

### Vážení přátelé,

děkujeme za Váš zájem o rekondiční pobyty pro onkologicky nemocné, organizované Ligou proti rakovině Praha z.s.

Cílem jedenáctidenního rekondičního pobytu je zvýšit Vaši fyzickou kondici, psychickou odolnost, zlepšit soběstačnost a sebedůvěru. Rekondiční pobyt není vhodný pro zájemce s přidruženými interními chorobami, které nejsou plně stabilizované, především jedná-li se o onemocnění kardiovaskulárního aparátu, nestabilní krevní tlak, cukrovku, zvláště u občanů starších 75 let.

Takto koncipované rekondiční pobyty jsou určeny pro nemocné po ukončené protinádorové léčbě, to znamená po ukončení chirurgické léčby, radioterapie, chemoterapie, když je nemocný již soběstačný a chodí jen na pravidelné kontroly k lékaři. Tedy zpravidla ne dříve než 3 měsíce po ukončení léčby. Hormonoterapie a udržovací léčba jsou dle posouzení individuálně možné.

**Rekondiční pobyty organizujeme již 29 let.** Nyní nabízíme pobyty v Nemocnici Na Pleši u Mníšku pod Brdy, v Sanatoriu v Meziboří v Krušných horách, v Lázních Kundratice, Libverda a Mšené. **Bližší informace o pravidlech zařazování žadatelů – onkologicky nemocných do jednotlivých rekondičních pobytů jsou na konci tohoto textu.**

**Rekondiční pobyt doporučujeme** především těm onkologicky nemocným, kteří jsou po ukončené základní léčbě a přetrvávají u nich některé potíže, např. bolesti zad, bolesti ramene operované strany, občas se objevující otok paže apod. a těm, kteří ještě nikdy rekondiční pobyt neabsolvovali.

Lázeňské služby v Lázních Mšené jsou zaměřeny na kvalitní zdravotnické služby lázeňské medicíny, jsou zde aplikovány nejnovější vědecké poznatky na české i evropské úrovni. Program je složen z rehabilitačního cvičení, diferencovaného podle druhu zdravotních obtíží, jednotlivých druhů koupelí, podvodního cvičení a všech dalších lázeňských možností, které Vám určí odborný lékař lázní Mšené při vstupní prohlídce. **Nejedná se o klasický lázeňský pobyt**, léčba respektuje onkologické onemocnění.

### Lázně Mšené,

skryté v údolí Mšenského potoka na okraji obce Mšené-lázně, najdete pouhých 40 kilometrů od Prahy, nedaleko města Roudnice nad Labem. Sedm lázeňských pavilonů je obklopeno rozsáhlým lázeňským parkem, který volně přechází v lesní porost lemovaný soustavou rybníků až k Budyni nad Ohří.

Lázně Mšené byly založeny již v roce 1796 a tradičně se zde léčí pohybové ústrojí. Dnes jsou lázně pro výhodnou polohu nedaleko Prahy vyhledávány stále větším počtem lázeňských hostů.

V dnešní době Lázně Mšené nabízejí také odpočinkové, wellness lázeňské programy pro všechny své klienty, kteří si chtějí odpočinout, nabrat sílu do dalších všedních dnů v příjemném prostředí. V centru lázeňského areálu se pak kromě ubytovacích a balneo pavilonů nachází i výjimečná **secesní stavba – Pavillon Dvorana**, postavená v roce 1905 podle projektu světově proslulého architekta Jana Letzela.

Působivé panorama sopečného Českého středohoří, romantický Házmburk, památná hora Říp, spolu s historickými a kulturními památkami v blízkém okolí lákají návštěvníky lázní k výletům.

Vzhledem k výše uvedenému doporučujeme vzít s sebou vhodné oblečení a obutí, abyste neprochladli a neměli potíže na lesních a polních cestách - ochudili byste se o důležitou součást rekondice. Pro cvičení si vezměte s sebou sportovní oblečení a pro návštěvu bazénu plavky, ručník (osušku), mýdlo a koupací čepici.

