

stav k 1. 1. 2016	stav k 31. 12. 2016
<sup>4</sup> Běžný účet.....110 984,56.....	93 732,82
Pokladna.....11 840,-.....	23 933,-
Celkem.....122 824,56.....	117 665,82
Rozdíl .....	- 5 158,74

## Poděkování za sponzorství a spolupráci:

Projekty, které se nám v roce 2016 podařilo uskutečnit, bychom nemohli realizovat bez finanční podpory Městské části Brno – sever, Městské části Brno – střed, Magistrátu města Brna Odboru zdraví, LPR Praha, ale také bez pomoci řady přátel, dárců a sponzorů.

Upřímně děkujeme:

- *Masarykovu onkologickému ústavu v Brně* za zajištění kanceláře Klubu Diana ve Švejdově pavilonu
- *Alianci žen s rakovinou prsu, Praha* za poskytnutí sponzorského daru na akci, "Nejde jen o prsa" a „Plaveme prsa“, zajištění vzdělávacích a psychologických seminářů pro vedení klubu a členskou základnu
- *J.Ottové Gallové* – za poskytnutí finančního daru
- *Cígler – software, a.s.*, za poskytnutí slevy na program pro vedení účetnictví
- *Věře Fialové*, za grafické zpracování propagačních materiálů
- *Mgr. Pavlovi Žákovi a Mgr. Haně Rabušicové*, za vedení webových stránek Klubu Diana
- *Michalovi Fajferovi*, za počítačové služby
- *Petru Kovačovi* – řediteli Gymnázia Matyáše Lercha a *paní profesorce Němcové*, za vstřícnou pomoc při zajišťování Českého dne proti rakovině
- *MUDr. Danuši Spohrové* – Nadace zdraví pro Moravu, za poskytování volných vstupenek na kulturní akce pořádané touto nadací ve městě Brně a finanční dar na ozdravné pobyty v Opavě a v hotelu Džbán v Karlově Studánce
- *PSMONT PLUS s.r.o.* – za poskytnutí finančního daru a celoroční tisk propagačních materiálů
- *Ing. Milanu Černohouzovi* – za poskytnutí finančního daru
- *Erding, a.s.* – za poskytnutí finančního daru
- *Miladě Patočkové* – za poskytnutí finančního daru

**Kontaktní adresa:**

Klub Diana, sdružení onkologicky nemocných a přátel, z. s.  
Žlutý kopec 7  
656 53 Brno

[www.klubdiana.wz.cz](http://www.klubdiana.wz.cz)  
e-mail: [dianaklub@post.cz](mailto:dianaklub@post.cz)

**Číslo účtu: 1353862399/0800****Česká spořitelna Brno****IČO: 15548376****Výbor sdružení:**

Eva Najvarová – předsedkyně  
Miluška Gruberová – 1.místopředsedkyně, pokladní  
Milan Slavík – hospodář  
Mgr.Hana Rabušicová – 2. místopředsedkyně  
Ing.Zdeňka Vlahová – matrikářka

**Revizoři:**

Věra Jochmanová  
Marta Kolářová