



Člen UICC a ECL

Liga proti rakovině



Informační zpravodaj ▲ Ročník 35 ▲ září 2025 ▲ Číslo 3



Milí přátelé a čtenáři,

možná jste stejně jako já slyšeli během prázdninových měsíců v mnoha obměnách větu: „Tento způsob léta zdá se mi poněkud nešťastným.“ Citace z filmu Rozmarné léto z roku 1968 byla letos opravdu probírána a používána častokrát. Dokonce jsem v metru zaregistrovala diskusi o tom, zda je „způsob léta nešťastný, či podivný“. Obě diskutující slečny hbitě dohledaly správné znění v telefonu. Tento můj oblíbený film s hvězdným hereckým obsazením, natočený režisérem Jiřím Menzelem, jenž si zahrál i jednu z hlavních rolí, pouťového komedianta kouzelníka Arnoštka, vychází z předlohy knihy Vladislava Vančury a popisuje tři dny v lázeňském městečku. Dokonalá archaická čeština a složitý jazyk s dlouhými souvětími popisuje vtípně radosti a strasti všedního života. Nicméně věta o nešťastném způsobu léta jako by vystihovala naše pocity v souvislosti s počasím, které nás letos opravdu nemile a nezvykle potrápilo. Mohli jsme si plánovat výlety a návštěvy koupaliště, ale

vše rázem vzalo za své, neboť se znenadání rozpršelo nebo přišla zima, v srpnu dokonce i s ranními mrazíky. A tak jsme rychle přehodnocovali své plány a uchýlovali se do muzeí, na hrad a zámky. Letos prý byl zaznamenán obrovský nárůst návštěvnosti. Takže jak vidíte, ono takovéto letní počasí může být i velmi přínosné.

My doma jsme se letos zaměřili na pomoc útulku v našem blízkém okolí, chodili jsme v každé volné chvíli a za každého počasí venčit pejsky. Radost z dlouhých procházek, mazlení a pamlsků, jimiž jsme je hojně obdarovávali, nás činila šťastnými a bohatšími. Mediální kauza o týrání 150 retrívrů, kteří žili v úděsných podmínkách, se nás velmi dotkla, náš útulek přijal tři z nich ve velmi žalostném stavu. Jejich smutek, podváha a zanedbání nás utvrdilo v tom, že boj s cyniky, bezohlednými a krutými lidmi nesmí být opomíjen a je jen na nás, abychom to nevzdali a ti lidé byli za své činy tvrdě potrestáni. Vždyť ne nadarmo se říká, že „kdo nemá rád zvířata, nemůže mít rád ani lidi“.

Budme k sobě navzájem, k přírodě a ke zvířatům ohleduplnější, respektujme se navzájem. Odborníci tvrdí, že už od dětství napomáhá soužití dětí a zvířat rozvoji odpovědnosti a altruistického chování. Zvířata hrají klíčovou roli při různých terapiích a jsou zdrojem citového uspokojení a vývoje dítěte.

My se těšíme se všemi svými blízkými kamarády, kteří nám také hojně přispěli do tomboly, za což jim moc děkujeme, na podzim, na Den plný her s našimi čtyřnohými mazlíčky. Jistě si užijeme krásný a naplněný den a zároveň podpoříme dobrou věc.

Také v Lize jsme pro vás připravili zajímavé akce, potkáme se v mnoha městech na podzimní části Putovní výstavy, na osvětových Dnech zdraví, se zástupci patientských organizací se setkáme na tradičním sněmu a od 9. září poběží 3. ročník preventivní kampaně Vykročte s Ligou ke zdraví.

Přeji vám všem spoustu radostných, pozitivních a nádherných podzimních dní a těším se na viděnou na našich akcích.

Iveta Kuchařová



29. ročník celonárodní veřejné sbírky Český den proti rakovině

Upřímně děkujeme vám všem, kteří jste přispěli k rekordnímu výsledku letošní sbírky a podpořili tak dlouhodobé programy Ligy proti rakovině.

Na sbírkovém účtu se k 31. srpnu 2025 podařilo shromáždit více než

29 000 000 Kč

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

Výbor Ligy proti rakovině Praha z.s.



Český den proti rakovině 2025 podpořili:

Generální partner:



Hlavní partner:



IT partner:



Hlavní mediální partneři:



Partneři:



Spolupracovníci:



Mediální partneři:



Pořadatel:



Organizátor:



Přišlo ještě pár příspěvků k průběhu sbírky, které jsme obdrželi po uzávěrcе druhého čísla Zpravodaje. Rádi se s vámi o ně nyní podělíme.

BRNO

Byla jsem pověřena organizací květinového dne za Klub stomiků Brno. Počasí nám opravdu přálo, celkem jsme vybrali 63 649 Kč. Nakonec všichni zvládli i platby přes QR kód. Vše bylo v řádném termínu odesláno do Prahy.

Dobrovolníků bylo letos v ulicích města Brna mnoho a shodovali se, že dárci byli štedří a přispívali i vyššími částkami. Spolupráce byla vesměs příjemná.
Marie Kopečková
Klub stomiků Brno

NÁCHOD

V tomto roce se 29. ročník veřejné celonárodní sbírky Český den proti rakovině konal za pěkného jarního počasí ve středu 14. května. Kampaň byla zaměřena na prevenci rakoviny tlustého střeva a konečníku a na screeningové programy.

Celkem se do nabídky symbolických kytiček měsíčku lékařského doprovázených informačním letáčkem zapojilo 30 skupin dobrovolníků z Náchodska, Trutnovska, Jaroměřska, Broumova, Policka a Novoměstka, z toho 11 středních škol, jejichž přínos sbírce je vždy největší. Jako každoročně velmi dobře spolupracovali náchodští a červenokostelečtí skauti, mnohá zdravotnická zařízení a další skupiny dobrovolníků. Rovněž tradiční stánek Ligy proti rakovině na náchodském náměstí má značný podíl na letošním výborném výsledku. Již podruhé bylo také možné platit příspěvky i bezhotovostně pomocí QR kódu.

