

Zborník

1990
2025

5
rokov



LIGA PROTI
REUMATIZMU
NA SLOVENSKU

®

Obsah

Úvodník	3
Príhovor	5
35 rokov LPre SR	6
Miestne pobočky a špecializované kluby	6
Hlavné projekty a aktivity	7
Spolupráca s partnermi	10
Spolupráca s Be greedy for change	10
Význam a dopad	10
Doba kovidová	11
Miestne pobočky	12
Banská Bystrica	14
Bardejov	16
Bratislava	18
Čadca	20
Košice	22
Levice	24
Lučenec	26
Martin	28
Púchov	30
Poprad	32
Senica	34
Topoľčany	36
Trenčín	38
Klub Kľbik	40
Klub Motýlik	42
Klub Bachterečikov	44
Klub Psoriatickej Artritídy	46
Klub Čiernych kostí	48
Stručný prehľad udalostí od vzniku 1990 – 2025	50

Úvodník

Milé členky a členovia, vážení priatelia,
Liga proti reumatizmu na Slovensku si od októbra pripomína 35 rokov svojej existencie – 35 rokov odvahy, vytrvalosti, spolupatričnosti a odhodlania pomáhať ľuďom, ktorým reumatické ochorenia zmenili život. Naša organizácia vznikla z potreby, aby bol počuť aj hlas pacientov a ich rodín, vytvoriť priestor na vzájomnú pomoc a komunikáciu, a predovšetkým prispieť k tomu, aby ľudia s reumatickými diagnózami mohli žiť plnohodnotný život.

Ciele Ligy proti reumatizmu na Slovensku zostávajú konzistentné a dlhodobu aktuálne. Bojujeme za práva pacientov, podporujeme ich v každodennom živote, poskytujeme overené informácie, šírimosvetu a vytvárame bezpečný priestor na zdieľanie skúseností. Spájame odborníkov, pacientov a ich blízkych – pretože veríme, že len spoločným úsilím môžeme dosiahnuť zmenu.

Obdobie rokov **2020 – 2025** bolo poznačené výzvami, ale aj výrazným rastom našej organizácie. Pandémia COVID-19 preverila naše schopnosti reagovať flexibilne a súcitne. V čase izolácie sme ponúkali psychologickú aj praktickú pomoc, presunuli mnohé aktivity do online priestoru a udržiavali kontakt so stovkami členov po celom Slovensku. Aj v krízových chvíľach sme stáli pri sebe – a to je jedna z najväčších síl Ligy.

V uplynulých piatich rokoch sa nám podarilo:

- **Zintenzívniť spoluprácu s lekármi a odborníkmi** – pripravili sme desiatky edukatívnych webinárov, videí a publikácií, ktoré pomohli pacientom lepšie pochopiť svoje ochorenie a možnosti liečby.
- **Rozšíriť členskú základňu a aktivitu miestnych pobočiek a klubov**, ktoré sa stali piliermi komunitného života. Organizovali sme rekondičné pobyty, kultúrne akcie, besedy, pohybové aktivity a stretnutia s odborníkmi.

- **Zvýšiť povedomie verejnosti o reumatických ochoreniach** – prostredníctvom mediálnych kampaní, výskumu, sociálnych sietí aj podujatí pri príležitosti Svetového dňa reumatizmu.
- **Zapojiť sa do medzinárodných projektov a partnerstiev** – aktívne sme spolupracovali s EULAR, PARE a podporili sme iniciatívu Európskeho manifestu EULAR 2024 – 2029, čím sme preniesli dôležité trendy a poznatky do slovenského prostredia.
- **Posilniť hlas pacientov v oblasti zdravotníckej legislatívy a prístupu k liečbe** – vďaka spolupráci s AOPP, odbornými spoločnosťami a štátnymi inštitúciami sme prispeli k zlepšeniu podmienok pre reumatických pacientov.

Za týmito všetkým stojí **obrovské množstvo odbornej aj dobrovoľníckej práce**, odhodlania a ochoty pomáhať. Každá miestna pobočka/klub, každý aktívny člen, odborný garant či podporovateľ je dôležitou súčasťou tejto cesty. Spoločne dokazujeme, že Liga proti reumatizmu nie je len organizácia – je to živá komunita, ktorá vie, čo znamená opora, pochopenie a spolupatričnosť.

LPre SR mala na začiatku roka 2025 spolu **1511 členov**.

Vstupujeme do ďalšieho obdobia s novými výzvami, ale aj s veľkou nádejou. Pokračujeme v našom poslaní, rozvíjame nové projekty a hľadáme cesty, ako byť pacientom ešte bližšie. Veríme, že aj v nasledujúcich rokoch zostane LPre SR miestom, kde sa človek necíti sám – ani s reumou.

S úctou a vďakou,
PhDr. Jana Dobšovičová Černáková
predsedníčka LPre SR





Publikácia vyšla vďaka podpore z výnosu podielu
asignovanej dane (2%) v prospech LPre SR.

Príhovor

Slovo prezidentky SReS k 35. výročiu Ligy proti reumatizmu na Slovensku

*Vážené kolegyně, vážení kolegovia, milí pacienti,
milí priatelia z Ligy proti reumatizmu na Slovensku,*

dovoľte mi, aby som v mene Slovenskej reumatologickej spoločnosti vyjadrila najhlbšiu vďaku a uznanie za neoceniteľnú prácu, ktorú Liga proti reumatizmu vykonáva. Naša spoločná cesta, založená na hlbokom presvedčení, že pacienti sú vždy na prvom mieste, je vzorom toho, čo dokáže synergia odbornej lekárskej spoločnosti a patientskych organizácií.

Spolupráca medzi Slovenskou reumatologickou spoločnosťou a Ligou proti reumatizmu je dlhodobá, veľmi dobrá a založená na vzájomnom rešpekte. Nie je to len formálne partnerstvo; je to živý organizmus, ktorý rastie a spevňuje sa spoločnými víziami a aktivitami. Spoločne sa nám darí prinášať pacientom nádej, šíriť povedomie o reumatických ochoreniach a posilňovať hlas pacientov v spoločnosti.

