

# PROJEKT 35

## Zpráva o činnosti za rok 2023

### 1. Vzdělávání gynekologických sester

V roce 2023 bylo opět zahájeno vzdělávání sester. Uskutečnil se poslední kurz, hrazený z finančního příspěvku, který projekt obdržel na rok 2020. Částka nemohla být, vzhledem k epidemiologické situaci vyčerpána.

Kurz se uskutečnil 24. listopadu 2023, účastnilo se 24 sester ze zdravotnických zařízení z Prahy a Středočeského kraje.

Kurzy budou v roce 2024, pro zdravotní sestry je připraven Metodický pokyn pro edukaci, který jim usnadní komunikaci s ženami v ordinaci.

### 2. Program Kondicí proti rakovině

V roce 2022 byl zahájen pilotní program pohybových aktivit a nutričního poradenství, který je určen ženám s karcinomem prsu s metastázami. Program pokračuje ve formě cvičení onko-jógy. Cvičení probíhá každý čtvrtek od 16.00 do 17.00 v malé tělocvičně pro cca 10 osob v Sokole, v Praze 1 na Újezdě. Je možné využít i cvičení on-line. Střídají se dvě cvičitelky, lekce jsou zaměřeny na jemné protahování svalů, dechová cvičení a relaxaci. Pacientky hodnotí cvičení velmi dobře, považují je za prospěšné.

### 3. Projekt „Nech na hlavě“

Aktivita „Nech na hlavě“ byla zahájena 1. října 2019 a stále pokračuje. Podrobné informace včetně alba s fotografiemi výrobků s popisem jsou uvedeny na webových stránkách [www.projekt35.cz](http://www.projekt35.cz). Jedná se o nabídku pletených a háčkovaných čepic a kloboučků pro ženy po chemoterapii. Modely připravily dobrovolnice a objednávky posílají ženám zdarma. Dobrovolnice/pletařky průběžně odesílají své výrobky pacientkám.

### 4. Žádosti o finanční podporu na rok 2024

S žádostí o podporu vzdělávání zdravotních sester v oblasti časně diagnostiky jsme se obrátili na tři subjekty: AstraZeneca, Roche a Zentiva. Předpokládáme že bychom v průběhu roku 2024 uspořádali kurzy v pěti vybraných krajích, a to ve spolupráci s KOC.

### 5. Webové stránky

Odborníci Projektu 35 průběžně odpovídali na dotazy žen (celkem 6 dotazů).

*Zpracovala: PhDr. M. Svěráková*

*Schválila: Prof. MUDr. P. Tesařová, CSc.,*

*prosinec 2023*