



*... Ne, nebojte se zimy. Ani chladu.  
Jen mrazu v lidských očích bez hoře.*

## **VÝROČNÍ ZPRÁVA 2009**



**Klub ŽAP – ženy s nádorovým onemocněním, o. s.  
Kladrubská 305, 199 00 Praha 9**

**Náš účet: 5111720003/4000 u LBBW Bank CZ  
[www.klubzap.cz](http://www.klubzap.cz) e-mail: [klub.zap@seznam.cz](mailto:klub.zap@seznam.cz)**

*Projdu tímto světem jen jednou.  
Proto ať každé dobro,  
které mohu vykonat,  
každou laskavost,  
kterou mohu prokázat člověku nebo zvířeti,  
vykonám teď.  
Ať ji neodkládám,  
ani nezanedbávám,  
nebot' touto cestou znovu nepůjdu.*

John Galsworthy

Vážené dámy a pánové, milí přátelé!



Dříve než nahlédnete do výčtu činnosti za uplynulý rok, ráda bych se vrátila několika slovy do samých začátků existence Klubu ŽAP. Byly jsme téměř o 20let mladší. Plné elánu, odhodlání a snahy pomoci těm, které se dostaly do podobné zdravotní situace jako my.

Nebylo kde opisovat a tak jsme procházely hledáním, zklamáním a radostí z malých úspěchů. Dnes se máme čím pochlubit. Pomohly jsme založit mnohé další NNO, činnost je dnes na aktivity velmi bohatá. Máme díky sponzorům přiměřené technické vybavení a díky nápadům nečekáme jenom na sponzorské dary. Jsem ráda, že jsem stála u zrodu a že snad i mojí zásluhou je dnes Klub ŽAP hodnocen jako jeden z nejaktivnějších.

Co je pro příští roky důležité? Abychom si zachovaly tu dobrou vlastnost – nezištně pomáhat těm, ke kterým nebyl život zrovna přívětivý a potkal je podobný osud jako byl náš. Uchovat si přátelství a vzájemnou pomoc ve chvílích, kdy ji potřebujeme. Snažit se jako dosud žít plnohodnotným životem a rozvíjet prevenci nejen mezi dospělou populací. Umět lásku rozdávat i přijímat.

Od roku 2010 otevíráme novou kancelář a proto budeme hledat další pomocné ruce a nové sponzory na úhradu nájemného.

Věřím, že se osvědčený způsob činnosti bude ještě více rozvíjet a přeji ze srdce všem, aby v Klubu ŽAP nacházely to, co hledají.

Dana Hybšová

*Slunce nad hlavou a pod nohama pevnou zem.*

## CHARAKTERISTIKA A ORGÁNY KLUBU ŽAP

### *ŽAP a jeho význam*

Klub ŽAP je neziskové svépomocné sdružení žen s rakovinou prsu. Jeho cílem je pomáhat postiženým ženám překonat složité před i pooperační období a poskytnout jim co nejvíce informací o nemoci a její léčbě. Podporovat zlepšení psychické i fyzické kondice, zvýšení sebevědomí a celkové zlepšení kvality života. V rámci prevence rakoviny prsu provádět instruktáže o samovyšetřování prsu pro veřejnost.

### *Výbor Klubu ŽAP:*

Dana Hybšová	předsedkyně
Miluše Dufková	místopředsedkyně
Eva Zelenková	pokladní
Jaroslava Petrová	koordinátora a edukátorka
Věra Urbanová	laická fyzioterapeutka
Libuše Pavelková	zapisovatelka, kultura
Nad'a Drastilová	členka

### *Revizní komise:*

Eva Slezáčková, Miluše Czeková, Jana Trojáková

**Kontakty:** Kladrubská 305, 199 00 Praha 9 - Letňany

mobil 605 700 360

telefon 284 687 825

## Události v roce 2009

Oproti předcházejícím rokům byl tento právě uplynulý co do množství akcí přímo nabitý. Během roku jsme se přesně podle plánu sešly na devíti členských schůzkách, kde průměrná účast byla 72 členky ŽAP. Kromě jedné schůzky jsme na každé vyslechly zajímavou přednášku, po které následovala beseda.

Každý čtvrtek jsme chodily plavat a cvičit do bazénu.