Ochota veřejnosti přispět na tuto tradiční sbírku byla opět značná. Dárci zakoupili celkem 15 654 ks kytiček, tedy o dvě tisícovky více než loni. Na celorepublikový sbírkový účet bylo pokázáno 436 928 Kč, což je o 85 500 Kč více než v loňském roce. Jedná se opět o historicky nejlepší výsledek



náchodské LPR, který se navíc daří rok co rok výrazně zlepšovat. V počtu kytiček, které se podaří dárcům nabídnout, se mezi 50 klubů z celé České republiky umísťuje v posledních letech pravidelně na nejvyšších příčkách. Upřímné poděkování patří všem dobrovolníkům – žákům, studentům i jejich pedagogům, skautům a dalším, především však členům výboru LPR Náchod za jejich zodpovědný přístup ke sbírce. Celý náš rozsáhlý podhorský

region je již po mnoho let oblastí, kde má Český den proti rakovině vždy vstřícné přijetí a podporu veřejnosti, mnoha dárců z řad občanů. Zároveň je také důležité, že významná část výtežku sbírky se každoročně vrací zpět do regionu, v první řadě Hospici Anežky České v Červeném Kostelci.

Ing. Libuše Kučerová
a Mgr. Renata Lešková
Liga proti rakovině Náchod, z. s.

OPAVA

Naše organizace ONKO ISIS Opava se každoročně zapojuje do celostátní sbírky Český den proti rakovině. Pro nás je to stále květinový den. Protože počet našich členek se značně snížil, zapojily jsme do akce naše příznivce ze středních i základních škol v Opavě a okolí. Každoročně pomáhají studenti ze střední zdravotnické školy, z Masarykovy střední zemědělské školy, ze střední průmyslové a umělecké školy, z Církevní konzervatoře Německého řádu. Na základních školách se zapojili učitelé a děti z Bolatic a Kravař ve Slezsku. Pochopení jsme našly i v některých prodejnách, lékárnách, v knihovně a zapojili se i pracovníci firmy Abel v Opavě. Dobrý nápad byl i se zavedením QR kódů, protože mladá generace to hodně využívá. Myslíme si, že velký vliv má i televize, protože když lidé vidí na obrazovce moderátory s kytičkou, tak je to přesvědčí, že je to na dobrou věc. V letošním roce se nám podařilo dárcům nabídnout 5 508 kytiček a vybrali jsme 164 087 Kč. Průměr na jednu kytičku byl 29,80 Kč.



Práce se zajištěním a celkovou organizací je hodně, ale ten dobrý pocit, že jsme udělaly něco pro dobrou věc, za to stojí. Za odměnu z loňské sbírky jsme koncem dubna odjely na krátký ozdravný pobyt na Kružberku. Strávily jsme tam čtyři dny za krásného počasí s vycházkami do přírody

v okolí přehrady, plánovaly další akce na letošní rok a připravily se na letošní ČDPR. Všem, kteří se sbírky zúčastnili, děkujeme a velký dík patří také organizátorům LPR.

Mgr. Helena Drozdová
ONKO ISIS Opava



DĚKOVNÝ KONCERT

Chtěli bychom touto cestou poděkovat Lize proti rakovině za krásný koncert, který se uskutečnil v Betlémské kapli u příležitosti Českého dne proti rakovině.

Koncert nám přinesl krásné hudební zážitky, za něž srdečně děkujeme.

Do dalších let přejeme Lize, ať má jen samé úspěchy ve své práci, kterou dává mnoha lidem bojujícím s nemocí velkou naději.

*Blanka Zelenková
za Klub ŽAP Praha*

DĚKOVNÝ KONCERT LPR

V letošním roce slaví LPR 35 let své činnosti. Na slavnostním večeru 10. června v Betlémské kapli nás přivítala předsedkyně Ligy paní doktorka Fridrichová.

Milými slovy vzpomněla na zakladatele Ligy prof. MUDr. Zdeňka Dienstbiera a MUDr. Evu Siratskou. Poděkovala všem za přípravu a pomoc během letošní sbírky a podělila se s námi o průběžný výsledek, jež k 10. červnu činil již více než 25 mil. korun.

S mírnými obavami nám představila účinkující a výběr hudby. Ale my víme, že každý koncert je krásný, často nám představí umělce, které neznáme, ale vždy obohatí naše obzory. A přesně takový byl i tento večer.

Soubor Hošek-Weiss family a jeho přednes židovských písní neklamal, naopak zanechal silný zážitek. Doc. Mgr. Jiří Hošek hrál na violoncello a klavír, jeho dcera Natálie na bicí, druhá dcera MgA. Dominika Weiss Hošková, Ph.D., na violoncello a její děti Adina rovněž na violoncello, Noa na housle, Micha na klarinet a Amos na klavír.

Celý večer byl výborný, měl přátelskou atmosféru, výběr skladeb, zpěv i mluvené vysvětlující pasáže pana profesora zaslouží uznání.

Za krásný zážitek děkujeme i paní doktorce Radmile Hrdinové a všem, kteří se na přípravě večera podíleli.

*Mgr. Jaroslava Petrová
Klub ŽAP*



VYKROČTE S LIGOU KE ZDRAVÍ



VYKROČTE s Ligou ke ZDRAVÍ!

SOUTĚŽ o skvělé ceny **9.9.-10.10.2025**

Předsevzetí = první krok ke zdraví!

Zaregistrujte své předsevzetí pro zdravější život
na www.LPR.cz/soutez a odměna může být vaše!

Víkendový wellness pobyt pro 2 osoby, rodinné vstupenky do Aquapalace,
sportovní batohy a lahve, turistické lékárničky, poukázky na ovocné speciality a další ceny!

Nastartujte s námi změnu... A vydržte!

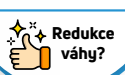
Piješ alkohol?
Omez na minimum,
s čistou hlavou
je život barevnější!



Zdravější strava?
Čerstvé potraviny,
dostatek vlákniny,
ovoce a zeleniny!



