

**Sprawozdanie z działań Stowarzyszenia Kobiet z Problemami Onkologicznymi „Amazonka” z siedzibą w Krzeszowicach, ul. Daszyńskiego 1
2012**

Działania Stowarzyszenia w roku 2012 to, jak co roku realizacja celów określonych w Statucie. Przebiegają one w trzech płaszczyznach, jak profilaktyka zdrowia, edukacja i profilaktyka chorób nowotworowych oraz wsparcie dla kobiet po przebytych chorobach nowotworowych. Warto podkreślić, że Stowarzyszenie skupia nie tylko kobiety po mastektomii ale również wszystkie kobiety, których dotknęła choroba nowotworowa. Obecnie Stowarzyszenie zrzesza 40 kobiet. Po raz pierwszy obszar naszego działania został rozszerzony o kobiety po raku piersi z Klucz i okolic.

I. Profilaktyka edukacyjna

1. Rok szkolny 2011/2012 kontynuacja programu edukacyjnego kierowanego do uczniów szkół gimnazjalnych w Gminie Krzeszowice, programu związanego ze zwiększeniem świadomości wśród młodzieży w wczesnym wykrywaniu raka piersi – lekcje te, to praktyczna nauka samobadania piersi przeprowadzona na fantomie. W roku szkolnym 2011-2012 z takiej formy edukacji skorzystało ponad 230 uczniów. Lekcje edukacyjne są prowadzone przez przeszkolone pielęgniarki i higienistki szkolne.
2. Marzec – z okazji Dnia Kobiet 8 marca w budynku OSP w Krzeszowicach odbyła się impreza „Kobiet Kobietom” o charakterze promującej profilaktykę nowotworową jak i o znaczeniu integracyjnym. Tematem spotkania było znaczenie badań profilaktycznych i zalety wykrywania nowotworów na wczesnym etapie rozwoju choroby. Prelekcję prowadził pan dr Piotr Brandys specjalista radiolog z Instytutu Onkologii w Krakowie. Udział w tym przedsięwzięciu wzięło około 150 pań z różnych środowisk.
3. Marzec, kwiecień - Bo lepiej zapobiegać... pod takim hasłem odbyły się spotkania edukacyjne w Starostwie Powiatowym w Olkuszu. O profilaktyce oraz wczesnym wykrywaniu raka piersi i raka szyjki macicy mówili w Starostwie Powiatowym lekarz ginekolog dr Grzegorz Dwynerowicz i pielęgniarka Joanna Dyba ze Stowarzyszenia Amazonka w Krzeszowicach. Było to szkolenie dla pracownic Urzędu i odbyło się dwukrotnie – 27 marca i 3 kwietnia. Na spotkaniach była mowa nie tylko o profilaktyce nowotworowej ale również przedstawicielka z Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej pani Ewelina Bączek przygotowała prezentację o diecie dla kobiet leczonych w trakcie choroby. Prelekcje były początkiem projektu opracowanego przez Starostwo Powiatowe w Olkuszu „Życie kobiet – nie tylko od święta”.
4. Maj – udział i uczestnictwo w I Gminnym Forum Kobiet w Kluczach pod hasłem „Zdrowie na obcasach” z naszą prezentacją. Tematem przewodnim była profilaktyka raka piersi i raka szyjki macicy. Udział wzięło około 350 pań z Klucz i okolic.
5. Wrzesień – przy współpracy z Powiatem Krakowskim i Małopolskim Zarządem PCK w Krakowie zostały przeprowadzone prelekcje w ramach realizacji projektu „Profilaktyka na TAK” – prelekcje odbywały się w szkołach ponad gimnazjalnych oraz w siedzibach Kół Gospodyń Wiejskich powiatu krakowskiego. Spotkania dotyczyły profilaktyki raka piersi i raka szyjki macicy. Lekcje dydaktyczne prowadziły pielęgniarki przeszkolone w ramach programu profilaktyki onkologicznej (jedna z prowadzących należy do Stowarzyszenia) oraz lekarze onkolodzy. Program był realizowany w Słomnikach, Skawinie, Skale, Czernichowie, Krzeszowicach (Ostrężnica-Łany), Zabierzowie, Jaśkowicach, Kluczach, Przegini-Duchownej. W czasie trwania projektu można było skorzystać z badań mammograficznych. W sumie z profilaktyki skorzystało ponad 600 osób.
6. Wrzesień odbyła się kolejna konferencja naukowo-szkoleniowa kierowana do lekarzy pierwszego kontaktu i służb medycznych z Gminy Krzeszowice - pod nazwą „Terapia celowana i genetyczne uwarunkowania nowotworów”. Zawartość merytoryczną przygotował dr Piotr Brandys a prelegentami byli pracownicy Instytutu Onkologii z Krakowa: dr Joanna Niemiec – molekularne podstawy terapii celowanych, dr Marek Ziobro – terapie celowane w leczeniu nowotworów, dr hab. Paweł Blacharz – genetyczne uwarunkowania nowotworów. Za udział w szkoleniu lekarze mogli otrzymać punkty medyczne.
7. Październik - Rola kompresjoterapii w obrzęku limfatycznym, spotkanie profilaktyczno-edukacyjne poświęcone zapobieganiu i leczeniu obrzęku limfatycznego było prowadzone

przez specjalistkę leczenia przeciwobrzękowego z Hospicjum św. Łazarza w Krakowie, panią dr Katarzynę Ochalek. Na spotkaniu oprócz merytorycznej oprawy była również praktyczne zastosowanie mobidermu. Po spotkaniu kobiety, u których wystąpił obrzęk zostały zaproszone na specjalistyczne, indywidualne szkolenia do Hospicjum św. Łazarza w Krakowie.

