

PaciMed

Výroční Zpráva

2022

A decorative graphic in the bottom right corner consists of several overlapping rounded rectangular shapes in yellow, orange, red, teal, and green. The background of the bottom half of the page features a pattern of diagonal grey and white stripes.

Obsah

- O nás
- Chcete vědět více?
- Hlavní činnosti 2022
- Prohlášení o činnosti
- Vize činností na rok 2023

PaciMed Praha - pobočný spolek VŠTJ Medicina Praha, z. s.

Na Moráni 360/3, 128 00 Praha 2
IČO: 05376858

Kontakt: info@pacimed.cz
Web: www.pacimed.cz
Fb: www.facebook.com/pacientskaorg



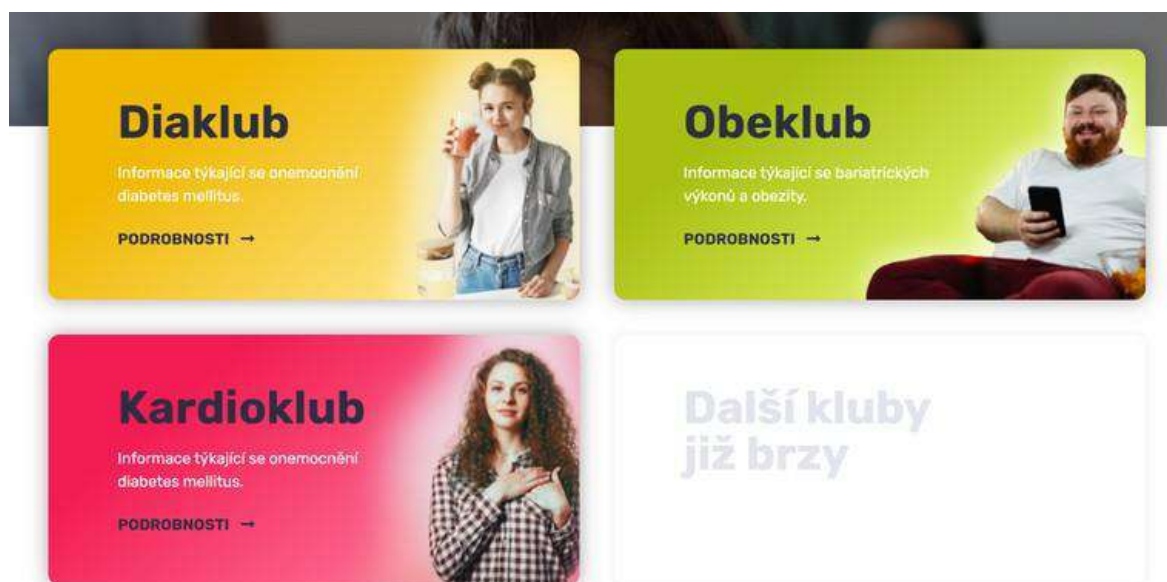
O nás

Jsme patientská nezisková organizace PaciMed Praha – pobočný spolek VŠTJ Medicina Praha, která vznikla v září 2016 ve spolupráci s VŠTJ Medicina Praha, z.s., a sídlíme v ulici Na Moráni 360/3, Praha 2. Činnost organizace byla po dlouhou dobu zredukována pouze na setkávání pacientů po bariatrické operaci. V říjnu roku 2020 se však vedení ujalo nové předsednictvo, které začalo aktivně organizovat edukační akce, které v době pandemie byly možné.

Naším cílem je sdružovat lidi potýkající se s civilizačními onemocněními. Největší zastoupení pacientů je s těmito onemocněními: Obézní, kardiaci, diabetici 1. i 2. typu, onkologičtí pacienti a hemofilici. PaciMed však není pouze pro samotné pacienty, ale také pro rodinné příslušníky a všechny, kteří se o tuto problematiku zajímají. Vytváříme prostor pro sdílení a vzájemné předávání osobních zkušeností s různými onemocněními a zároveň poskytujeme ověřené informace od odborníků a lékařů, kteří se danými nemocemi zabývají ve své praxi.

Našimi hlavními aktivitami je pořádání neziskových akcí, edukačních pobytů, workshopů a sportovních aktivit, které pozitivně ovlivňují současný, ale především budoucí zdravotní stav našich členů.