**Každý den
alespoň
3000 kroků?**



**Redukce
váhy?**

Kouříš?
Přestaň, nebo
alespoň kouření
výrazně omez!



Opalování?
Pouze s ochrannými
prostředky a mimo
polední hodiny!



**Nevyužili jste
screeningové
programy?**
Objednejte se hned!



Podrobná
pravidla
soutěže na
www.LPR.cz/soutez

**Každý svého
zdraví
strůjcem!**

35 let
1990-2025 Liga proti
rakovině Praha

**Registrace
předsevzetí:**



Život tě baví? Chraň si své zdraví!

Nejez tolik, hýbej se, nekuř, častěji usměj se!

Lázně Travel

HUDY

aquapalace
praha

albert
centrum

RADIO
BLANIK

deník.cz

ARCADIA
PRAGA

Partneři

Fruitissimo.

LAZNE LIDVERDA

Zahrada

Mediální partneři

Organizátor

Předsevzetí = první krok ke zdraví!
Dejte si předsevzetí a vykročte ke zdraví s Ligou proti rakovině!

Taková je myšlenka třetího ročníku preventivní kampaně, kterou na podzim opět uspořádá Liga proti rakovině. Jde o motivační akci, která má veřejnost přimět k vyslovení a splnění předsevzetí, jež mají za cíl zlepšit zdraví nejrozličnějšími úpravami životního stylu. Chcete zhubnout? Přestat kouřit? Začít zdravě jíst? Nebo se více hýbat? Zformulujte svá předsevzetí a od 9. 9. do 10. 10. je zaregistrujte na webu Ligy proti rakovině www.LPR.cz/soutez. Tím se zapojíte do soutěže o zajímavé ceny. Soutěží se o víkendový wellness pobyt pro dvě osoby, rodinné vstupenky do aquaparku, sportovní batohy a lahve, turistické lékárničky, předplatné časopisu Naše krásná zahrada, dárkové balíčky lázeňských produktů a další ceny.





VYKROČTE s Ligou ke ZDRAVÍ!

Celodenní akce pro malé i velké, juniory i seniory!

**Park Přátelství Praha 9 - Prosek
středa 24. 9. 2025 od 9 do 19 hod.**

Pod záštitou starosty
Mgr. Tomáše Portlíka

MĚSTSKÁ ČÁST
PRAHA 9



Přijďte a udělejte s námi 1. krok ke zdraví!

- ✓ Stezka 1000 kroků ke zdraví
 - ✓ Soutěže a hrátky o ceny pro malé i velké
 - ✓ Bohatá nabídka pohybových aktivit
 - ✓ Ukázky na pódiu i v prostoru parku
 - ✓ Step, nordic walking, tanec, lezecká stěna, slack-line, žonglování, turistika, skákací hrad, zdravá strava, hudební vystoupení a další
 - ✓ Vše můžete aktivně vyzkoušet pod vedením zkušených instruktorů
 - ✓ Vyšetření zdravotního stavu, dermatologická poradna
- INFORMAČNÍ STÁNEK LIGY
S NABÍDKOU PUBLIKACÍ ZDARMA

VSTUP ZDARMA!

Podrobný program
akce na www.lpr.cz

A navíc velká on-line
**SOUTĚŽ Ligy
O SKVĚLÉ CENY!**

**Stačí předsevzetí pro zdravější
život a můžete vyhrát!**
Vikendový wellness pobyt pro 2 osoby,
rodinné vstupenky do Aquapalace,
sportovní batohy a lahve, turistické
lékárničky, poukázky na ovocné
speciality a další ceny!
**Více na druhé straně letáku
a na www.LPR.cz/soutez**

Partneři akce



JOHNNY SERVIS



35 let Liga proti
1990-2025 rakovině Praha

Součástí kampaně je i tradiční pražské setkání v parku Přátelství na Proseku, které se uskuteční 24. 9. Na místě budou spolupracující organizace prezentovat nejrůznější pohybové aktivity, které vedou ke zlepšení kondice – např. nordic walking, břišní tance, step, zdolávání lezecké stěny, chůze na slackline, běžecký a veslařský trenážér a mnoho dalšího. Vše si vyzkoušet budou moci děti i dospělí pod vedením zkušených instruktorů. Na místě bude také dermatologická poradna a možnost vyšetření základních zdravotních ukazatelů.

V dalších deseti českých městech je kampaň podpořena rozdáváním letáků a jablíček coby symbolu zdravé stravy.

Iva Kurcová
LPR Praha



MOBILNÍ VÝSTAVA O PREVENCI PRO ŠKOLY

V novém školním roce opět pokračuje náš úspěšný projekt zacílený na žáky 2. stupně ZŠ a studenty SŠ – preventivní výstava pro školy Každý svého zdraví strůjcem.

Projekt zajímavou a zábavnou formou propaguje zdravý životní styl jako obranu před civilizačními chorobami obecně. Zvolené tematické okruhy jako například kouření, alkohol, drogy,

hrozby internetu, obezita, anorexie nebo bulimie, psychohygienu a další jsou doplněny fotografiemi, zajímavými statistickými údaji a také kresbami Miroslava Bartáka a vtipnými glosami. Součástí projektu je i speciálně vydaná brožura, která je zájemcům na místě k dispozici. Brožuru vám rádi zašleme i poštou, v případě zájmu napište na e-mailovou adresu: marsikova@lpr.cz.

ZÁKLADNÍ ŠKOLA KADAŇ NA PODLEŠÍ

Jménem ZŠ Kadaň Na Podleší bych vám ráda srdečně poděkovala za spolupráci při organizaci našeho Dne zdraví, který jsme uspořádali na konci školního roku. Velmi si vážíme, že jste nám poskytli propagační materiály a letáčky, a to zcela zdarma. Žákům i pedagogům se akce velmi líbila a přispěla k tomu, že celý den se opravdu vydařil. Program byl velmi pestrý – žáci si mohli vyzkoušet aktivity připravené v rámci Zdravá 5, zúčastnili se přednášek na téma pozor na klíště, výživa, suplementace, vyvážená strava, bezpečnost na silnici i na internetu, duševní zdraví a mnoha dalších aktivit, které se setkaly s velkým zájmem. Vaše výstava byla absolutně božská! Instalovali jsme ji přes celou chodbu u šaten a moc se vydařila. Přikládám slíbené fotografie z akce.



