

Překonej sám sebe

Projekt na podporu pacientů s roztroušenou sklerózou



Tento projekt je věnován lidem v České republice s diagnózou roztroušené sklerózy (dále jen RS). Jeho cílem je zjistit, jaké má široká veřejnost o RS povědomí, a především vhodnou a účinnou formou více informovat o této nemoci a o životě samotných pacientů.

Rok se s rokem sešel a my musíme konstatovat, že první ročník projektu „Překonej sám sebe“ jsme dovedli k úspěšnému závěru. I díky Vám všem, co jste nás podporovali, se nám společně podařilo něco, co u nás a dle některých účastníků brněnského kongresu ani v Evropě nemá obdoby. Podpořili jste projekt, který jsme si sami na samém začátku ani neuměli zcela představit. Znali jsme účel, věděli jsme jak projekt zviditelnit, ale spoustu věcí jsme tvořili za pochodu. Dnes už to ale není pravda. Víme, co chceme. Víme, kam jdeme. A také víme, jak toho nejlépe dosáhnout. To je ale až věc druhá.

Dnes vám chceme společně poděkovat za uplynulý ročník a také bychom chtěli připomenout pár důležitých okamžiků v „Překonej sám sebe 2015“.

JAK ŠEL NÁŠ SPOLEČNÝ ČAS:

13. 2. 2015

Tisková konference v Praze: první oficiální zmínka v médiích o naší akci

14. 2. 2015

Začátek prvního dějství: Příběh „Ze srdce pro Tebe“ – vyhlášení soutěže o patientský příběh

30. 4. 2015

Konec prvního dějství: přišlo neuvěřitelných 36 lidských příběhů o nemoci roztroušená skleróza.

6. 5. 2015

Čtení 36 příběhů a výběr 14 nominací do finále „Ze srdce pro Tebe“

17. 5. 2015

Žehnání motocyklům
Jawa 50 na farnosti v Brně
Řečkovicích



27. 5. 2015

Začátek druhého dějství:

Start „Víkendového maratonu“ – u příležitosti Světového dne roztroušené sklerózy. Místem samotného startu Víkendového maratonu se stala zahrada u Lennonovy zdi na Velkopřevorském náměstí na Praze 1. Slavnostní start byl součástí Benefičního koncertu pro lidi s roztroušenou sklerózou. Startovala nás Petra Janů.



30. 5. 2015

Roska Jihlava: první jízda, která byla asi nejkomplikovanější ze všech, protože motocykly se zajížděli. Navíc nikdo z nás nevěděl, co má od toho druhého čekat. Vy od nás jako od organizátorů a my od Vás, od pacientů, přátel a známých pacientů, lékařů a veřejnosti.



4. 6. 2015

Roska České Budějovice: příjemné město, příjemní lidé, krásné počasí...



6. 6. 2015

Sanatorium Klimkovice a vznik našeho „fanklubu“ - členové brněnské Rosky



27. 6. 2015

Roska Jindřichův Hradec: vřelé přijetí a návštěva místní kulturní atrakce Fontány u sv. Floriána. Také první setkání s paní Šárkou Hlasovou.



11. 7. 2015

Roska Ústí nad Labem: skvělé zázemí pro setkání s pacienty s RS, dobré jídlo zvědavé publikum...



12. 7. 2015

Roska Teplice: náročný víkend, zároveň naše nejdelší trasa. Cestou z Teplic do Mostu jsme zaujali Policii ČR natolik, že pánové neváhali vytáhnout majáky a odkázali nás na odpočívadlo... >>



„...povolení nemáme, ale mohli bychom se s vámi vyfotit?“ :)



V Plzni jsme se setkali i se zástupci města a panem doktorem Šimáčkem, kde se také rozvinula užší debata na téma spolupráce v dalších ročnících.



18. 7. 2015

Roska Brno-město a opět příjemné setkání a to i s našim „fanklubem“



25. 7. 2015

Domov svatého Josefa v Žirči: setkali jsme se zde s místopředsedou vlády ČR Pavlem Bělobrádkem, který našemu projektu udělil záštitu.



A také zde proběhlo krásné, pozitivní a inspirující setkání se zástupci Rosky Hradec Králové



31. 7. 2015

Roska Kyjov: další vyplňování anket a příjemné povídání nejen s pacienty, ale i širokou veřejností



1. 8. 2015

jsme se rozdělili na dva týmy a jeden vyrazil na... >>

... 8. Parkinsoniádu v
Dubňanech



...a druhý tým odjel do
Týnce nad Sázavou



21. 8. 2015

Roska a MS Centrum Olomouc. Děkujeme paní Nakládalové za zprostředkování setkání s prof. Marešem, odborníkem na RS, který se od té doby stal i našim podporovatelem.



12. 9. 2015

Rekondice Rosky Brno v Zubří – přijeli jsme do cíle Víkendového maratonu...



**ZA NAŠI CESTU JSME PROJELI 391 MĚST.
NAJELI JSME VÍCE JAK 4 100 KM. Podařilo se nám
vyplnit 747 anket s širokou veřejností.**

19. 9. 2015

Třetí dějství: Mezinárodní kongres o roztroušené skleróze v Brně >



Program Kongresu o RS se skládal z vyvážené směsice příspěvků o souvisejících tématech. Tyto příspěvky pacientům s RS, ale i všem ostatním, přinesli důležité informace a poznatky (odborné, doplňující, motivační apod.).