V poslednom období sa osobitne sústreďujeme aj na prácu s mladou generáciou. V spolupráci s lekárskymi fakultami sme zorganizovali Letnú reumatologickú školu pre študentov medicíny, ktorá mala veľmi pozitívny ohlas. Veríme, že týmto spôsobom sa nám podarí priblížiť reumatológiu mladým lekárom a povzbudiť ich, aby sa tomuto odboru venovali.

Liga proti reumatizmu bola pri tom a svojou podporou i nadšením významne prispela k úspechu tejto iniciatívy.

Slovenská reumatologická spoločnosť bude aj naďalej podporovať všetky odborne orientované aktivity Ligy proti reumatizmu. Vaša neúnavná snaha o zlepšenie kvality života ľudí s reumatickými ochoreniami je pre nás, lekárov, nesmierne motivujúca. Prípomínate nám, že za každou diagnózou je človek – so svojimi snami, obavami a cieľmi.

Prajeme si, aby naša spolupráca naďalej kvitla a prehlbovala sa. Veríme, že spoločne môžeme dosiahnuť ešte viac: lepší prístup k inovatívnej liečbe, silnejšiu podporu v komunite a celospoločenské uvedomenie si závažnosti týchto ochorení. Nech je naše partnerstvo príkladom toho, že keď spojíme sily, dokážeme prekonať aj tie najväčšie výzvy. Ďakujem vám.



prof. MUDr. Želmíra Macejová, PhD., MPH
Prezidentka Slovenskej reumatologickej spoločnosti (SReS)

35 rokov Ligy proti reumatizmu na Slovensku

Liga proti reumatizmu na Slovensku (LPRe SR) bola založená v roku 1990 z iniciatívy skupiny pacientov a zamestnancov Výskumného ústavu reumatických chorôb v Piešťanoch. Medzi zakladateľmi boli **prof. MUDr. Jozef Rovenský, DrSc. FRCP, doc. MUDr. Tibor Urbánek, CSc., MUDr. Mária Orlovská, JUDr. Viktor Milata, JUDr. Karol Gecík a ďalší zanjenci**. Prvým štatutárom združenia sa stal **doc. MUDr. Tibor Urbánek, CSc.** Od samého začiatku boli ciele Ligy orientované na pomoc a podporu pacientov s reumatickými ochoreniami, pričom úspešne spojila aj odborníkov a pacientov v spoločnej aktivite.

V prvých rokoch sa záujem o členstvo v LPRe SR rýchlo rozrástol – ako zo strany pacientov, tak i reumatológov, ktorí zakladali miestne pobočky po Slovensku. Činnosť LPRe SR počas rokov 2008 – 2011 zaznamenala mierny útlm a hrozil jej

zánik. V roku 2012 bola za predsedníčku LPRe SR zvolená PhDr. Jana Dobšovičová Černáková. Potom sa združenie nielen stabilizovalo, ale dostalo sa medzi najväčšie a najuznávanejšie patientske združenia na Slovensku.

Nová predsedníčka LPRe SR od roku 2012 zohrala kľúčovú úlohu pri oživení a ďalšom rozvoji organizácie. Pod jej vedením bola Liga stabilizovaná, reorganizovaná a otvorená novým projektom. Jej osobná iniciatíva stála za projektmi „KROK – novinárska pocta“, poradňa „Centrum sociálno-psychologickej podpory“, Pohnime sa s reumou!“, „Univerzita Reumy“, ale aj ďalšími, ktoré sa stali celoslovensky známymi a úspešnými. Sú to projekty nielen športovo-motivujúce, ale aj edukačné a sociálne.

Miestne pobočky a špecializované kluby

LPRe SR má celoslovenskú pôsobnosť s **18 organizačnými jednotkami**, vrátane **13 miestnych pobočiek** (Banská Bystrica, Bardejov, Bratislava, Čadca, Košice, Levice, Lučenec, Martin, Poprad, Púchov, Senica, Topoľčany a Trenčín) a **päť špecializovaných klubov**:

- **Klub Kĺbik** – deti, mladí reumatici a ich rodičia,
- **Klub Motýlik** – pacienti s lupusom a inými systémovými ochoreniami,
- **Klub Čiernych Kostí**, pacienti s alkaptonúriou,
- **Klub Bechterevikov**,
- **Klub Psoriatickej Artritídy**.

Kluby a pobočky organizujú regionálne stretnutia, programy pre rôzne vekové skupiny a špecifické diagnózy.

E-mail kontakty a webové sídla na MP/K nájdete tu: www.mojareuma.sk/kontakty-miestnych-pobociek/

Sú tvorené kľúčom: názov mesta/klubu@mojareuma.sk

Hlavné projekty a aktivity

„Pohnime sa s reumou!“

Tento projekt LPRe SR podporujú Slovenská Asociácia Nordic Walking (SANW) a Slovenská reumatologická spoločnosť (SReS). Cieľom je motivovať pacientov k pravidelnému pohybu – s Nordic Walking (NW) paličkami.

Od roku 2017 do decembra 2022 účastníci prešli **500 miliónov NW krokov**. Odvtedy už NW kroky nerátajú, lebo to bolo administratívne náročné, ale s paličkami NW chodia stále. Súťaže chytí reumatici sa zapájajú do rebríčka REUMAWALKER/KA na webe SANW. www.mojareuma.sk/sutaz-walker-walker-ka-2022-podkategoria-reumawalker-ka/

Projekt „Pohnime sa s reumou!“ podporuje zdravotnú kondíciu a kvalitu života pacientov s reumatickými ochoreniami.

V roku 2022 v Lige zrealizovali reprezentatívny prieskum o zdravotných benefitoch Nordic Walkingu pre reumatikov. Potvrdilo sa, že reumatici pohyb milujú a zvlášť Nordic Walking. www.mojareuma.sk/vysledky-prieskumu-o-zdravotnych-benefitoch-nordic-walkingu-pohnime-sa-s-reumou/

LPRe SR tiež zabezpečuje výpožičku NW paličiek v NÚRCH Piešťany pre hospitalizovaných pacientov, lektorované kurzy s certifikovanými inštruktormi NW.

Univerzita Reumy

Ide o edukačný program odborných prednášok, kurzov a webinárov pre pacientov a aj verejnosť, so zameraním na zdravý životný štýl, správnu diagnostiku a liečbu reumatických ochorení.