Těším se na další spolupráci i v budoucnu. V září také vyjde článek o Dni zdraví v našich školních novinách, kde se Vaše podpora objeví. S úctou a poděkováním

Mgr. Klára Šťastná, DiS.
učitelka, metodik prevence



ZŠ VELKÉ HOŠTICE

Dobrý den,
moc děkujeme za výstavu Každý svého zdraví strůjcem. Byla úžasná. Děti si zahrály na reportéry a prezentovaly jednotlivá témata ostatním. Testy jsem využila na závěrečné shrnutí.

Mgr. Petra Komárková
metodik prevence
ZŠ Velké Hoštice

STŘEDNÍ ZDRAVOTNICKÁ ŠKOLA V OPAVĚ

Výstava Ligy proti rakovině na Střední zdravotnické škole v Opavě, která probíhala od 25. března do 8. dubna 2025, byla skutečně inspirativní a vzdělávací událostí. Žáci měli

jedinečnou příležitost seznámit se s důležitými informacemi o prevenci a léčbě rakoviny prostřednictvím putavých panelů. Díky předem připraveným pracovním listům mohli aktivně zpracovávat získané informace, což jim umožnilo hlubší porozumění tématu. Tato výstava nejen rozšířila jejich znalosti, ale také je motivovala k aktivnímu zapojení do boje proti rakovině. Celkově byla výstava skvělým příkladem toho, jak lze vzdělávání spojit s praktickými aktivitami a zvýšit povědomí o důležitých zdravotních otázkách.

Děkujeme.

Mgr. Monika Gebauerová
ředitelka



PUTOVNÍ VÝSTAVA O NÁDOROVÉ PREVENCI

15. ročník Putovní výstavy o nádorové prevenci Každý svého zdraví strůjcem byl zahájen v dubnu v Oblastní nemocnici Kladno.

Unikátní výstava návštěvníkům nabízí třicet panelů, na kterých jsou poučavou formou zpracována témata, která se týkají především zdravého životního stylu a prevence nejen onkologických onemocnění. Texty na panelech jsou doplněny kreslenými vtipy V. Jiráňka, J. Slívy, M. Bartáka a fotografiemi F. Dostála.

Návštěvníci mají možnost zapojit se do soutěže, znalostní testy s možností výhry drobných odměn a interaktivní hrátky o zdraví a pro zdraví jsou určené dětem i dospělým. K dispozici je i široká nabídka preventivních a edukačních publikací a materiálů. Ve spolupráci se SZÚ se snažíme zajistit i vyšetření základních parametrů zdravotního stavu. Ve městech, kde působí patientské organizace, je také stánek a prezentace činnosti místního klubu.

V některých městech je umístěn i stánek zdravotní pojišťovny ČPZP, se kterou Liga dlouhodobě spolupracuje.

V jarní a letní části naše Putovní výstava navštívila tato města:

- 3. 4. Kladno – Oblastní nemocnice Kladno
- 5. 4. Počátky
- 7. 4. Kopidlno
- 8. 4. Praha 5 – Anděl Park
- 9. 4. Aš
- 12.–14. 4. Praha 1 – Florentinum
- 13. 5. Praha 5 – Walterovo náměstí
- 16. 5. Prostějov
- 17. 5. České Budějovice
- 22. 5. Městec Králové – Městská nemocnice
- 24. 5. Česká Lípa
- 1. 6. Pelhřimov – nemocnice
- 3. 6. Ostrava – Poruba
- 5. 6. Praha 9 – Prosek, Mikroklima
- 6. 6. Valašské Klobouky
- 10. 6. Bruntál – městský park
- 12. 6. Rokytnice nad Jizerou
- 17. 6. Jablonec nad Nisou
- 18. 6. Chrudim – Klášterní zahrady
- 19. 6. Krnov
- 25. 6. Broumov

- 26. 6. Telč
- 23. 7. Hodonín
- 9. 8. Chomutov
- 16. 8. Frymburk

V podzimní části se můžete osobně zúčastnit v těchto městech:

- 9. 9. Rokycany
- 13. 9. Třeboň
- 16. 9. Jihlava
- 17. 9. Dačice
- 19.–20. 9. Teplice
- 24. 9. Praha 9 – Prosek, 3. ročník Vykročte s Ligou ke zdraví
- 4. 10. Brno – nákupní centrum Olympia
- 8. 10. Praha 18 – Letňany
- 15. 10. Bolatice
- 16. 10. Dobříš
- 18. 10. Praha 4 – Komerční centrum City

Aktuální informace sledujte na našem Facebooku, najdete zde nejen upoutávky na blížící se akce, ale i aktuální fotografie přímo z dění v daném městě.



JABLONEC NAD NISOU



KRNOV



OSTRAVA



PELHŘIMOV



ROKYTNICE NAD JIZEROU



ROKYTNICE NAD JIZEROU

TELČ



TELČ



PODĚKOVÁNÍ

SKOTSKÉ HRY NA SYCHROVĚ PODPOŘILY LPR

Tradiční Skotské hry na Sychrově, jejichž 25. ročník se konal předposlední srpnovou sobotu, opět přilákaly tisíce návštěvníků. Zájemci si mohli vyzkoušet tradiční sportovní aktivity, například hod skotským kladivem do dálky, přetahování lanem, vrh kamenem či hod kládou. Především se ale návštěvníci mohli seznámit s tradičními znaky a symboly skotské kultury – dudami, kiltem, tartanem, saltire a samozřejmě whisky a gastronomickou pochoutkou haggis.