V průběhu Kongresu jsme také ukončili soutěže Ze srdce pro Tebe I., kde diváci hlasovali SMS hlasy o vítězi hlavní ceny, tj. 100.000 Kč (v nepeněžní podobě). Vítězkou se stala paní Šárka Hlasová. Samozřejmě byly vyhlášeny i výsledky soutěže Ze srdce pro Tebe II.

DĚKUJEME

„Překonej sám sebe“ – příběh o třech dějstvích

Na sv. Valentýna spouštíme celorepublikový projekt pro podporu lidí s roztroušenou sklerózou.

Projekt Překonej sám sebe vstupuje 14. února 2016 do druhého ročníku. Zaměřuje se na lidi s diagnózou roztroušená skleróza (dále jen RS) i na širokou veřejnost. Jeho cílem je zjistit, jaké má široká veřejnost o RS povědomí, a především účinně informovat o této nemoci a životě lidí s diagnózou RS.

Projekt má i v roce 2016 tři dějství, do kterých se zapojí veřejnost, pacienti i odborníci. V rámci prvního dějství mohou lidé, spolky nebo organizace zasílat návrhy projektů pro lidi s RS. Porota vybere vítěze, jejichž návrhy projekt podpoří.

Ve druhé části organizátoři objedou v rámci motocyklového maratónu ČR. Společně s pacienty představí RS veřejnosti. Na různých místech se také uskuteční doprovodný program. Druhý ročník projektu vyvrcholí zářijovým Kongresem o RS. Podrobnosti o projektu jsou na webu www.prekonejsamsebe.cz.

Projekt Překonej sám sebe je prvním projektem v ČR, který dává onemocnění RS do souvislostí s individuální životní cestou. *„Vše má být v souladu. Tělo, duše, duchovno.“* I to říká dvašedesátiletý Jaroslav. Diagnózu RS si od lékařů vyslechl, když mu bylo 30 let. Několikrát zůstal nehybný na lůžku.

Postupně sám přišel na způsob, jak se ke svému onemocnění postavit. Rozvinul také systém cvičení pro pacienty s RS i další zájemce. Jeho cvičení zahrnuje nejen práci s tělem, ale také s myslí člověka.

>>

CÍLE PROJEKTU:

- Více zviditelnit problematiku roztroušené sklerózy.
- Poskytnout široké veřejnosti důležité informace o této nemoci a také o potřebě včasné léčby.
- Zaměřit se především na mladé a neléčené lidi anebo na lidi, kteří svou diagnózu nedávno zjistili.
- Kromě osvěty nashromáždit také finanční prostředky, které budou předány v závěru celého projektu na zářijovém Kongresu o RS.
- V roce 2016 podpořit různé spolky, organizace nebo jednotlivce, kteří zašlou svůj projekt na podporu lidí s RS.

TŘI DĚJSTVÍ:

POMOC – SOUTĚŽ

PROPAGACE – VÍKENDOVÝ MARATON

POROZUMĚNÍ – KONGRES

Tisková konference se koná 11. února 2016 v 11.00 v Brně na Staré radnici. Od 14. února 2016 do 30. dubna 2016 můžou lidé, spolky nebo organizace, zasílat na email info@prekonejsamsebe.cz návrhy projektů či požadavků na podporu, které by chtěli od Překonej podpořit/získat. Následně zasedne porota a vybere ty nejpotřebnější nebo nejzajímavější projekty, které budou **25. května 2016** zveřejněny na webu www.prekonejsamsebe.cz. Oficiální zahájení hlavní doprovodné části projektu – Víkendového maratonu – se uskuteční **25. května 2016 a to u příležitosti Světového dne roztroušené sklerózy**. Druhý ročník projektu Překonej sám sebe vyvrcholí **17. září 2016 2. Mezinárodním kongresem o RS**. Program Kongresu o RS bude, stejně jako v prvním ročníku, zahrnovat příspěvky o souvisejících tématech. Tyto příspěvky pacientům s RS i všem ostatním, přinesou další důležité informace a poznatky (od-

borné, doplňující, motivační apod.).

RS postihuje centrální nervový systém. Průběh nemoci je nepředvídatelný a individuální. Nejčastěji RS vzniká u **mladých lidí** mezi 20. až 40. rokem života. V České republice žije asi 19 000 lidí trpících roztroušenou sklerózou. Stále není známa její příčina, a proto dosud nebyl nalezen ani žádný lék.

V případě zájmu rádi sdělíme podrobnosti.

RNDr. Petr Beňovský, Ph.D.

info@prekonejsamsebe.cz

info@knowhowclub.eu

www.prekonejsamsebe.cz



Podporujeme pacienty s **roztroušenou sklerózou**



Pošlete i vy **svůj projekt**

... a získejte **sponzorský dar**

Pravidla pro přihlášení projektů jsou k dispozici na webových stránkách www.prekonejsamsebe.cz



KNOWHOW
Club

Pořadatel

Projekt se koná pod Záštitou
místopředsedy vlády Pavla Bělobrádka.

www.prekonejsamsebe.cz