Centrum sociálno-psychologickej podpory

Od roku 2014 LPRe SR prevádzkuje túto poradňu, ktorá poskytuje bezplatnú pomoc v otázkach zdravotnej, sociálnej a psychologickej oblasti: základné sociálne poradenstvo, psychologickú podporu aj organizačnú poradňu.

Oslov a inšpiruj medika

Pacienti s reumatickými ochoreniami prichádzajú s iniciatívou: “Oslov a inšpiruj medika, aby si mal na staré kolená svojho reumatológa!” Je to reakcia na akútny a zvlášť výhľadový nedostatok špecialistov – reumatológov na Slovensku.

www.mojareuma.sk/letna-reumatologicka-skola-2025-pre-medikov/

Kĺbikárska Letná Škola (KLŠ)

KLŠ je **podpora detí so znevýhodnením** spôsobeným reumatickými ochoreniami. Inovatívny projekt pre deti s **juvenilnou idiopatickou artritídou (JIA)**. Projekt Kĺbikárska letná škola (KLŠ) je veľmi úspešný inovovaný projekt po vzore Rekondično-integračných pobytov Klubu Kĺbik (KK) pre deti znevýhodnené reumatickým ochorením a ich rodiny.

Hlavným cieľom je edukovať rodičov a prijateľnou formou aj deti o možnostiach a spôsoboch liečby, búranie mýtov ohľadom očkovania, stravy, psychického zdravia a podávania alternatívnych terapií a výživových doplnkov prostredníctvom kvalifikovaných odborníkov. Súčasťou je tiež individuálna fyzioterapia a psychologické poradenstvo.

Reťazenie dobra a pomoci

V NÚRCH Piešťany sa nám týmto projektom podarilo vybudovať detský kútik a oddychovú zónu pre dospelých. S veľkým zánietením sa pacientom vo voľných chvíľach venujú – iniciátorka a zdravotná sestra Adriana Majková a jej kolegyne. Vnášajú do svojej práce nielen odbornosť, ale najmä ľudské teplo. S pacientmi tvoria, hovoria,

V spolupráci so Slovenskou reumatologickou spoločnosťou sme podporili Letnú reumatologickú školu 2025, kde sa zúčastnili medici 4. a 5. ročníka, aby sa dozvedeli čo najviac o reumatológii. To by im malo pomôcť pri rozhodovaní o špecializácii, aby si vybrali práve tento odbor. Pacienti ich o pár rokov budú veľmi potrebovať.

Poslaním KK je pomáhať deťom s juvenilnou idiopatickou artritídou (JIA) a ich rodinným príslušníkom lepšie spoznať a vyrovnáť sa s diagnózou, pôsobiť v oblasti prevencie zdravotných a sociálnych dôsledkov.

Pre deti je pripravené priateľské prázdninové prostredie, náučno-zábavný program, z ktorého si odnášajú nielen užitočné informácie, ale aj nové priateľstvá a nenahraditeľný pocit, že s Reumou nie sú sami! Psychické zdravie tak u detí ako aj u rodičov je základným kľúčom k zvládnutiu ochorenia dosiahnutiu vytúženej remisie.

www.mojareuma.sk/klbikarska-letna-skola-2025/

počúvajú ich, podporujú ich psychicky i prakticky. Sú dôkazom, že pomoc môže mať mnoho podôb – od obyčajného rozhovoru až po konkrétny skutok, ktorý uľahčí alebo spríjemní deň človeku, ktorý bojuje s chronickým ochorením alebo s inou nepriazňou osudu.

Publikačná a mediálna činnosť

LPRé SR od roku 1992 vydáva **Informačný bulletin** dvakrát ročne. Členovia Ligy, ale aj spolupracujúce organizácie, zdravotnícke zariadenia a vybrané inštitúcie dostávajú bezplatne bulletin pravidelne v júni a decembri. Okrem toho prispievame do newsletterov AOPP a vydávame pôvodné knižky s patientskými príbehmi a skúsenosťami, pripravujeme brožúrky a praktickými radami o liečbe a prevencii.

www.mojareuma.sk/publikacie-mojareuma/

Aktívne spolupracuje s médiami, organizuje novinársku súťaž KROK a udeľovanie **Novinárskej pocty KROK** v rámci Svetového dňa reumatizmu (12. október). Touto spoluprácou každoročne prichádza k nárastu počtu novinárov, ktorí sa o našu tému reuma a život s reumatickými ochoreniami zaujímajú s dôrazom na širší prienik do povedomia širokej verejnosti.

www.mojareuma.sk/category/krok/

Ďalšie projekty

V rámci priorít plánu 2025 má Liga vytipované:

- 35. výročie LPRé SR
- Zborník 35 rokov LPRé SR
- Jogová terapia pre reumatikov,
- motivačno vzdelávacie kurzy pre dobrovoľníkov,
- program Svetového dňa reumatizmu 2025 v Piešťanoch 10. – 12. októbra 2025,
- účasť na odborných podujatiach v SR a v zahraničí podľa ponuky,
- „MAĽOVANÉ KAMIENKOVO“, iniciatíva maľovaných kamienkov spájajúcich jemnú motoriku a pohyb.

Zoznam doteraz vydaných už 20 publikácií:

- Boľavý Kĺbik (2006)
- Kamienky z mozaiky (2008)
- Kamienky z mozaiky 2 (2010)
- zborník KROK 2008 – 2009 (2010)
- zborník KROK 2010 – 2011 (2012)
- Kde bolelo, tam bolelo (2021)
- Materstvo a Reuma (2014)
- KROK 2012 – 2013 (2014)
- Zborník 25 rokov Ligy proti reumatizmu na Slovensku (2015)
- Nálezy a straty (2016)
- zborník KROK 2014 – 2015 (2016)
- Boľavé kĺbiky (2017)
- zborník KROK 2016 – 2017 (2018)
- zborník KROK 2018 – 2019 (2020)
- Zborník 30 rokov Liga proti reumatizmu na Slovensku (2020)
- Tridsať prípadov s mojou reumou (2020)
- zborník KROK 2020 – 2021 (2022)
- Rozhovory o reume s... 2 (2022)
- Rozhovory o reume s... 2 (2024)
- zborník KROK 2022 – 2023 (2024)
- Zborník 35 rokov Liga proti reumatizmu na Slovensku (2025).