V zámeckém parku bylo možné navštívit skotskou a keltskou vesničku, prohlédnout si britská historická vozidla či legendární letoun Spitfire v táboře jednotek RAF, u mnoha stánků doplnit svou výbavu jednotlivých prvků tradičního skotského oblečení ve všech velikostech, včetně dětských.

Po celý den jsme si mohli užívat skotskou i irskou hudbu v podání skvělých českých i zahraničních interpretů, ti odvážnější se zapojili i do výuky tradičních skotských tanců.

Zakladatel, hlavní organizátor akce a velký milovník skotské kultury pan Václav Rout dodal letošnímu ročníku Skotských her ještě další rozměr, totiž možnost podpory Ligy proti rakovině prostřednictvím speciálního QR kódu. Díky štědrosti návštěvníků byla LPR podpořena částkou 5 262 Kč. Velmi si vážíme podpory a možnosti být malou součástí této nádherné akce.

*Iva Kurcová
LPR Praha*



REKONDIČNÍ POBYTY ORGANIZOVANÉ LIGOU PROTI RAKOVINĚ PRAHA

Liga proti rakovině organizuje a finančně podporuje rekondiční pobyty pro onkologické pacienty již od roku 1994 jako ověřenou formu následné péče.

Aktuální informace o volných termínech, cenách a podmínkách jednotlivých pobytů jsou

k dispozici na webových stránkách www.lpr.cz.

V současné době si klienti mohou vybrat z pěti destinací: **Nemocnice Na Pleši, Lázně Mšené, Meziboří, Kundratice a Libverda.**



LÁZNĚ LIBVERDA

Lázně Libverda jsou klenotem podhůří Jizerských hor, který vás zcela jistě okouzlí.

Lázně Libverda v severních Čechách pod Jizerskými horami nabízejí historické lázeňské domy, restauraci a krásnou přírodu s lesy a kopci. Místní Spa Resort Libverda poskytuje hotelové ubytování, wellness (sauny, bazén, masáže) v moderních centrech v historických budovách, včetně nového bazénu s luxusními prvky. K dispozici je šest hotelů.

Lázně jsou léčebné, specializují se na nemoci pohybového ústrojí, kardiologické, onkologické a neurologické nemoci a jsou vhodné při respiračních obtížích díky klimatu a přírodním zdrojům (minerální prameny, rašelina, byliny). Poměr hostů s pobytem hrazeným pojišťovnou a samoplátců je 50:50.

Resort pořádá kulturní akce a okolí je ideální pro turistiku a cyklistiku (libverdské vyhlídky, singltrek pod Smrkem), poblíž je barokní kostel v Hejnicích a v zimě blízký skiareál.

Hlavní léčebnou procedurou je uhlíčitá koupel z místního pramene. Resort v rámci udržitelnosti a společenské odpovědnosti spolupracuje s lokálními firmami (Levandulovna, Greenwell s CBD produkty, Nobilis Tilia s aromaterapeutickými oleji).

Více na www.lazne-libverda.cz,
info@lazne-libverda.cz,
+420 482 368 111.

*Ing. Eva Olšová, MBA
ředitelka obchodu a marketingu
LÁZNĚ LIBVERDA, a. s.*



LÁZNĚ MEZIBOŘÍ – MÍSTO, KDE SE ZDRAVÍ POTKÁVÁ S ODPOČINKEM

Od moderní rehabilitace přes wellness procedury až po přírodní koupací jezírko – naše zařízení v srdci Krušných hor se mění v oázu pro tělo i duši. Lázně Meziboří – rehabilitační a ubytovací zařízení na úpatí Krušných hor – neustává ve své cestě za proměnou v moderní zdravotnické centrum.

Od té doby, kdy jsme převzali zdravotnické zařízení v roce 2023, se nám podařilo udělat velký krok v kvalitě

poskytovaných služeb, a to jak ve zdravotnické, tak i v ubytovací oblasti. V roce 2024 mohli naši klienti poprvé posedět na slunné terase u jídelny a vychutnávat si péči v nově zařízených cvičebnách a vodoléčbě, kterou jsme přemístili ze suterénu do přízemí. Tím jsme soustředili zdravotní péči do jednoho místa a odstranili nutnost nekomfortních přesunů mezi procedurami.

V roce 2025 jsme zrenovovali jídelnu, v jejímž prostoru nyní dokončujeme kavárnu. Připravili jsme také zázemí pro aktivní trávení volného času – kulečnick, šipky či stolní tenis.

Ani zdravotnické vybavení nezůstává pozadu. Do procedur jsme zařadili unikátní vanu Microbalneor, jejíž účinky příznivě působí na detoxikaci

a omlazení kůže. Na přelomu srpna a září očekáváme dodání nové moderní elektroléčby a suché masážní vany, která zajistí komfort i méně mobilním klientům, pro něž je běžná masážní vana obtížně dostupná.

V současnosti v areálu probíhá výstavba jógového pavilonu, jehož součástí bude i sauna a ochlazovací, koupací jezero. Pokud vše půjde podle plánu, naši klienti budou moci tyto novinky využít již od ledna 2026.

Těšíme se na každého, kdo si k nám přijede odpočinout, načerpat novou energii a posílit své zdraví. Lázně Meziboří jsou tu pro vás – ať už hledáte rehabilitaci po nemoci, relaxační procedury, nebo jen klidné místo v přírodě.

*Petra Boudová
manažerka Lázní Meziboří*





LÁZNĚ MŠENÉ – BÁJEČNÁ DOVOLENÁ V LÁZNÍCH NEDALEKO PRAHY

Lázně Mšené, oblíbený resort s tradicí od roku 1796, naleznete pouhých 45 km od Prahy. Rodinné lázně se zaměřují na léčbu pohybového aparátu, ale nabízí také stále oblíbenější wellness a odpočinkové pobyty. Široká nabídka služeb osloví každého!