Členové PaciMedu se mohou přihlásit do 3 členských klubů. Každý z nich sdružuje osoby s jednou skupinou onemocnění. Aktuálně je aktivní ObeKlub pro lidi s nadváhou či obezitou, DiaKlub pro osoby s diabetem 1. i 2. typu a poslední skupinou je KardioKlub pro ty, které sužuje kardiovaskulární onemocnění. Do budoucna bychom rádi patientské kluby dále rozšiřovali.



PaciMed Praha - pobočný spolek VŠTJ Medicina Praha, z. s.

Na Moráni 360/3, 128 00 Praha 2
IČO: 05376858

Kontakt: info@pacimed.cz
Web: www.pacimed.cz
Fb: www.facebook.com/pacientskaorg



Novinky v roce 2022

Rozšířili jsme tým spolupracovníků

Vedení pacientské organizace se věnuje tříčlenný výbor, který řídí předseda. V roce 2022 se nám podařilo rozšiřovat tým o spolupracovníky jako jsou např. instruktorky pohybu, nebo nutriční terapeutky.

Webové stránky

V posledním roce se nám podařilo udělat několik změn k lepšímu také na našich webových stránkách. Naleznete zde vždy aktuální informace o pořádaných akcích, ale také fotky z akcí proběhlých a další zajímavé aktuality.

Členské výhody

Během roku 2022 naši členové mohli využívat členské výhody jako např. dostupné záznamy z proběhlých edukací a akcí, tričko PaciMedu a pravidelný newsletter, nebo slevu na nákup odborné literatury z nakladatelství NOL.

Chcete vědět více?

Více o naší neziskové organizaci se můžete dozvědět na našich webových stránkách www.pacimed.cz, kde jsou k nalezení nejen informace o proběhlých a budoucích akcích, ale také videa z edukací, fotky z akcí a mnoho dalšího.

Aktivní jsme také na sociálních sítích Facebook a Instagram, kde pacienti mohou v přidružených skupinách diskutovat a sdílet své zkušenosti.