Kontakt

Sídlo:

Liga proti reumatizmu na Slovensku
Nábřežie Ivana Krasku 4
921 01 Piešťany

Mobil: +421 917 790 264

E-mail: liga@mojareuma.sk

Web: www.mojareuma.sk

Facebook: Moja reuma, Liga proti reumatizmu, Moja & Tvoja Artritída,...

Instagram: [ligaprotireumatizmu](https://www.instagram.com/ligaprotireumatizmu)

TikTok: [ligaprotireumatizmu](https://www.tiktok.com/@ligaprotireumatizmu)

Spolupráca s partnermi

LPR SR je riadnym členom **EULAR** (Európskej ligy proti reumatizmu), **PARE** (Patient Association for Rheumatology in Europe), **Young PARE**, a aj **Asociácie na ochranu práv pacientov** AOPP), Slovenského fóra osôb so zdravotným postihnutím (SFOZP) a Slovenskej humanitárnej rady (SHR). Spolupracuje s inými neziskovými organizáciami tretieho sektora doma i v zahraničí,

vymieňa skúsenosti, účastní sa medzinárodných konferencií, iniciuje legislatívne pripomienky. Aktuálne LPR SR podporuje iniciatívu **Európsky manifest EULAR 2024 – 2029** a informovala o nej poslancov Národnej rady SR a zástupcov v Európskom parlamente. www.mojareuma.sk/wp-content/uploads/2024/04/Europsky-manifest-EULAR-2024-2029.pdf



Spolupráca s Be greedy for change

Spoluprácou Ligy proti reumatizmu na Slovensku s Be greedy for change podporujeme pracovných a veľmi odhodlaných pracovníkov a dobrovoľníkov našej organizácie, ktorí po celom Slovensku pomáhajú pacientom s reumatickým ochorením. Produkty greedy for Liga proti reumatizmu na Slovensku poukazujú na silu hudby v zdravom životnom štýle. Viac na www.greedy.sk

Význam a dopad

Vďaka aktívnej práci miestnych pobočiek, klubov a centralizovaných programov LPR SR významne zlepšuje zdravotnú gramotnosť, kvalitu života a sociálnu integráciu pacientov s reumatickými ochoreniami. Projekty ako Pohnime sa s reumou! alebo Univerzita Reumy prinášajú

reálny dopad – zlepšenie zdravotnej gramotnosti, pohybovej kondície, včasnú diagnostiku, silnejšiu komunikačnú kompetenciu pacienta smerom k lekárovi. Poradne a podporné siete zmierňujú izoláciu a zvyšujú samostatnosť a sebadôveru.

Doba kovidová 2020 až 2022

Kto si ešte dnes spomenie, ako to bolo a ako sme zvládli pandémiu koronavírusu. Pandémia koronavírusu predstavovala veľkú výzvu aj pre ľudí so zápalovými reumatickými ochoreniami, ktorí patrili medzi rizikové skupiny. Liga proti reumatizmu na Slovensku však na túto výnimočnú situáciu pružne zareagovala. Keď sa osobné stretnutia a podujatia stali nemožnými, presunuli sme naše aktivity do online priestoru. Vznikli nové formy komunikácie a podpory – webináre, online poradňa a virtuálne stretnutia pacientov i odborníkov. Jedným z kľúčových projektov tohto obdobia bola *Univerzita Reumy*, ktorá sa stala platformou pre vzdelávanie pacientov, šírenie aktuálnych informácií a motiváciu k aktívnemu prístupu k ochoreniu. Pandémia nám ukázala, že aj v čase izolácie môžeme byť v kontakte, podporovať sa a ďalej rozvíjať komunitu. Online priestor otvoril nové možnosti, ako byť nablízku tým, ktorí to potrebujú. Liga sa stala dôležitým zdrojom overených informácií o ochorení aj očkovaní. V náročnom období sme potvrdili svoju stabilnú úlohu – byť oporou pacientom s reumatickými ochoreniami.

Pandémia ochorenia COVID-19 zasiahla Slovensko na jar **roku 2020**. Prvé prípady boli zaznamenané v **marci 2020** a s rôznymi vlnami a opatreniami trvala aktívna pandémia približne **do roku 2022**.

Konkrétne obdobia:

2020 – prvá vlna, tvrdé lockdowny, zatváranie škôl, nemocníc, zákaz zhromažďovania

2021 – očkovanie, ďalšie vlny (najmä delta), pokračovanie obmedzení, no už viac online aktivít