V létě celé Lázně Mšené dýchají přírodou, pohodou a klidem. Pokud se rádi sluníte a necháváte se unášet šumem stromů, budete nadšeni z našeho lázeňského parku s rybníkem, lehátky a slunečníky. Ať už dáváte přednost aktivní zábavě, pohybu či sportu, nebo polehávání a odpočinku, naleznete zde své a užijete si relax jen kousek od Prahy.

Mimořádně oblíbená je také nabídka volnočasových aktivit, např. venkovní posilovna a stolní tenis, hra dáma, kuželník, pétanque, půjčovna holí pro

Nordic Walking, lázeňský rybník pro rybolov, mnohá zákoutí pro posezení, altány, kolárna, rehabilitační chodník, ve Dvoraně se konají hudební středy a páteční taneční večery a další. Milovníci přírody u nás naleznou klid a pohodu, mohou si projít hned několik vycházkových tras a půjčit si třeba i piknik koš a užít si posezení v trávě.

Lázeňské wellness centrum nabízí luxusní Saunovou oázu s velkým soukromím, moderní solárium či suché masážní lehátko Velus Jet. Ženy pak jistě nadchne luxusní kosmetika, manikúra, oblíbená pedikúra a krásně vybavený lázeňský obchod.

Obdivovatelé historické architektury zase ocení secesní budovy Villa Kyselka a Pavillon Dvorana z počátku 20. století od známého architekta Jana Letzela. Neméně krásné jsou neorenesanční Pavilon Říp a Balneo-provoz, vily Praděd a Slovanka a secesní Villa Vítkov, pohodlný je i historizující objekt Villa Blaník.

Naši pohodoví lázeňští klienti si denně vychutnávají úžasné léčebné i relaxační balneo procedury v příjemném a útulném prostředí za tónů meditační hudby a péče skvělého personálu.

Vyberte si z desítek druhů masáží, zábalů, koupelí, rituálů. Za krásnou dovolenou nemusíte jezdit tisíc kilometrů.

*Natalie Charlotte Ochová
Lázně Mšené*

Návštěva v Lázních Mšené

14. srpna jsme s paní Birkovou jely do Lázní Mšené, abychom osobně ověřily navázanou spolupráci, její současnou podobu a vývoj a mohly informovat naše účastníky rekondičních pobytů. Byly jsme srdečně přijaty paní Klárou Novákovou, obchodní manažerkou, a Ing. Bc. Dominikem Szitai, obchodním ředitelem, kteří nás lázněmi provedli, ukázali nabídky procedur a léčebných prostor.

Mohla jsem pohovořit i s lékařkou MUDr. Marcelou Mikešovou a upřesnily jsme si spolu výběr procedur a jejich případné omezení a úpravu ve vztahu ke konkrétním pacientům. V lázních panovala příjemná atmosféra, líbila se nám snaha o vylepšování budov i parku.

Doporučuji našim zájemcům pobyt v těchto lázních. Budete jistě velmi spokojeni.

*MUDr. Alexandra Aschermannová
garant rekondičních pobytů LPR*

ÚČASTNÍCI SRPNOVÉHO REKONDIČNÍHO POBYTU V LÁZNÍCH KUNDRATICE SE S NÁMI PODĚLILI O ČERSTVÉ DOJMY:



LPR pravidelně pořádá rekondiční pobyty v lázeňských zařízeních, kde mají nasmlouvané rehabilitační programy. Letos strávilo deset účastníků svůj pobyt v Lázních Kundratice u Osečné v termínu od 11. do 23. srpna. Po procedurách a odpočinku trávili účastníci volný čas vycházkami do okolí. Autobusem se dostali do Osečné, Hamru na Jezeře, Stráže pod Ralskem, Mimoně, Českého Dubu či do Kotle k tisíciletým lípám. Na dohled byl Ještěd, který také lákal k návštěvě. S přestupem na Výpřeží se dalo dojít pěšky až na vrchol. Na nástěnce nás zaujala pozvánka na exkurzi do obce Světlá pod Ještědem. Do části Světlé pod Ještědem Hodky nás dovezl autobus a pan starosta nás pak odvezl přímo na místo. Tuto příležitost jsme s radostí využili a nechali se provázet paní průvodkyní. Poslechli jsme si fascinující vyprávění o vzniku obce, její historii

a památkách, ale také zajímavé příběhy. Velmi nás zaujaly i střípky o pobytu spisovatelky Karolíny Světlé a snaha obce o záchranu kostela sv. Mikuláše. Několik podvečerů jsme si užili poslech folkových a country skupin v amfiteátru nad lázněmi a v dalších dnech hrála k tanci kapela v lázeňském sále. Po celou dobu nám přálo teplé a slunečné počasí, které ještě umocnilo naši spokojenost a užívání pobytu. Děkujeme Lize proti rakovině a vedení Lázní Kundratice za možnost zdejšího rekondičního pobytu, všem pracovníkům lázní za přátelské přijetí. Paní MUDr. Aschermannové a pí Birkové patří poděkování za organizaci celého pobytu.

*Manželé Brožíkovi
a Miluše Gruberová
účastníci rekondičního pobytu*



DEN ZDRAVÍ NA SLUNEČNÍM NÁMĚSTÍ

V polovině června jsme se sešli před radnicí Prahy 13 na Dni zdraví, jednalo se o 10. ročník této akce.

Letošní program byl zaměřen převážně na jednodenní festival zdravého životního stylu a prevenci. Při této příležitosti byly prezentovány různé sportovní aktivity. Děti se mohly zapojit do soutěže, ve které u přihlášených vystavovatelů plnily různé úkoly. V našem stanu byl také připraven jeden z úkolů, děti si zde za správnou odpověď mohly vybrat nějaký dárek. Počasí nám také přálo, navzdory předpovědi 32 °C bylo o něco chladněji a foukal mírný vítr. Účast byla opravdu velká a dorazilo i hodně dětí ze škol a školek.