Dále je třeba vzít si **léky**, které pravidelně **užíváte** (na celý pobyt + 5denní rezervu) nebo je občas **potřebujete**, včetně základních léků v případě pobytu mimo domov (např. na bolest, spaní, náplasti apod.).

### **Jak se přihlásit?**

Přihlásíte se v kanceláři Ligy proti rakovině Praha telefonicky, osobně nebo e-mailem. Poté obdržíte **dvě přihlášky** - rezervační přihlášku a přihlášku s vyjádřením lékařů.

**Rezervační přihlášku** vyplňte ve všech bodech včetně Vašeho čísla mobilu a jména a telefonu na nejbližšího příbuzného a **obratem odešlete zpět do kanceláře Ligy** poštou nebo naskenovanou na e-mail [birkova@lpr.cz](mailto:birkova@lpr.cz).

**Druhou přihlášku**, na které vyplníte základní údaje o sobě, **dejte k vyjádření** jak svému **onkologovi**, ke kterému chodíte na kontroly (všimněte si, zda nezapomněl uvést diagnózu a statistickou značku Vaší nemoci a rok, ve kterém byla u Vás nemoc zjištěna, léčba ukončena, event. léčba, která ještě probíhá). V případě, že jste předáni do dispenzární péče od onkologa k praktickému lékaři, tak praktický lékař vyplní také 1. část, vypíše diagnózu, léčbu a ukončení léčby podle zprávy od předávajícího ošetřujícího onkologa.

Váš **praktický lékař** připojí informaci o Vašich interních onemocněních, o Vaší současné kondici. Poté zašlete poštou na adresu LPR Praha, nebo naskenovanou na e-mail [birkova@lpr.cz](mailto:birkova@lpr.cz) 5 týdnů před Vaším nástupem na pobyt.

**Žadatele prosíme, zkontrolujte čitelnost a vyplnění všech požadovaných údajů na Vaší přihlášce.**

**Důležité:** potvrzená přihláška Vaším praktickým lékařem nesmí být v den nástupu na pobyt starší jednoho měsíce.

U žadatelů nad 75 let vyžadujeme vyjádření praktického lékaře ještě aktualizované 14 dní před nástupem na rekondiční pobyt (stačí krátké vyjádření k aktuálnímu stavu žadatele, přihláška pobytu musí být zaslána mimo toto vyjádření).

### **Délka pobytu:**

Pobyt je na 12 dní resp. 11 nocí. Příjezd na pobyt je od 13 do 14 hodin. Ukončení pobytu – opuštění pokoje v 10 hodin.

### **Ubytování:**

Ubytování je v jednolůžkových (pouze na vyžádání) nebo dvoulůžkových pokojích v Pavilonu Blaník, případně dle volné kapacity lázeňského zařízení. Pokoje jsou vybaveny TV, s WC a koupelnou.

### **Stravování:**

Stravování je řešeno plnou penzí ve Velké lázeňské restauraci Dvorana. Snídaně, oběd a večeře je formou bufetových stolů s obsluhou. Je možnost i dietního stravování po dohodě. Pobyť je zahájen večeří a ukončení pobytu je snídaní.

### **Důležité:**

Kdyby Vám nepředvídaná překážka znemožnila nástup na rekondiční pobyt, na který jste se přihlásil (a) volejte **ihned** na tel. 224 919 732 – Liga proti rakovině Praha, abychom mohli nabídnout Vaše místo jinému zájemci.

### **Které doklady vzít s sebou:**

- občanský průkaz
- průkaz pojištěnce zdravotní pojišťovny
- kopii zprávy z onkologického oddělení nebo jinou zprávu o prodělané nemoci a léčení

### **Ceník pobytů platný pro rok 2023:**

Dvoulůžkový pokoj, dotovaná cena za pobyt a osobu **11.580,- Kč**

**Doprovod nemá nárok** na dotovanou cenu a hradí plnou cenu pobytu, tzn. **15.980,- Kč**

Cena zahrnuje zákonnou sazbu DPH, Místní lázeňský poplatek a poplatek za volnočasové aktivity. Nabídka je pevně stanovena.

