



II. ROČNÍK
SO SKLERÓZOU MULTIPLEX
NA BICYKLI
16. - 21. 5. 2016



II. ROČNÍK
SO SKLERÓZOU MULTIPLEX
NA BICYKLI
16. - 21. 5. 2016

SME NADOPOVANÍ...



OPTIMIZMOM :)

Od Tatier k Dunaju 2,
na bicykli
aj napriek skleróze multiplex



SME NADOPOVANÍ...



OPTIMIZMOM :)



PETER SAGAN

pozdravuje všetkých SM cyklistov
a pozýva na podujatie

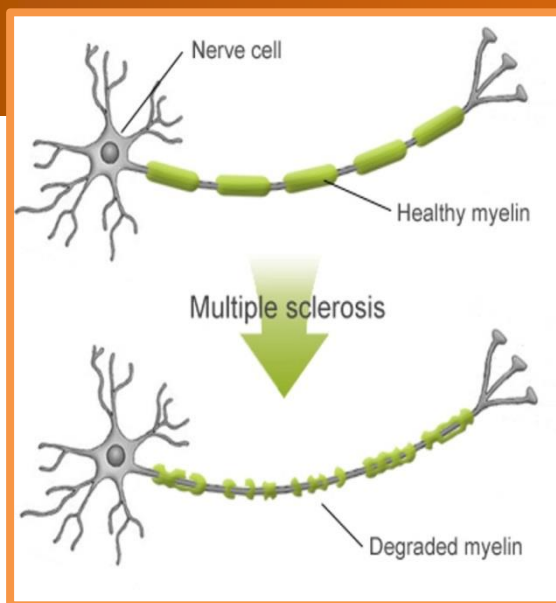
O TATIER K DUNAJU NA BICYKLI AJ NAPRIEK SKLEROZE MULTIPLEX



Viem, že mi veľa ľudí fandi.
Ale viete, ktorým cyklistom fandím ja?
Například Majke Minichovej, Rastovi Tomanovi,
Zuzke Tirolovej či Jarke Valčekovej.
Fandím im preto, lebo sú nadopovaní optimizmom.
Potrebujú ho, pretože sú nevyliciteľne chorí.
A napriek skleroze multiplex, ktorou trpia,
zvládnu aj v roku 2016 na bicykloch trasu
od Tatier k Dunaju.
Príďte ich povzbudiť,
nech svoj optimizmus ani na sekundu nestrácajú.

ČO JE SKLERÓZA MULTIPLEX?

- je najčastejším ochorením centrálného nervového systému
- (SM) je chronické neurologické auto imunitné ochorenie
- zatiaľ neexistuje liek na vyliečenie preto je ochorenie je celoživotné
- na Slovensku je postihnutých SM okolo 10 000 osôb



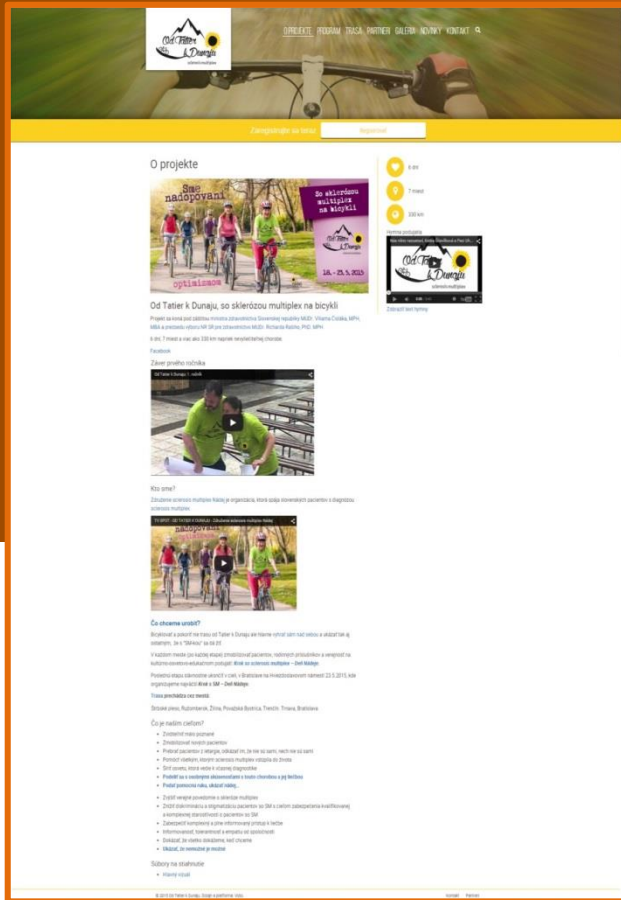
PREJAVY SKLERÓZY MULTIPLEX:

- zápal očného nervu, náhla strata zraku, farebného videnia
- poruchy citlivosti, trpnutie, mravčenie v končatinách
- motorické prejavy, náhle ochrnutie končatín, „opilecká chôdza“, poruchy reči, pamäte, sluchu
- poruchy močenia
- depresívne symptómy – trúchivosť, nedostatok záujmu, euforické nálady, neprimeraná veselosť, smiech
- poruchy zmyslového vnímania, spastické ochrnutia, svalstva...

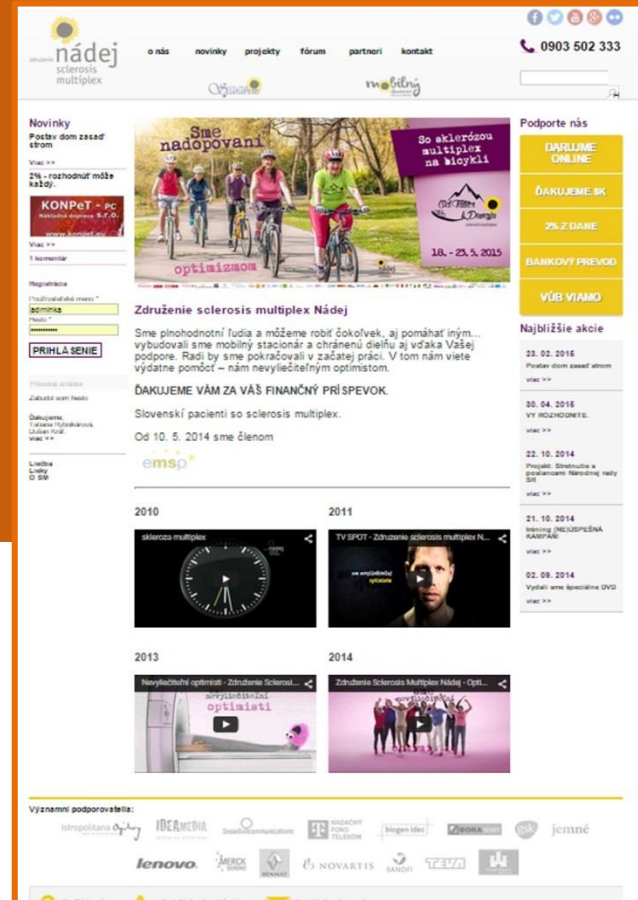
PRIEBEH SKLERÓZY MULTIPLEX:

- približne 50 % pacientov žije s chorobou 30 rokov a dlhšie
- približne 30% pacientov vykazuje dobrý priebeh ochorenia
- 10-20 % pacientov od začiatku smeruje k progresii
- približne 3-5 % sú ťažké priebehy, ktoré sa počas prvých 5 rokov od začiatku ochorenia končia smrteľne

Združenie Sclerosis Multiplex Nádej, ktoré podporuje slovenských pacientov s diagnózou skleróza multiplex



<http://tatrydunaj.sk/>



<http://www.nadej.net/>

ČO IDEME DOKÁZAŤ?

- Odbicyklovať symbolických **400 km*** od Tatier k Dunaju
- Informovať verejnosť a nediagnostikovaných pacientov o ochorení SM
- Pri príležitosti Svetového dňa sclerosis multiplex vytvoriť rekord v počte zúčastnených pacientov na HAPPY tanci
- V mestách pozdĺž trasy tancovať HAPPY tanec v rámci podujatia:
Krok s SM – Deň Nádeje

*Elektrické signály v nervovej sústave sa šíria približne rýchlosťou **400 km/h**. Pri ochorení SM nervové vlákno stráca schopnosť rýchleho prenosu impulzov a rýchlosť klesá asi na 4 kilometre za hodinu.

AKÉ CIELE SLEDUJEME ?