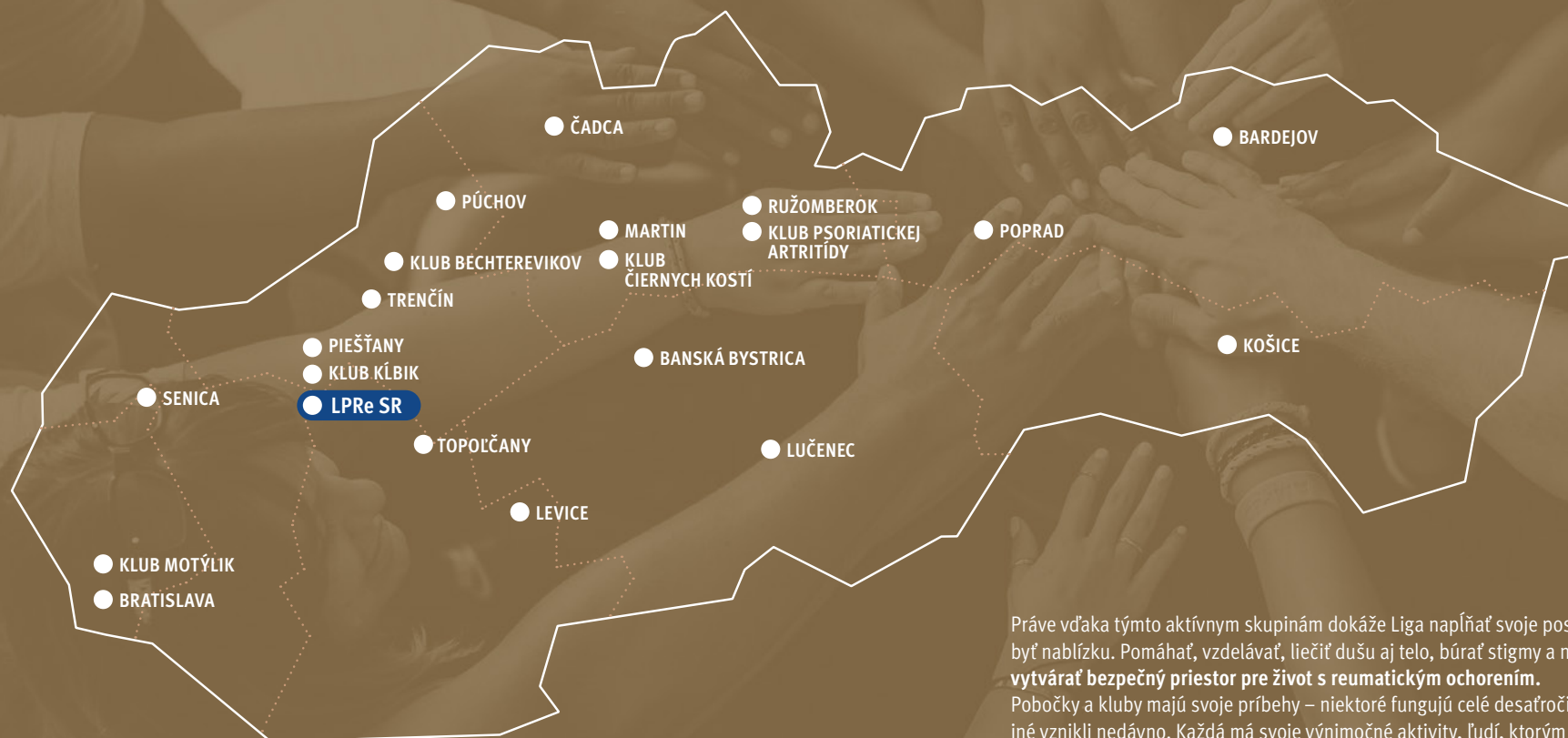
2022 – omikron, postupné uvoľňovanie opatrení, návrat k hybridnej forme podujatí

Takže „doba kovidová“ z pohľadu Ligy proti reumatizmu na Slovensku sa týkala hlavne rokov **2020 až 2022**. Práve v tomto období sa rozvíjali online formáty a vznikol projekt **Univerzita Reumy**.

Tvár Ligy v regiónoch

Miestne pobočky a kluby

Liga proti reumatizmu na Slovensku nie je len organizáciou s celoštátnym dosahom. Je to sieť pevných bodov, spoločenstiev, ktoré spájajú pacientov, odborníkov, rodiny a dobrovoľníkov priamo v regiónoch – **miestne pobočky a špecializované kluby**. Sú to miesta, kde sa reumatizmus neschováva, ale kde dostáva meno, tvár a pochopenie.



Práve vďaka týmto aktívnym skupinám dokáže Liga naplňať svoje poslanie: byť nablízku. Pomáhať, vzdelávať, liečiť dušu aj telo, búrať stigmy a najmä **vytvárať bezpečný priestor pre život s reumatickým ochorením**. Pobočky a kluby majú svoje príbehy – niektoré fungujú celé desaťročia, iné vznikli nedávno. Každá má svoje výnimočné aktivity, ľudí, ktorým patrí veľké **ĎAKUJEME**. Bez nich by Liga nebola tým, čím je dnes.

V nasledujúcich profiloch vám ich predstavujeme. Nájdete tu ich históriu, hodnoty, silu i úsmevy. A kto vie – možno sa práve vy rozhodnete pridať.

Banská Bystrica

Miestna pobočka Ligy proti reumatizmu – Banská Bystrica je dôkazom, že aj malá komunita dokáže veľké veci. Od **obnovenia činnosti v roku 2017** sa nám podarilo vytvoriť živé spoločenstvo ľudí, ktorých spája rovnaký osud a vzájomná podpora. Sídlo pobočky sa nachádza **v srdci Slovenska – v Banskej Bystrici**, a v súčasnosti máme **47 členov**, prevažne seniorov.

Naše aktivity

- Pravidelné cvičenia jogy pre reumatikov
- Nordic Walking prechádzky
- Petangové tréningy
- Tematické besedy s lekármi
- Kultúrne a edukačné podujatia
- Tradičné predvianočné stretnutie – „kapustnica“

Našou cieľovou skupinou sú **reumatici z Banskej Bystrice a okolia**, ktorí chcú zostať aktívni, informovaní a spoločensky zapojení. Za **najväčší úspech** považujeme to, že sa nám podarilo vybudovať dôveru, komunitu a fungujúce zázemie – aj napriek skromnému rozpočtu. Naše aktivity sú síce jednoduché, no vkladáme do nich srdce, odhodlanie, **humor a pokoj**.

Naše podujatia organizuje **aktívny výbor pobočky**, ktorého členovia často zvládajú aj iné pracovné, či osobné záväzky. Obrovská vďaka patrí **predsedovi Jarovi Bečkovi** a šikovným ženám z výboru: **Vierke Šandorovej, Jarke Dobrotovej, Milici Lacovej, Valike Steinsdorferovej a Milke Paigerovej** – bez ich nasadenia by naša činnosť nebola možná.



Plány do budúcnosti

- Posilniť **spoluprácu s lekármi** a organizovať odborné prednášky
- Rozšíriť členskú základňu – aj pomocou médií
- Osloviť a **namotivovať k dobrovoľníckej činnosti** mladú generáciu
- Pokračovať v pohybových a komunitných aktivitách (NW a JTR).
- Získať **finančnú podporu cez granty, zbierky a 2 % z dane**
- Prehlbovať spoluprácu s inými MP, AOPP a aktívne sa zapájať do podujatí LPre SR

Na záver

Sme síce **malá pobočka**, ale spája nás **veľké odhodlanie a viera**, že aj s diagnózou sa dá žiť naplno – a **spolu**. Ďakujeme mestu Banská Bystrica za podporu a rovnako **predsedníčke LPre SR Janke Dobšovičovej Černákovéj** a celému jej tímu.