8. Październik – udział w 13 edycji międzynarodowej kampanii wspierającej budowanie świadomości i profilaktyki raka piersi. Dzięki naszym staraniom udało się zorganizować spotkanie z braffiterką, szkolącą jak dobrać odpowiedni biustonosz.

II. Profilaktyka zdrowotna

1. Kontynuowanie comiesięcznych bezpłatnych konsultacji onkologicznych. Z takiej formy pomocy skorzystało w roku 2012 około 35 osób.
2. czerwiec, lipiec, wrzesień - po raz kolejny z inicjatywy Stowarzyszenia zorganizowane zostały badania mammograficzne, przebadano bezpłatnie ponad 1300 pań. Środki na te badania profilaktyczne, również dla pań nie objętych refundacją z NFZ zostały otrzymane, dzięki naszym staraniom z puli Starostwa Powiatowego w Krakowie (230 badań), Urzędu Miasta w Krzeszowicach. Po raz kolejny badania mammograficzne zostały również przeprowadzone w mobilnym mammobusie na terenie Tenczynka, Nowej Góry i Zalas.
3. wrzesień – rozpoczęcie cotygodniowych terapii rehabilitacyjnych prowadzonych przez panią Annę Sitkiewicz w zakresie likwidowania przykurczy barkowych i leczenia obrzęku limfatycznego.
4. Listopad, grudzień - zorganizowanie bezpłatnych badań usg tarczycy – z takiej formy profilaktyki zdrowotnej skorzystało ponad 320 pań, w tym aż 267 pań miało wynik niepoprawny i otrzymały zalecenia dalszej konsultacji lekarskiej. Program był wspierany finansowo przez Starostwo Powiatowe w Krakowie.

III. Działania na rzecz kobiet po przebytych chorobach nowotworowych

1. Kontynuacja nauki języka angielskiego. Systematycznie na kurs uczęszcza około 10 pań ze Stowarzyszenia.
2. Zorganizowanie i udział w różnych imprezach o charakterze społeczno – kulturalnych oraz integracyjnych, takich jak:
 - a) Zorganizowanie pikniku rodzinnego dla członków i ich rodzin,
 - b) zorganizowanie spotkania okolicznościowego z okazji Świąt Bożego Narodzenia i Wielkanocy,
 - c) coroczny wyjazd na pielgrzymkę do Częstochowy oraz msza święta dla kobiet i osób ich wspierających.
 - d) wyjazd – wycieczka do Warszawy dla około 40 osób – zwiedzanie Sejmu i Muzeum Powstania Warszawskiego.
 - e) aktywne uczestnictwo w imprezie kulturalno-społecznej organizowanej przez centrum Kultury i Sportu w Krzeszowicach „Majówka Hrabiny Zofii”. W tym przedsięwzięciu statystkami były panie po przejściach nowotworowych.
 - f) Zorganizowanie biletów na spektakle „Wejście Smoka” oraz „Kobiety kontratakują” wraz z bezpłatną kolacją w Hard Rock Cafe w Krakowie.
 - g) Organizacja kursu samoobrony z udziałem mistrza HANSHI TERRY WINGROWE z Londynu,
 - h) Organizacja pokazu stylizacji fryzur dla kobiet po chorobach nowotworowych.
3. Zakup dla kobiet, u których wystąpił obrzęk limfatyczny sprzętu rehabilitacyjnego – 8 szt. mobidermu wraz osprzętem.



4. Zorganizowanie spotkania z firmą produkującą bieliznę damską dla kobiet po usunięciu piersi, połączonej z prezentacją oraz możliwością zakupu po niższej cenie. Dla pań będącej w trudnej sytuacji materialnej, firma Amoena sprezentowała specjalistyczne biustonosze.
5. Pomoc przy wypełnianiu wniosków o dofinansowanie z PFRON.
6. Cykliczne comiesięczne spotkania związane z prawidłowym odżywianiem i stosowaniem ekologicznych kosmetyków.
7. Indywidualne wsparcie dla kobiet, które potrzebują pomocy psychologa i spotkania z lekarzem onkologiem.

IV. Inne

Udział w konkursie organizowanym przez Marszałka Województwa Małopolskiego „Kryształ Soli”.

Zarząd:

Prezes Zarządu	Grażyna Piotrowska
V-Ce Prezes	Wanda Barbara Werschner
V-ce Prezes	Teresa Kulczycka
Skarbnik	Joanna Mudrak-Nowak
Sekretarz	Joanna Dyba

Grażyna Piotrowska
Wanda Barbara Werschner
Teresa Kulczycka
Joanna Mudrak-Nowak
Joanna Dyba

Stowarzyszenie Kobiet
z Problemami Onkologicznymi
"AMAZONKA"
32-065 Krzeszowice, ul. Daszyńskiego 1
NIP 513-016-40-79