Každou druhou středu jsme cvičily pod dohledem zkušené cvičitelky.



Minimálně jednou měsíčně jsme si společně „vyšláply“ do přírody, navštívily muzeum, výstavu, koncert, divadlo apod.

Vždy třetí úterý v měsíci nás vítala naše milá ergoterapeutická kavárnička v Chabrech. V loňském roce jsme využily prostory i pro společné oslavy významných výročí členek s pohoštěním.



Ve stánku Aliance jsme na dubnové výstavě Pragomedica „sloužily“ pouze jeden den, protože se střídáme s dalšími organizacemi. Na výstavě NON Handicap byly členky Klubu ŽAP po celé tři dny ve společném stánku s Ing. Jiřím Kopsou, výrobcem přístrojů na tlakovou masáž LYMFOVEN, jenž pronájem stánku sponzoruje.

V květnu – druhou středu se každoročně koná tradiční - dnes už Český den proti rakovině. Pro nás byl velmi úspěšný. Se spolupracujícími partnery jsme prodaly 19.000 kytiček, za které jsme obdržely 436.136,- Kč.

Podílíme se na projektu firmy WOBENZYM „Pozor LYMFEDÉM“.

„Žiju stejně jako Ty“ – akce se tentokrát uskutečnila začátkem června na Pankrácké pláni, kde se prezentovaly jak neziskové organizace, tak různé zájmové kroužky zdravotně postižených občanů. Stánek Klubu ŽAP byl velkým středem zájmu.

Aliance žen s rakovinou prsu vyhlásila další ročník DOKÁŽEŠ TO TAKY. Protože v termínu jeho konání jsme byly na rekondičním pobytu v Malé Skále, splnily jsme kritéria vycházkou po Riegrově stezce.



Zúčastnily jsme se „děkovného“ koncertu Ligy proti rakovině; statečně jsme pochodovaly s AVONEM proti rakovině a podílely se na akci „c'est la vie“, pořádané o.s. Amelie pod záštitou MČ Praha 8.

Členky výboru opravdu prázdniny neměly. Pracovaly na žádostech o granty na rok 2010 a náročné přípravě cesty na Slovensko, kde jsme měly plánované setkání s partnerskou organizací – bratislavskými VENUŠEMI.

Během roku jsme v rámci různých aktivit pořádaly instruktáže samovyšetřování prsů. Byly určeny nejen pro dospělou populaci, ale i pro žáky 9. tříd základních škol a studenty škol středních.



Uspořádaly jsme čtyři vícedenní rekondiční pobyty, na kterých se vystříдалo 90 účastnic. Přátelského setkání s bratislavskými VENUŠEMI se zúčastnilo 30 ŽAPEk. Pro ty, které z různých důvodů nemohou absolvovat delší ozdravné pobyty, jsme ve Františkových Lázních zajistily Wellness víkend. Všech pořádaných vícedenních i kratších pobytů se během roku zúčastnilo celkem 146 osob.

V pořadí druhý seminář pro ženy po ablaci prsu a jejich rodinné příslušníky jsme pořádaly za výrazné dotace Fondu zaměstnanců T-Mobile. Zúčastnilo se ho 40 osob a měl opět velký úspěch.

Návštěvy solné jeskyně pro malý zájem skončily v pololetí. Pravidelně chodíme do divadel za sponzorovanou cenu vstupenek. Máme knihovničku s bohatým výběrem knih s tematikou našeho onemocnění, vedeme videotéku a kroniku. Vlastníme dva přístroje na tlakovou masáž, které bezplatně půjčujeme členkám na doléčení lymfedému. Paní Kornelie Fišerová začala pro členky ŽAP pracovat jako masérka (náhrada za paní Marii Slaninovou) začátkem září.

Závěr roku byl typický již známým charitativním prodejem v obchodním domě TESCO Skalka a prodejem ručně vyrobených dárkových předmětů ve stánku na Staroměstském náměstí a v hale MÚ Prahy 8 – na Vánočním jarmarku.



Trvale spolupracujeme s Ligou proti rakovině, Aliancí žen s rakovinou prsu, bratislavským Klubem VENUŠA, Koalicí pro zdraví a se sdruženími s obdobným zaměřením.