Jednolůžkový pokoj, příplatek je ve výši 2.200,- Kč/osoba/pobyt

**Příspěvek uhradte nejpozději 30 dnů před nástupním termínem příloženou poštovní poukázkou nebo převodem na číslo účtu 888 88 88 888 / 0300, var. symbol 333.**

**Příspěvky onkologicky nemocných kryjí jen část nákladu na rekondiční pobyt. Výše příspěvku se samozřejmě mění podle nákladů, které musíme uhradit. Liga proti rakovině Praha od roku 2017 zvýšila dotaci na částku 300,- Kč/osoba/den a od letošního roku je dotace zvýšena na 400,-Kč/osoba/den. Liga hradí rovněž dopravu z Prahy do Lázní Mšené a zpět.**

### **V balíčku pro klienty LPR je zahrnuto:**

- ☀ 1 x vstupní lékařská prohlídka
- ☀ 1x klasická částečná masáž zad
- ☀ 1x aromaterapeutická masáž zad
- ☀ 1x calmonalová koupel
- ☀ 1x perličková koupel
- ☀ 1x kneipp – střídavá nožní masáž
- ☀ 1x aquagymnastika
- ☀ 2x elektroléčba
- ☀ 4x bazén (volné plavání, 30 minut)
- ☀ 2x skupinový léčebný tělocvik (dle určení lékaře)

**V případě bezdůvodného zrušení pobytu ze strany účastníka po předání závazné přihlášky (nepočítá se nemoc), má LPR Praha právo účtovat přihlášenému účastníkovi storno poplatky dle platného ceníku příslušného roku.**

## **Doprava**

Doprava je zajištěna mikrobusem, který bude přistaven v **13,00 hod.** na konečné Metra C „Letňany“ v Praze 9 Letňanech. Sejdeme se až za turnikety ve vestibulu stanice metra, kde je také několik prodejen, kde si můžete koupit kávu nebo čaj.

Návrat z rekondičního pobytu – mikrobusem je přistaven u Lázní Mšené v **9,00 hod.** a do Prahy se navracíte na stejné místo, na konečnou Metra C „Letňany“ zpravidla mezi 9,40 a 10,00 hodinou, dle aktuální dopravní situace.

**Pokud chcete přijet vlastním dopravním prostředkem, nezapomeňte to zřetelně uvést na přihlášce, abychom Vás v době odjezdu nehledali.** Je třeba se dostavit do Lázní Mšené od 13,00 a do 15,00 hod.,

## **Informace pro cestu metrem**

V pražském metru se orientujete podle názvu konečných stanic, které určují, o kterou linku jde a v jakém směru pojedete. Nad každými dvěma vozů metra je zevnitř plánek všech 3 linek metra (A, B, C) - všimněte si, kde se přestupuje (křížení 2 linek) a které jsou konečné stanice každé z linek. Pokud přijede na Hlavní nádraží v Praze, dostanete se odtud na odjezdové místo do Letňan přímo linkou **metra C** bez přestupu, (stanice Letňany).

## **Spojení v době pobytu:**

### **Lázně Mšené, a.s.**

Lázeňská 62,  
411 19 Mšené-lázně

## **Zařazování žadatelů:**

**Přednost mají žadatelé, kteří se hlásí na rekondici poprvé.**

**V případě volné kapacity se lze přihlásit opakovaně k pobytu a zájemci budou uspokojeni podle kapacity pracovišť.**

**Naše rekondice jsou určeny pro onkologicky nemocné z celé republiky a počet míst na rekondičních pobytech nelze zvýšit. Můžeme proto vyhovět hromadným přihláškám z onkologických klubů jen omezeně a je třeba se informovat raději s velkým předstihem v kanceláři LPR Praha o aktuální situaci.**

Přejeme Vám příjemný pobyt,



*Liga proti rakovině Praha z. s.*