O pobočke

Dátum vzniku (obnovenie činnosti):

25. januára 2017

Kontakt: banskabystrica@mojareuma.sk

Predseda: Mgr. Jaroslav Bečka



LPre – Miestna pobočka Bardejov

Miestna pobočka Liga proti reumatizmu – Bardejov patrí medzi najstaršie na Slovensku. Vznikla už v roku **1995** vďaka zánieteniu viacerých osobností: **MUDr. Štefana Biroša, Jozefa Hvišča, Márie Hricíkovej a Ing. Antona Repku**, ktorí stáli aj pri zrode reumatologického lôžkového oddelenia v Bardejove – vysunutého pracoviska NÚRCH Piešťany. Oddelenie, vedené primármi MUDr. Štefanom Birošom a MUDr. Danielom Martičkom, malo k dispozícii až **30 lôžok** a neskôr aj **plne vybavené rehabilitačné oddelenia**. Hoci toto špecializované

pracovisko po čase zaniklo, dôležitosť Bardejova pre reumatologickú komunitu ostala.

Významné osobnosti, ktoré formovali pobočku počas jej histórie, dodnes rezonujú medzi členmi: **MUDr. Štefan Biroš, MUDr. Daniel Martiček, Jozef Hvišč, Ing. Anton Repka, Mária Hricíková, Darina Kostíková** – a osobitné miesto patrí aj pani **Milke Škriabovej**, ktorá roky držala Ligu v Bardejove „pri živote“. V roku 2024 nás navždy opustila. **Nech odpočíva v pokoji. Česť jej pamiatke.**

Obnovenie a nový začiatok

Po období stagnácie (2008 – 2012) sa pobočka **opäť aktívne rozbehla 1. januára 2013** pod vedením **Dariny Kostíkovej**, ktorá bola kooptovaná za predsedníčku a spolu s novým výborom vdýchla MP nový život. Dnes má pobočka **31 aktívnych členov** a patrí medzi najaktívnejšie v rámci Slovenska.

Naše aktivity

Naša pobočka sa zameriava predovšetkým na **pohybové aktivity a posilňovanie komunity**:

- **Nordic Walking** – projekt, ktorý nadchol aj rodiny a priateľov členov
- **Bowlingový turnaj** s MP Košice – už 4. ročník
- **Turistické výlety** po hradoch a zámkoch
- **Wellness a rekondičné pobyty** (Tatry, Bardejovské kúpele)
- **Cvičenia jogy** v Seniorcentre – podľa videí
- **Silvie Studenič Bobockej**
- **Motivačno-vzdelávacie kurzy, odborné besedy, účasť na podujatiach AOPP**
- **Svetový deň reumatizmu v Piešťanoch**
- **Kultúrne podujatia a spoločné výlety**

Ocenenie pre našu predsedníčku

Dňa **5. decembra 2022** bola predsedníčka MP Bardejov **Darina Kostíková** ocenená ako **dobrovoľníčka roka Prešovského kraja** v projekte *Srdce na dlani* a postúpila do **celoslovenského finále** v Bratislave. Táto nominácia je zároveň uznaním pre celú komunitu našej MP.



Podakovanie a budúcnosť

Naša činnosť by nebola možná bez podpory mesta **Bardejov**, ktoré prispieva na naše rekondičné pobyty, a bez **centrály LPre SR**, ktorá nás podporuje materiálne aj ľudsky. Ďakujeme predsedníčke LPre SR **Janke Dobšovičovej Černákovéj**, ktorá svojou neutíchajúcou energiou motivuje nás všetkých, aby sme napredovali, učili sa a posilňovali komunitu reumatických pacientov. Spoločne veríme, že pred nami je ešte veľa zmysluplných aktivít, stretnutí a nových priateľstiev. Sme hrdí, že v **MP Bardejov to žije** a tešíme sa na všetko, čo nás čaká.

O pobočke

Dátum vzniku: 17. mája 1995
Kontakt: bardejov@mojareuma.sk
Zakladajúci predseda:
Jozef Hvišč (1995 – 1996)
Ďalší predsedovia:
Ing. Anton Repka (1996 – 2008)
Emília Puchalíková (2008 – 2010, pobočka postupne stagnovala)
Súčasná predsedníčka:
Darina Kostíková (od 2013 – trvá)



LPre – Miestna pobočka Bratislava

Miestna pobočka Liga proti reumatizmu - Bratislava vznikla **10. decembra 2001**. Jej zakladajúcim predsedom bol **Ing. Pavol Komlóssy**, ktorý stál pri začiatkoch rozvoja aktivít pre pacientov s reumatickými ochoreniami v hlavnom meste. Po jeho abdikácii v decembri 2015 sa činnosť pobočky na istý čas utlmila.

Obnova činnosti

Nový impulz prišiel **19. novembra 2016**, keď sa v hoteli Bratislava stretli členovia so záujmom o opätovné oživenie pobočky. Na čele obnoveného tímu stála **Mgr. Jana Francúzová**, ktorá viedla MP Bratislava plných **7 rokov**.

Od roku 2024 je predsedníčkou pobočky **Helena Vernarská**, ktorá bola pri zrode nového výboru v roku 2016 a dôverne pozná potreby i výzvy bratislavskej pobočky.

Sídlo MP sa nachádza v pokojnom a prístupnom prostredí **Bratislavy – Petržalky**.



Naše aktivity

Napriek tomu, že Bratislava je veľké mesto, členská základňa MP je zatiaľ menšia. O to viac si ceníme každého aktívneho člena. Pobočka rozvíja viaceré **pohybové, vzdelávacie aj kultúrne aktivity**, ktorými sa snaží motivovať pacientov k aktívnemu prístupu k svojmu zdraviu.