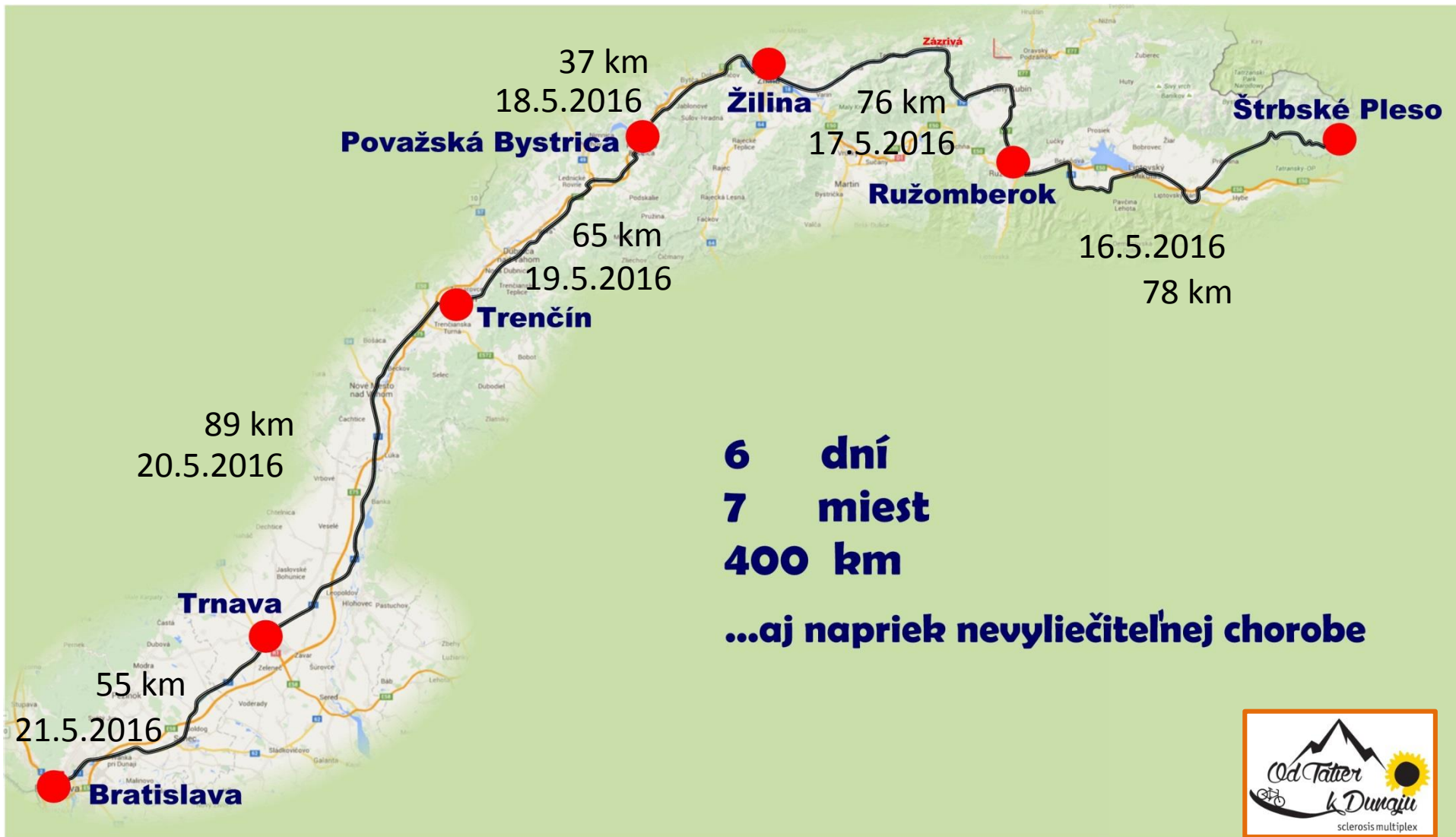
- Informovanosť o najkvalitnejšej a najmodernejšej liečbe
- Osvetou poukázať na nevyliciteľné ochorenie a benefity včasnej diagnostiky a nasadenej liečby
- Podat' pomocnú ruku, ukázať nádej...



