



A L E N SDRUŽENÍ ŽEN PRAHA

*Každý život má svůj
Mys dobré naděje*



Plán činnosti sdružení ALEN na rok 2012

Členské schůzky - 1x měsíčně

- setkání členek, besedy s odborníky - lékaři, zdravotníky, také pracovníky ze sociální oblasti,
- jarní bazárek
- mikulášské setkání

Výbor sdružení - 1x měsíčně

Cvičení v bazénku v Nemocnici na Homolce s rehabilitační sestrou - každé pondělí

Cvičení v tělocvičně Tyršova domu s Terezkou - každý pátek

Plavání v bazénu v Tyršově domě s PaedDr. Irenou Čechovskou - každý pátek

Fyzická rehabilitace

- cvičení, plavání, lymfomasáže - Nemocnice na Homolce, Poliklinika Karlovo nám.

Výšlapy a výlety do přírody za zdravím a za poznáním - minimálně jednou měsíčně

Autobusové zájezdy - na jaře a na podzim

Návštěvy **divadel, koncertů, galerií, muzeí, výstav** a pod.

Rekondiční a rehabilitační pobyty pro zlepšení kvality života onkologických pacientek

- víkendové - Bystré na Vysočině, Jablonná nad Vltavou, Beskydy
- týdenní - Poděbrady, Mariánské Lázně
- desetidenní - Karlova Studánka
- podzimní překvapení

Všechno je ovšem závislé na finančních prostředcích, které na tyto pobyty získáme. A také na nás všech – na člencích, jak si budeme **vzájemně pomáhat**.

Jako každý rok i letos se aktivně účastníme akcí pořádaných partnerskými organizacemi

- **sněmy, konference, sympozia, semináře, veletrhy, jarmarky a další setkání**
- **koncerty, společenská setkání**
- **veletrh Pragomedica**
- **veletrh neziskovek Forum 2000**
- **Brněnské onkologické dny**
- **Český den proti rakovině**
- **Dokážeš to taky**
- **AVON proti rakovině prsu**
- **Dokážeš to taky**
- **Plaveme prsa**
- spolupráce s ostatními **pacientskými** organizacemi, s **Ligou proti rakovině**, s **Aliancí žen s rakovinou prsu**, s centrem **Amélie**, s **Gaudií proti rakovině**, s **Koalicí pro zdraví**, s **Domovem Sue Ryder**
- spolupráce s **Magistrátem hl. m. Phy, Městským úřadem Praha 2 a Praha 4**

Píšeme **projekty** (Magistrát hl. m. Prahy, Městský úřad Praha 4 a další), žádosti o **sponzorství** a spolupráci (Subterra).

Budeme pokračovat ve vydávání **Informačního zpravodaje**, který přináší členkám i našim příznivcům a veřejnosti aktuality z našeho klubového života, novinky ze zdravotnictví a sociální sféry i zajímavosti z kultury a všech oblastí, které dnešní moderní ženu mohou zajímat.

Privítáme každý dobrý nápad na zlepšení naší činnosti a na rozšíření spolupráce, která bude mít přínos pro onkologické pacientky.

Výbor sdružení ALEN

Valná hromada dne 14. února 2012