- **Cvičenie jogovej terapie** (od roku 2018) s inštruktorkou **Ing. Silviou Studenič Bobockou** – z pôvodných 5 – 6 účastníkov sa počet cvičiacich zvýšil na **14**, vrátane dvoch pravidelne cvičiacich mužov.
- **Nordic Walking** – naši členovia absolvovali kurzy s **Luciou Turaz Okoličány**, alebo trénujú individuálne.
- **Projekt „Pohnime sa s reumou!“** – viacerí členovia sa aktívne zapojili a zaznamenávali svoje pohybové aktivity.
- **Odborné prednášky a podujatia** v Piešťanoch (Hotel Magnólia), vrátane **Svetového dňa reumatizmu a Novinárskej pody KROK**.
- **Kultúrne podujatia** – návštevy divadla, kina, výlety do **Komárna, Marianky** a okolia.
- Plánujeme objavovať **hrady, zámky a prírodné krásy** v širšom okolí Bratislavy.



Ľudia, ktorí stoja za činnosťou

Za stabilitu a rozvoj MP Bratislava vďačíme viacerým obetavým členom, ktorých účasť bola kľúčová:

- **Ing. Pavol Komlóssy**
– zakladateľ a prvý predseda
- **Helena Komlóssyová**
– aktívna členka a podpora pri rozbehu
- **Anna Križanová**
– dlhoročná pomocníčka, ktorej patrí veľké „ďakujeme“
- **Mgr. Jana Francúzová**
– predsedníčka v rokoch 2016 – 2024
- **Helena Vernarska**
– aktuálna predsedníčka, koordinátorka a srdce pobočky

O pobočke:

E-mail: bratislava@mojareuma.sk

Dátum vzniku: 10. decembra 2001

Obnovenie činnosti: 19. novembra 2016

Zakladajúci predseda: Ing. Pavol Komlóssy

Významné osobnosti:

Helena Komlóssyová, Anna Križanová, Mgr.

Jana Francúzová, Helena Vernarska

Súčasná predsedníčka:

Helena Vernarská (od 2024 – trvá)



Čadca

Miestna pobočka Liga proti reumatizmu – Čadca vznikla **3. júna 1992** a dlhé roky slúži ako podporné zázemie pre pacientov s reumatickými ochoreniami z regiónu Kysúc. V roku **2017** bola činnosť pobočky obnovená a odvtedy zaznamenala výrazný nárast aktivít aj členskej základne.

Na začiatku sme mali **26 členov**, no vďaka vytrvavej práci a podpore sa do roku **2025** rozrástla členská základňa na **177 aktívnych členov**.

Naše aktivity

Odborné podujatia a prednášky

Našou prioritou je **prepájanie pacientov s odborníkmi**. Dvakrát ročne organizujeme obľúbené „**Stretnutia pacientov so svojím reumatológom**“, ktoré odborne a materiálne zastrešuje náš **čestný predseda MUDr. Viliam Maňka, PhD.** Tieto stretnutia patria medzi najcennejšie aktivity pobočky a sú obohacujúcou kombináciou edukácie, prevencie a podpory.



Rekondičné a relaxačné pobyty

Začínali sme v Piešťanoch v hoteli Harmónia, neskôr sme pravidelne navštevovali **kúpele Esplanade a Splendid, Vysoké Tatry, Thermal Park Pol'ný Kesov, Trenčianske Teplice, kúpele Lúčky, Aquacity Poprad**, a v rámci zahraničia **Chorvátsko a Bulharsko (Primorsko)**. Rekondičné pobyty slúžia na telesnú aj duševnú regeneráciu členov a stali sa stabilnou súčasťou našej činnosti.

Pohybové aktivity

V roku 2025 sme nadviazali spoluprácu s **MP Martin** v oblasti pohybových aktivít a zároveň sme sa rozhodli **oživiť projekt „Pohnime sa s reumou!“**. V tejto súvislosti postupne **nakupujeme paličky na Nordic Walking**, aby mali naši členovia možnosť venovať sa chôdzi s podporou profesionálneho vybavenia.

Vzdelávanie a spolupráca

Zúčastňujeme sa **motivačno-vzdelávacích kurzov** organizovaných centrálnou Ligou, a to pod vedením **PhDr. Jany Dobšovičovej Černákovéj**. Naše členky sa aktívne zapojili aj do **novinárskej súťaže KROK** a plánujeme v tom pokračovať aj v ďalších ročníkoch.



Vďačnosť za podporu

Za rozvoj našej pobočky vďačíme:

- **čestnému predsedovi MUDr. Viliamovi Maňkovi, PhD.** – za odbornú garanciu a nepretržitú pomoc,
- **mestu Krásno nad Kysucou** (primátor **Ing. Jozef Grapa**) a **mestu Čadca** – za materiálnu a morálnu podporu,
- **naším členom** – za dôveru, nadšenie a príspevky z **2 % dane**,
- ako aj zakladajúcej predsedníčke **Mgr. Margite Ďurišovej**, ktorá stála pri zrode aj obnove činnosti MP.

Plány do budúcnosti

Naším cieľom je **ďalej rásť**, podporovať zdravý životný štýl a prepájať odborníkov s pacientmi. Veríme, že kombinácia edukácie, pohybu, podpory a komunity pomáha pacientom zvládať reumatické ochorenia dôstojne a aktívne.

O pobočke:

E-mail: cadca@mojareuma.sk

Dátum vzniku: 3. júna 1992

Dátum obnovenia činnosti: 6. júna 2017

Zakladajúca predsedníčka, teraz podpredsedníčka:

Mgr. Margita Ďurišová (1992 – trvá)

Nasledujúca predsedníčka:

Anna Kormancová (2020 – 2024)

Súčasná predsedníčka:

Dana Synáková (2024 – trvá)



LPre – Miestna pobočka Košice

Miestna pobočka Liga proti reumatizmu – Košice vznikla **17. mája 1994** a v roku **2024** oslávila **30 rokov od svojho založenia**. Jej história sa viaže k významným osobnostiam z radov reumatológov, ako aj k obetavým pacientom a dobrovoľníkom.

Medzi zakladajúcich členov patrili **MUDr. Szilasiová, MUDr. Beňáková, M. Sepešiová, B. Zimáčková, p. Benická** a predovšetkým **Katarína Palková**, ktorá stála na čele pobočky neuveriteľných **21 rokov**. Jej vytrvalosť, zánietenosť a ľudský prístup výrazne formovali tvár našej miestnej pobočky. Patrí jej za to naša **úprimná vďaka**.