Špeciál etapa: Košice- Európske mesto športu 2016



Jednotlivé etapy



SVETOVÝ DEŇ SKLERÓZY MULTIPLEX

Krok s SM - Deň Nádeje

- Pribicyklovanie – privítanie – hymna a otvorenie programu
- Počas celej akcie skúšanie SM obleku miestnym zástupcom mesta
- Rozhovor s účastníkmi cyklo-túry, účastníkmi eventu a pacientami
- Rozhovor so zástupcom mesta
- JUDO pomáha SM-károm – vystúpenie a spoločný tanec
- HAPPY SM tanec – podme vykonať rekord!
- Počas celej akcie konzultácie s neurológom, urológom alebo fyzioterapeutom a vzájomné informačné komunikácie



K DISPOZÍCII NA VYSKÚŠANIE :

Špeciálny oblek dokonale imitujúci ochorenie SM - oblek si môžu skúšať tí, ktorí majú záujem dozvedieť sa o SM viac a pochopiť pacientov

Minister zdravotníctva SR Viliam Čisľák na bicykli so špeciálnym oblekom, ktorý imituje symptomatické príznaky sclerosis multiplex



S P O L U P R Á Č A S o z I N K O F O R U M

- V každom meste bude aj informačný stánok oz INKOFORUM
- Pacienti a verejnosť budú môcť konzultovať s lekárom – urológom
- Budú poskytnuté informácie o príznakoch, diagnostike a liečbe inkontinencie

Projekt podporujú:



GENERÁLNÍ PARTNERI

SANOFI GENZYME 

 **Biogen**™



Hlavný partner



Partner



Sponzor etapy



PODPOROVATELIA



PRISPIEVATELIA



SPOLUORGANIZÁTORI



MOŽNOSTI SPOLUPRÁCE:

- Osobne – bicyklovať spolu s nami
- Sponzoring finančný či materiálny
- Možnosť prevziať záštitu jednej etapy
- Zdieľaním informácií o projekte na soc. sieťach, weboch, ...

A títo nám tiež idú pomáhať:



- **Mgr. Peter Zánický**
- Tréner Petra Sagana
- Tréner pacientov SM



- **Katarína ŠČEVLÍKOVÁ**
- Speváčka – spoluatorka hymny
- Cyklista eventu



- **Ján ČIAK**
- Fyzioterapeut a masér
- Cyklista eventu



- **Katarína TEKEL'OVÁ**
- Moderátorka Spravodajstva
- MARKÍZA - SLOVAKIA, spol. s r.o.



- **Ivan Vojtek TULI**
- Maskot. Tvár
- Cyklista eventu



- **Tomáš BEZDEDA**
- Slovenský spevák
- finalista prvej série Slovensko hľadá Superstar, v ktorej skončil na 3. mieste
- Cyklista eventu

ČO PONÚKAME?

- Umiestnenie loga na všetkých propagačných materiáloch
- Osobne sa prezentovať na podujatiach ako partner/sponzor
- Všetko, na čom sa spoločne dohodneme



FOTO 1. ROČNÍK



FOTO TLAČOVKA 5.5.2015 MINISTERSTVO ZDRAVOTNÍCTVA



FOTO ŠTART 18.5.2015 ŠTRBSKÉ PLESO



FOTO TRASA



FOTO PODUJATIA V MESTÁCH



[fotogaléria na webe TatryDunaj.sk](http://fotogaléria.na.webe.TatryDunaj.sk)

MEDIÁLNE VÝSTUPY 2015 výber:

Facebook screenshot: **Cyklisti so sklerózou multiplex prejdú od Tatier k Dunaju**
18.05.2015 12:59:20 | Zdroj: TASR

Zo Štrbského Pleša odštartovali cyklisti viac ako 330 kilometrov dlhú trasu, aby podporili ľudí chorých na sklerózu multiplex. Akciou od Tatier k Dunaju chcu organizatori poukazať na to, že aj s touto chorobou sa dá žiť a prekonávať výzvy.

Video thumbnail: **JAROSLAVA VALČEKOVÁ**
PACIENTKA SO SKLERÓZOU MULTIPLEX
TAS STÁLA V PRVOM ŠTVEŤROKU O 2,5 % MENEJ, AKO SA ČAKALO.

YouTube screenshot: **Od Tatier k Dunaju na bicykli napriek skleróze multiplex**

Jaroslava Valčeková
predsedníčka OZ Nádej

243 zhladinutí

Zverejnené: 20. 5. 2015
Od Tatier k Dunaju je naprieč sklerózou multiplex na bicykli je motom akcia. Ktorú pripravuje občianske združenie skleróza multiplex Nádej. Cyklisti vyštartovali 18. mája zo Štrbského Pleša a pokračujú etapou cez trasu Rukobanec, Dobý juho, Zúnavá, Trstovec na stezi na Hinkovom námestí v Žiline.