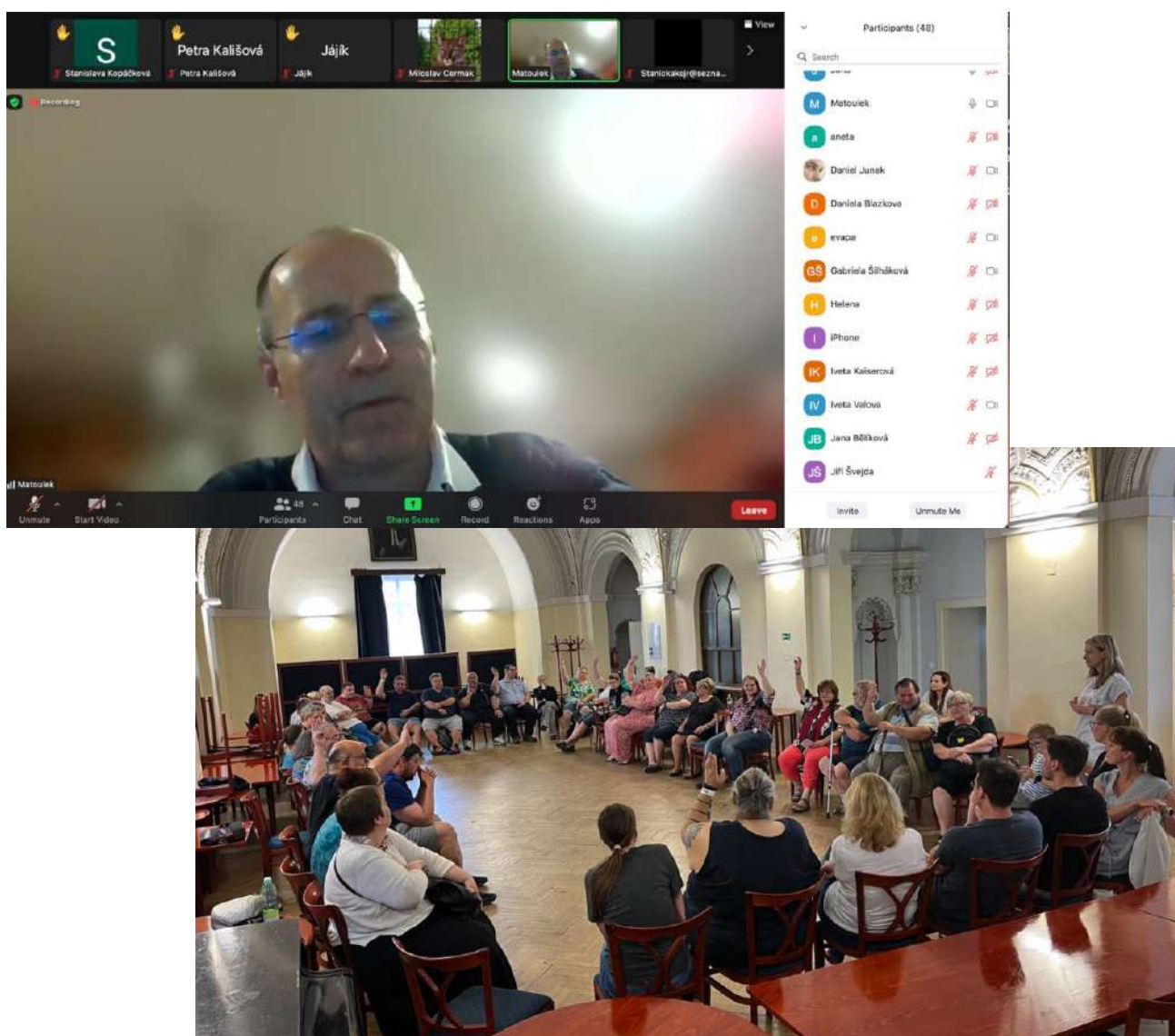


Hlavní činnosti 2022

BariKlub

BariKlub je tradiční akcí. Koná se vždy každý první čtvrtek v měsíci (kromě prázdninových měsíců). Jedná se o pravidelné setkání nejen pacientů, kteří přemýšlejí o bariatrické operaci, ale také pro ty, kteří mají operaci již za sebou. Cílem setkávání je získání informací o jednotlivých bariatrických operacích, které mohou pomoci v rozhodování, zda operaci podstoupit, či nikoliv. Zároveň je zde možnost sdílet své zkušenosti s předoperační přípravou a dobou po operaci.

Díky ukončení pandemické situace COVID-19 bylo možné, až na výjimky, začít BariKlub realizovat opět v Charvátově sále ve VFN Praha. Tři setkání se ještě realizovala online formou, pomocí aplikace ZOOM Meeting.



PaciMed Praha - pobočný spolek VŠTJ Medicina, z. s.

Na Moráni 360/3, 128 00 Praha 2
IČO: 05376858

Kontakt: info@pacimed.cz
Web: www.pacimed.cz
Fb: www.facebook.com/pacientskaorg



Hlavní činnosti 2022

Edukace online 2022

V roce 2022 se PaciMedu podařilo uskutečnit 30 online edukací. Do letních prázdnin se přednášky konaly jednou měsíčně. Zabývali jsme se tématy Pomůcky v monitoringu pohybu, Telemedicína v praxi, Duševní hygiena, Syndrom spánkové apnoe a Jak přežít prázdniny s cukrovkou. Nicméně v měsících září/říjen/listopad jsme uspořádali akci Podzim edukací, kde jsme frekvenci edukací nastavili na každý týden.

Na jaře byl každý měsíc speciálně zaměřen na jeden z našich klubů. Od září jsme se věnovali tématům z oblasti kardiologie přednáškami Hypertenze a Moderní kardiologie. Říjen si přišli na své pacienti s diabetem a OBE. V měsíci listopad jsme rozšířili edukace pro onkologické pacienty s tématem Pohyb a onkologická onemocnění, pro diabetiky byla přichystána edukace Vlákna – kolik, proč a kde ji vezmu? Prosinec jsme završili edukacemi jako např. Tuky ve stravě, Sůl ve stravě, Změna jídelných zvyklostí – jak na to? A úplně poslední edukace v roce byla na téma Po Vánocích začnu.

Všechny edukace byly dostupné bezplatně. K živému vysílání jsme využili aplikaci Zoom Meeting. Edukace však nebyly pouze jednostrannou záležitostí, ale všichni účastníci se mohli v rámci přednášení doptávat na rady odborníků z daných oborů. Členové PaciMedu pak mohli využít jednu z členských výhod, a to shlédnutí záznamu edukace na našich webových stránkách. Děkujeme všem odborníkům, kteří si edukace připravili a byli ochotní předat své znalosti a zkušenosti i veřejnosti.