Dnem „D“ v uplynulém roce byl Vánoční koncert Ligy proti rakovině, na kterém jsme byly vyznamenány Cenou Ligy za rok 2009 za 1. místo v počtu prodaných kyticek, za největší celkový výtěžek během Českého dne proti rakovině a za dlouholetou spolupráci s Ligou.

Úplný závěr roku prezentovalo „Předvánoční setkání“ s bohatým kulturním pořadem, tombolou a občerstvením. Na tomto setkání se sešlo včetně pozvaných hostů a účinkujících celkem 128 osob.

## PŘEHLED HOSPODAŘENÍ za rok 2009

Příjmy k 31. 12. 2009	
Dotace Hl. města Prahy	120.000 Kč
Sponzorské dary	133 150 Kč
Ostatní	428 978 Kč
<b>Celkem</b>	<b>682 978 Kč</b>

Výdaje k 31. 12. 2009	
Rekondice, semináře, víkendy	520 891,63 Kč
Provozní náklady	55 213,18 Kč
Ostatní	239 878,-- Kč
<b>Celkem</b>	<b>815 982,81 Kč</b>

**Hospodářský výsledek = - 133 004.81 Kč**

## ROZPOČET na rok 2010

Příjmy v roce 2010	
Dotace	120.000 Kč
Sponzorské dary	150.000 Kč
Květinový den	100.000 Kč
Členské příspěvky	45.000 Kč
Charitativní sbírka	30.000 Kč
Spoluúčast – pobyty	250.000 Kč
Spoluúčast – plavání, vstupenky, tělocvična	30.000 Kč
Ostatní	10.000 Kč
<b>Celkem</b>	<b>735 000 Kč</b>

Výdaje v roce 2010	
Rekondiční pobyty, semináře, wellness	430.000 Kč
Nájem bazénu, tělocvičny ....	45.000 Kč
Nájem kanceláře	48.000 Kč
Společenské akce, prezentace	25.000 Kč
Provozní náklady	90.000 Kč
Režijní náklady	37.000 Kč
Ostatní	60.000 Kč
<b>Celkem</b>	<b>735.000 Kč</b>

**Rozpočet na rok 2010 je vyrovnaný**

**Ze slavnostního předávání ceny Ligy proti rakovině Klubu  
ŽAP na Vánočním koncertu v Karolinu**



11

**Ze setkání ŽAPek a VENUŠÍ  
Vysoké Tatry**



12

**ZPRÁVA REVIZNÍ KOMISE**  
za období od 1.1. do 31.12.2009

Podvojně účetnictví zpracovává pro Klub ŽAP externí účetní. Veškeré podklady pro ni shromažďuje, kontroluje a průběžně jí předává ke zpracování pokladní paní Eva Zelenková. Pro interní (okamžitou) potřebu a přehled vede i nadále peněžní deník. Tento deník členky revizní komise na své mimořádné schůzce dne 7. 1. 2010 prohlédly a neshledaly žádné závady.

Všechny výdaje byly vynakládány hospodárně v souladu se stanovami Klubu ŽAP.

Revizní komise v tomto volebním období pracovala ve složení: Eva Slezáčková  
Miluše Czeková  
Jana Trojáková

**V Praze dne 7. ledna 2010**

*Eva Slezáčková, v.r.*

.....  
**Eva Slezáčková**  
**předsedkyně RK**

**SPONZOŘI A DÁRCI v roce 2009:**

Hl. město Praha

Nadace VIA

TBG Metrostav, s.r.o.

Městská část Praha 18

Nadační fond LUDMILA Praha 3

Liga proti rakovině

AMEDIS, s.r.o. Praha 9

RNDr. Tomáš Holan

Ing. Marta Votavová

Ing. Martina Zelenková

MUDr. P. Melicharová

MUDr. J. Pradáčová

Jiřina Neprašová

Helena Kovanicová

Alena Hošková

Dana Hybšová

AVON Cosmetics

Hellada Praha

Hotel CROWNE PLAZA Praha

Divadlo na Vinohradech

Divadlo Na Fidlovačce

Divadlo U Hasičů

Městská divadla pražská

DOUWE EGBERTS

EMCO Praha

Sklárna A. Rückl Nižbor

Vinotéka „Doktor“ Nižbor

**Všem sponzorům a dárcům děkujeme**