Pluska screenshot: **Cyklisti so sklerózou multiplex prešli z Tatier až do Bratislavy**
23. máj 2015, 13:00

Netradičné podujatie s názvom Od Tatier k Dunaju sa podarilo vytvoriť na podporu liečby závažného ochorenia sklerózy multiplex. Až 330 kilometrov za niekoľko dní odbytkovali ľudia, ktorí sú postihnutí na toto ochorenie a ich rodiny, aby upozornili na vážnosť problému.

TO NAJ 4H 24H TÝŽDEŇ

Bratislavský **Noviny.sk** Počasie v Bratislave
Stav dnes o 08:30 17°C
Predpoveď na 3 dni

Prihlásenie
Zabudnuté heslo
Zaregistrujte sa

Správy MetSK Kam v Bratislave Bazar Praktické informácie Fórum O nás

Rýchle odkazy: • Reštaurácie • Straty a nálezy • Miestne dane • Objednávka inzercie

Cyklisti so sklerózou multiplex dorazili do Bratislavy

(23.5.2015, 17:38)



Na Bratislavské Hviezdoslavovo námestie dnes poobede dorazili cyklisti, ktorí prešli zo Štrbského Pleša za šesť dní sedem slovenských miest a trasu dlhú viac ako 330 kilometrov. Cieľom akcie s názvom Od Tatier k Dunaju bolo podporiť chorých ľudí na sklerózu multiplex a upozorniť na toto autoimunitné ochorenie nervovej sústavy i potrebu jeho liečby.

Počas šiestich etáp sa do akcie na bicykloch zapojilo viac ako 100 ľudí chorých na sklerózu multiplex, ich rodinní príslušníci i ďalší podporovatelia. Všetky etapy odbytkovali piati pacienti, speváčka Katka Ščevíková a ďalší.

"Na jednotlivých etapách sa zúčastnil aj herec Ivan Tuli Voľtek, minister zdravotníctva Viliam Čisák, predseda zdravotníckeho výboru Národnej rady SR Richard Rasi či primátor mesta Trnavy Peter Bročka, približila pre TASR predsedníčka Zdrúženia Sclerósis multiplex Nádej Jaroslava Valčeková,



Pacienti so sklerózou sa nevzdávajú, s chorobou bojujú na sedle bicykla

09.05.2015 08:25:29 | Zdroj: TASR | Foto: SITA

Na Slovensku má sklerózu multiplex asi 8-tisíc ľudí. Choroba najčastejšie postihuje ľudí vo veku od 20 do 40 rokov. Pacientov s touto diagnózou bola nohy, tuhé im svalstvo, majú problém s rečou a pamäťou. Aj keď ide o nevyliciteľnú chorobu, ľudia s touto diagnózou každodenne bojujú.

Video thumbnail: **PROTI SKLERÓZE NA BICYKLI**

SPRÁVY

TAS STÁLE NEVRÁTILA DO NORMÁLU. • V PAKISTANE SA ZRÚTIL VR

rtv.org screenshot: **Správy RTVS z regiónov**
Utorok 10.02.2015 17:30

Flash: **Od Tatier k Dunaju**

Jaroslava Valčeková
PREDSEDNIČKA ZDRUŽENIA NÁDEJ A PACIENTKA

SPRÁVY Z RÉGIÓNOV

Monitoring, viac ako 50 výstupov na požiadanie

POČAS CELÉHO PROJEKTU:

- Sa priemerne zúčastnilo každej etapy 30 cyklistov, najviac účastníkov sa zúčastnilo na etape Ružomberok – Žilina: asi 70 cyklistov
- Sa vypilo viac ako 1 000 litrov minerálnej vody
- Sa zjedlo počas bicyklovania: 12,5 kg sušených hrozienok, 4 kg lieskových orieškov, 4 kg mandlí
- Sa prepotilo a rozdalo viac ako 700 ks tričiek
- Sa nafotilo viac ako 1 200 záberov
- Sa nakrútilo viac ako 10 hodín video materiálu
- Sa zišlo na námestiach viac ako 10 000 ľudí
- Sa o projekte vedelo vo viac ako 30 dedinách
- Sa do projektu zapojilo 6 primátorov a 2 starostovia

Najväčšie potešenie v živote je robiť veci,
o ktorých ľudia hovoria, že ich robiť nemôžete.





ĎAKUJEME

Kontakt: JAROSLAVA VALČEKOVÁ

ZDRUŽENIE SCLEROSIS MULTIPLEX NÁDEJ

Nad Lúčkami 51, 841 05 Bratislava

+421 2 903 502 333, nadej@nadej.net

www.nadej.net, TatryDunaj.sk