Přednášející, kteří se na edukacích podíleli:

Prof. MUDr. Martin Matoulek, Ph.D

Mgr. Judita Konečná

Mgr. Vendula Navrátilová

Mgr. Iveta Kaiserová

Mgr. Alžběta Staňová

Bc. Jana Poláchová

Mgr. Klára Lahodová

Mgr. Lucie Burdová

Mgr. Nelly Kalinová

Bc. Nikola Křesáková



Hlavní činnosti 2022

Procházkové výzvy

V roce 2022 jsme opět pokračovali v oblíbených Procházkových výzvách, které jsme v průběhu roku přejmenovali na výstižnější název, a to Nordic walking výzvy. Hned v lednu jsme absolvovali výlet na Vyšehrad. V únoru jsme využili parku Stromovka. Protože tato výzva měla veliký úspěch, v březnu jsme ji zopakovali. Dále jsme zrealizovali



výzvy okolo Řičky Rokytky, Park inspirace, Mostecké jezero a další. Procházky byly vždy v rozmezí od 3 - 6 km. Po splnění jsme si pak dopřáli zasloužený oběd, kde účastníci mohli diskutovat o vývoji svých onemocnění. Během roku 2022 se uskutečnilo celkem 8 procházkových výzev.



PaciMed Praha - pobočný spolek VŠTJ Medicina, z. s.

Na Moráni 360/3, 128 00 Praha 2
IČO: 05376858

Kontakt: info@pacimed.cz
Web: www.pacimed.cz
Fb: www.facebook.com/pacientskaorg



Hlavní činnosti 2022

Akce S Pivrcem po stopách Josefa Švejka 2

Akce S Pivrcem po stopách Josefa Švejka se uskutečnila v termínu od 7. - 9.10. 2022. Jednalo se o druhý ročník této akce.

Cílem bylo klidné setkání s možností si popovídat o každodenních trablích spojených s těmito onemocněními. Během výletů jsme si trénovali nordic walking a večery jsme trávili přednáškami s odborníky.

Naplánováno bylo mnoho sportovních aktivit, počínaje ranními rozcvičkami a konče turnajem v ping-pongu. Vzhledem ke krásnému počasí se účastníci vydali na sběr hub do přilehlých lesů. Podle zdatnosti jednotlivých účastníků byly trasy rozděleny na 3 obtížnosti. Na každé trase byl vždy k dispozici některý z organizátorů, nebo lékařů.

O úspěšnosti akce a spokojenosti všech zúčastněných svědčí usměvavé tváře na fotkách. Touto akcí se nám podařilo nejen přichystat edukační víkend, ale také vytvořit skvělou partu lidí, kteří jsou motivováni v boji se svými onemocněními.



PaciMed Praha - pobočný spolek VŠTJ Medicina, z. s.

Na Moráni 360/3, 128 00 Praha 2
IČO: 05376858

Kontakt: info@pacimed.cz
Web: www.pacimed.cz
Fb: www.facebook.com/pacientskaorg



Hlavní činnosti 2022

Výstup na horu Říp

Stejně tak, jako každý rok, i v roce 2022 jsou pro naše pacienty uspořádali výstup na horu Říp. Část účastníků přijela z námi pořádaného relaxačně edukačního pobytu v Srbech, kam se pak i následně vracela. Společně s ostatními jsme se setkali na parkovišti a s doprovodem Pivrnce a herce Martina Zounara jsme se vydali na společný výstup. Každý z účastníků si mohl vybrat ze 2 cest. Strmější a přímá cesta, která je podstatně náročnější než cesta po vrstevnicích. Ta je však delší. S většinou účastníků jsme se sešli u románské Rotundy sv. Jiří a sv. Vojtěcha, kde jsme se společně posilili tatrunkami a horalkami po náročném výstupu.



PaciMed Praha - pobočný spolek VŠTJ Medicina, z. s.