U vystavovatelů jsme se mohli dozvědět něco o homeopatii nebo o odvykání kouření. Své služby nabízely lékárny a polikliniky. Velmi mě zaujala Moudrá sovička, která na této akci mohla pomoci seniorům s jejich mobilním telefonem a zapojit děti do platformy Moudrá Síť jako digitální asistenty. Své příspěvky na prevenci představily dvě zdravotní pojišťovny, a to Všeobecná zdravotní a Vojenská pojišťovna. Děti si užily i spoustu balonků nebo si zaběhaly slalom s míčem, který nakonec koply do malé branky. Své zastoupení zde měl atletický oddíl Prahy 13. Bylo představeno Centrum pro dětský sluch Tamtam a maminky se mohly dozvědět něco více o cvičení po porodu. Program byl doplněn veletrhem chráněných dílen.

*Lenka Maršíková
LPR Praha*



ZE ŽIVOTA KLUBŮ

STŘÍPKY Z ČESKOLIPSKÉ VESNY

Máme za sebou další úspěšný rok sbírky Český den proti rakovině – květinový den. Přípravy akce začínáme vždy v únoru. Oslovujeme školy po celém Českolipsku s nabídkou této preventivní aktivity a podle zájmu objednávané materiály. V dubnu připravíme tašky s kytičkami, letáky a instrukcemi a naše členky je roznášejí po přidělených školách. Na každé škole už mají svého koordinátora, který má akci na starosti. Vždy záleží především na tom, jak učitelé umí dětem problematiku



nádorových onemocnění a přínosů této sbírky vysvětlit.

Přichází den, kdy i my vyrážíme do ulic. Každá členka našeho spolku se vydává nejprve na svá tradiční místa, kde už je očekávána. Kytičky a letáčky mizí, penízky přibývají. V poledne se scházíme na společném obědě a sdělujeme si poznatky. Dvě školy hlásí, že už nemají kytičky. Z ulic jsou poznatky většinou kladné, a i když se občas nějaký škarohlíd najde, náladu nám to nepokazí.

Po neděli svážíme těžké kasičky ze škol a organizací a předáváme je České poště. Letos s deseti kasičkami vypočetla i pošta v Novém Boru, ostatních 66 kasiček přepočítávaly pracovníce na poště na nám. T. G. Masaryka v České Lípě. Vždy smutně přepočítáváme i vrácené kytičky, které se

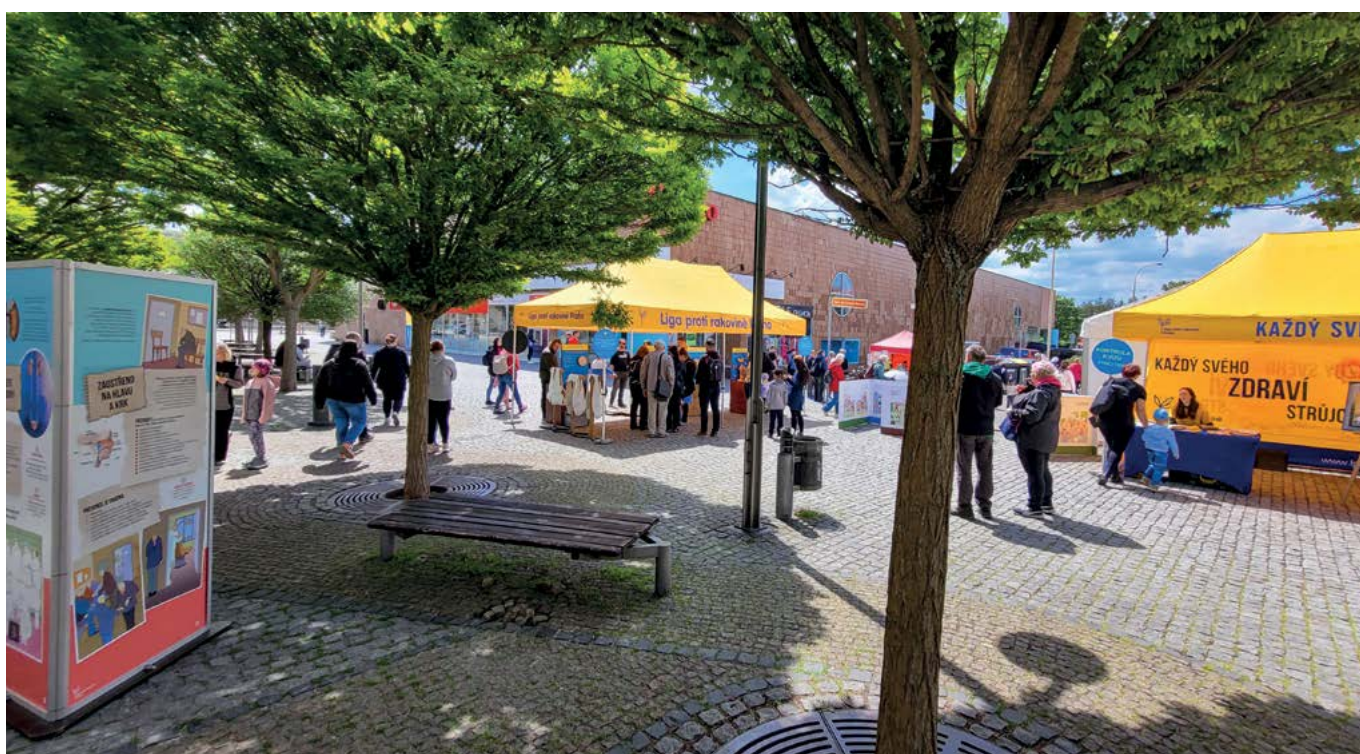
nepodařilo udat. Ty se navrací do Prahy organizátorům sbírky. Bohužel ne ve všech školách a organizacích se najde koordinátor, který dětem i dospělým vysvětlí přínos akce a hlavně důležitost prevence natolik, aby to děti dokázaly přenést do svých rodin a upozornily rodiče a prarodiče na to, aby nezanedbávali péči o své zdraví. Nyní nás už jen čeká roznést na školy poděkování za vydatnou pomoc s organizací sbírky a uzavřít tím letošní ročník ČDPR.

V sobotu 24. 5. 2025 se v našem městě konala velká oslava 160. výročí založení Sboru dobrovolných hasičů v České Lípě a 60. výročí založení profesionálního hasičského sboru. Českolipská Vesna se stala součástí celé akce s putovní výstavou a řadou kvízových otázek a aktivit Každý svého zdraví

strůjcem. Sledovali jsme, jak hlavně rodiče s dětmi plní zadané úkoly, a tím všichni získávají nové zajímavé poznatky o zdraví člověka, povědomí o vážných onemocněních, a hlavně o možnostech prevence a udržení dlouhého života ve zdraví.

Do třetice jsme 12. června oslavili 30. výročí působení Českolipské Vesny. Sešli jsme se v krásném prostředí Villy Hrdlička za účasti hostů, kterými byli paní starostka Jitka Volfová, senátor Jiří Vosecký, místostarosta Nového Boru Tomáš Mašek, děvčata z Aliance žen s rakovinou prsu, spolku Souznění, zástupci škol a další. Oslava se nesla v přátelském duchu vzpomínání na velké akce, které jsme na našem okrese organizovali, jako byly Běh Terryho Foxe, Den pro zdraví, Plaveme prsa, Každý svého zdraví strůjcem, Normální je nekouřit, Ostře sledovaná prsa, výstup na Jedlovou horu a mnohé další. Ze zakládajících členů jsme zůstaly ve Vesně už jen čtyři členky, ostatní se na nás dívají z obličků nebo se kvůli svým zdravotním problémům už našich akcí nemohou účastnit. S těmi jsme aspoň v telefonickém spojení. S novými mladými pacientkami je to těžší, ty po doléčení nastupují do práce a na klubovou činnost již nemají mnoho času. I tak ale stále věříme, že Českolipská Vesna bude nadále existovat a pomáhat těm, kteří to nejvíce potřebují.

Eva Barkmanová
Českolipská Vesna



VÝLET DO TOVAČOVA A NA HELFŠTÝN

10. července jsme vyjeli na Přerovsko. Byl to velmi pohodový den, počasí příznivé, nálada výborná, prostě všechno vyšlo na jedničku.

Zámek v Tovačově má velmi bohatou historii a neuvěřitelně krásnou výzdobu. Obdivovali jsme bohatě štukované stropy, nástropní fresky, vzácný holandský gobelín, tapety z kravské kůže i přístavbu z konce 19. století ve stylu vídeňské opery. Tu si zde nechal přistavět poslední majitel zámku – židovský podnikatel Gutmann, který zbohatnul na uhlí a železe na Ostravsku. Někteří účastníci vyšlapali 200 schodů na Spanilou věž, z níž je krásný výhled skoro na celou Hanou.

Neméně zajímavý byl i výšlap a prohlídka hradu Helfštýn, který spolu s hradem Hukvaldy a Rábí patří mezi tři nejrozsáhlejší hradní komplexy v České republice.

Na Helfštýně se každoročně koná kovářské setkání Hefaiston. Kováři zde pracují pod širým nebem na deseti pracovištích, a protože se konalo loni v srpnu již 42. setkání, tak celý veliký hradní areál venku i uvnitř zdobí právě tyto kovářské výtvořky. Ty jsme mohli obdivovat a žasnout nad šikovností lidí černého řemesla.

Nechyběl ani oběd pod hradem v Týně nad Bečvou a další občerstvení přímo na hradě. Prožili jsme krásný letní den v pohodě a míru a dozvěděli se spoustu zajímavostí z tohoto kraje.

*Alena Pavloušková,
Ing. Eva Bekeniová
Klub stomiků Brno*



**I v náročné léčbě si vaše pokožka
zaslouží jemnou péči,
Oncos přináší dotek úlevy.**

Každý dotek může léčit.

Produkty Oncos byly vytvořeny speciálně pro kůži
oslabenou náročnou onkologickou léčbou.
Jsou klinicky testované, šetrné a účinné.

Pomáhají při:

- zarudnutí, svědění a pálení,
- extrémním vysušení,
- ochraně a regeneraci pokožky.



DERMOKOSMETICKÁ ŘADA

VYVINUTÁ A DOPORUČENÁ ONKOLOGY
KE ZMÍRNĚNÍ NEŽÁDOUCÍCH ÚČINKŮ NA KŮŽI ZPŮSOBENÝCH ONKOLOGICKOU LÉČBOU.



Objevte celou řadu Oncos produktů na www.onkokosmetika.cz

INFORMACE A POZVÁNKY NA LIGOVÉ AKCE

Dovolte, abychom vás srdečně pozvali na plánované akce Ligy proti rakovině Praha z.s. ve druhé polovině letošního roku.

Preventivní kampaň Vykročte s Ligou ke zdraví: on-line soutěž od 9. září do 10. října 2025, více na <https://www.lpr.cz/soutez>
24. září 2025 – Celodenní sportovní akce v parku Přátelství v Praze 9

Sněm členských pacientských organizací
Termín: 15.–16. října 2025
 Místo konání: Hotel DUO, Teplická 492, Praha 9

Vánoční koncert
Termín: 1. prosince 2025
 Místo konání: Karolinum, Praha 1



Detailní informace o plánovaných akcích získáte na telefonním čísle **224 919 732** nebo napište na e-mail: birkova@lpr.cz

Toto vydání Zpravodaje vyšlo za podpory
 Ministerstva zdravotnictví České republiky.



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ
 ČESKÉ REPUBLIKY

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

Závěrem několik praktických informací

Liga proti rakovině Praha z.s.
 Poliklinika Černý Most – Parník
 Generála Janouška 902/17
 198 00 Praha 9
 Kancelář – tel.: 224 919 732
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. Vydávání Informačního zpravodaje povoleno MK ČR: E 11079.



Zpravodaj je bezplatně zaslán 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: Ing. Iveta Kuchařová, Iva Kurcová, DiS., Lenka Maršíková • Grafická úprava: ALL IN AGENCY
 Vydává: Liga proti rakovině Praha z.s.