Na Moráni 360/3, 128 00 Praha 2
IČO: 05376858

Kontakt: info@pacimed.cz
Web: www.pacimed.cz
Fb: www.facebook.com/pacientskaorg



Hlavní činnosti 2022

Edukačně rekondiční pobyty

Od roku 2022 jsme převzali organizaci edukačně rekondičních pobytů v hotelu Astra v Srbech (Tuchlovice u Kladna). Tyto pobyty se pořádají 5x do roka. Dva pobyty jsou na jaře a dva na podzim. Vždy jsou rozdělené pro skupiny pacientů podle zaměření. Jeden pobyt je pro pacienty OBE, DM2 a Kardio a druhý pobyt je pro DM1 a hemofiliky, nebo onkologické pacienty. Poslední pobyt se pořádá v zimě a je určen pro pacienty obezní, kteří chtějí zahájit redukční režim a dozvědět se více o moderních metodách léčby obezity. Pobyt je vždy plánovaný od čtvrtka do neděle.



Během pobytu je naplánovaný velmi pestrý program. Který je zastoupen širokou škálou sportovních aktivit od rozcvičky, přes bazén, jógu, kruhový výcvik, po nordic walking. Během dne i večera je prezentováno odborníky a lékaři mnoho workshopů a edukací, které jsou cíleně zaměřené na danou skupinu pacientů. Každého pobytu se účastní až 60 pacientů o které se stará odborný personál, zastoupený lékaři, nutričními terapeuty, psychology, instruktory pohybu atd.



PaciMed Praha - pobočný spolek VŠTJ Medicina, z. s.

Na Moráni 360/3, 128 00 Praha 2
IČO: 05376858

Kontakt: info@pacimed.cz
Web: www.pacimed.cz
Fb: www.facebook.com/pacientskaorg



Další činnosti 2022

Spolupráce s VŠTJ Medicina Praha

V rámci spolupráce s VŠTJ Medicina Praha naší mateřskou organizací jsme se také účastnili akcí jako soutěže O krále Českého středohoří nebo Křížové cesty Petra Urbana.

Novoroční setkání

Na konci roku 2022 jsme také uspořádali online Novoroční předsevzetí předsednictva PaciMedu, kde jsme zhodnotili uplynulý rok, ale také jsme nastínili program na další rok.



Prohlášení o činnosti spolku PaciMed Praha – pobočný spolek VŠTJ Medicina Praha, z.s. za rok 2022

Prohlašuji, že během roku 2022 spolek PaciMed Praha - pobočný spolek VŠTJ Medicina Praha, z.s. (IČ:05376858) se sídlem Na Moráni 360/3, Praha 2, 128 00 měl pouze příjmy, které nejsou předmětem daně a příjmy od daně osvobozené.

Miloslav Čermák
předseda
info@pacimed.cz

PaciMed Praha - pobočný spolek VŠTJ Medicina, z. s.

Na Moráni 360/3, 128 00 Praha 2
IČO: 05376858

Kontakt: info@pacimed.cz
Web: www.pacimed.cz
Fb: www.facebook.com/pacientskaorg



Vize činnosti na rok 2023

Svou vizi na rok 2023 výbor PaciMedu představil již na předsilvestrovském setkání. Mezi plánované činnosti patří nejen ty tradiční, ale máme i několik novinek:

Zvětšování patientské základny - V roce 2023 bychom chtěli minimálně zdvojnásobit počet aktivních členů PaciMedu.

Edukace - Edukace na zajímavá témata z oblastí obezitologie, diabetologie a kardiologie přednášené odborníky na dané obory. Edukace proběhne v průměru 3x za měsíc.

Nordic walking výzvy - Pohyb je nejlepší lék, proto i součástí našeho programu budou plánované procházkové výzvy s trasami na 3 - 6 km. Na každý měsíc je přichystaná jiná trasa.

Bari Klub - Tradice se nesmí porušovat, proto budeme pokračovat v organizaci setkání pacientů před a po bariatrických operacích.

Rodinný vícedenní výlet - S Pivrcem po stopách Josefa Švejka nebo Křížová cesta Petra Urbana - cílem této akce je setkání celých rodin pacientů s potížemi v oblasti diabetu, kardiovaskulárního onemocnění a obezity.

Nové patientské kluby - Během roku 2023 chystáme otevření nového klubu OnkoKlub a HemofilikKlub pro všechny pacienty, kteří mají zkušenost s onkologickým onemocněním, nebo hemofilii.

DiaKluby - Do repertoáru pravidelných akcí bychom chtěli v novém roce také zařadit setkávání se pacientů s diabetem.