Rast a aktívna členská základňa

Z pôvodne malej skupinky nadšencov sme sa vypracovali na jednu z najväčších miestnych pobočiek s **takmer 180 členmi**. O rozvoj sa výrazne pričínili aj dlhoroční členovia výboru:

D. Fényesová, JUDr. Z. Žatkovičová, Ing. E. Škvareková, manželia Markušovskí, A. Kabátová, Ing. E. Melicharová, Ing. S. Kubačková, Zuzana Bendíková, D. Mikulová, nebohá **J. Semešiová** a ďalší, ktorých zánietenie ostáva trvalou súčasťou našej histórie.



Naše aktivity

Rekondičné pobyty a pohyby

Každoročne organizujeme rekondičné pobyty s procedúrami, rehabilitáciou, wellness a tvorivými dielnami. Navštevujeme miesta ako **Zemplínska Šírava, Dudince, Ľubovnianske kúpele, Tatranská Lomnica** a ďalšie atraktívne lokality s podporou štátnych dotácií pre dôchodcov.

V utorky a štvrtky sa pravidelne stretávame na **cvičeniach v Átriu**. Naše aktivity majú nielen liečebný, ale aj komunitný a spoločenský rozmer.

Nordic Walking – „Pohnime sa s reumou!“

Košická pobočka bola **prvou na Slovensku**, ktorá sa v septembri 2017 zapojila do celoslovenského projektu **„Pohnime sa s reumou!“**. Výzvu **„Milión krokov pre reumatikov“** sme plnili pravidelne – často s najvyšším počtom krokov. Dnes sa chodí s NW paličkami venuje viac ako **50 našich walkerov** a záujem o túto formu pohybu naďalej rastie.



Edukácia a kultúra

Na členských schôdzach organizujeme prednášky so zdravotnými sestričkami a lekármi, zúčastňujeme sa **Motivačno-vzdelávacích kurzov (MVK)** v Piešťanoch a aktívne prispievame do centrálnych bulletinov a médií.

Radi spájame zdravie s kultúrou – **navštevujeme**



koncerty košickej Štátnej filharmónie, divadelné predstavenia, výstavy vo Východoslovenskom a Technickom múzeu, a zapájame sa do športových dní na **Alpínke**, kde nechýbajú ani spoločenské hry či tradičné guľáš parties.

Dokumentovanie a propagácia

Sme hrdí na to, že **našu činnosť pravidelne zaznamenávame do kroniky**. O živote pobočky informujeme verejnosť cez **publikácie, webové stránky a sociálne siete**, zároveň aktívne dopĺňame ambulancie reumatológov o nové **letáky a edukačné materiály**.



O pobočke:

E-mail: kosice@mojareuma.sk

Dátum vzniku: 17. mája 1994

Zakladajúca predsedníčka:

Katarína Palková (1994 – 2015)

Predsedníčka:

Ing. E. Melicharová (2015 – 2017)

Nasledujúca predsedníčka:

Bc. Zuzana Szilvási / Bendíková
(od 2017 – 2025)

Súčasná podpredsedníčka:

Alžbeta Kabátová (2025 – trvá)

Súčasná predsedníčka:

Daniela Mikulová (2025 – trvá)



Košická pobočka je dôkazom, že aj veľké spoločenstvo dokáže fungovať ako jedna veľká rodina. Spolu kráčame ďalej – s rešpektom, empatiou a chuťou žiť aktívne napriek výzvam, ktoré reuma prináša.

Levice

Naša miestna pobočka patrí medzi **mladšie** v rámci Ligy proti reumatizmu na Slovensku – vznikla **18. augusta 2022**. Hoci ide o krátku históriu, aktivity a nasadenie členov naznačujú, že rastie zdravým a energickým tempom.

Vekové zloženie našich členov je rôznorodé – **prevažujú seniори nad 65 rokov**, no naša činnosť oslovila aj **mladšie ročníky**, ktoré sa s chuťou zapájajú do aktivít. Pravidelne **cvičíme jogu**, venujeme sa **Nordic Walkingu** a **spoločne navštevujeme kultúrne podujatia** – v Leviciach, Nitre či Bratislave. Divadlá, koncerty, výstavy a múzeá sú nielen miestom oddychu, ale aj budovania komunity.

Naše aktivity

Pohyb a príroda

Mnohých z nás spája láska k **prírode a histórii**. Zdatnejší a zdravotne stabilizovaní členovia absolvujú **výstupy na okolité hrady**, ktoré sú pre nás zároveň pohybom, terapiou aj dobrodružstvom.

Rekondičné pobyty

V rámci zlepšenia zdravotného stavu organizujeme **rekondičné pobyty**. Doteraz sme navštívili **Liptovský Ján, Starú Ľubovňu** a v roku **2025** nás čaká **pobyt v Tatranskej Lomnici**.

Vzdelávanie a komunita

Snažíme sa žiť aktívne, **v duchu hesla LPre – menej sedieť, viac sa hýbať**. Okrem pohybu však kladieme dôraz aj na **vzdelávanie – využívame edukačný projekt Univerzita reumy**.

Dvakrát ročne organizujeme členskú schôdzu – jednu v neformálnej atmosfére záhrady našej členky, druhú pred Vianocami v klubovní miestnej organizácie. V priebehu roka si informácie odovzdávame **po cvičeniach alebo počas prechádzok**. Aj to



nás robí jedinečnými – **neformálnosť, blízkosť a činnosť bez zbytočného formátu**.

Sme tu jeden pre druhého

Mnohí naši členovia žijú osamelo, a práve **stretnutia, rozhovory a podpora** vedia veľmi pomôcť. Vzájomne si **pomáhame pri nákupoch, s liekmi, alebo ako sprievod k lekárovi**.

Za cenné rady ďakujeme našej inštruktorky jogy **pani Olinke Szalmovej**, bývalej zdravotnej sestry a riaditeľke miestneho Červeného kríža. Spomenúť si zaslúži aj **Ing. Timea Fehérová**, ktorá nás trpezlivo viedla na začiatku našej jogovej cesty, kým ju pracovné povinnosti neodviedli do Bratislavy.

Veľká vďaka patrí aj mojej zástupkyni **Ruženke Vargovej**, s ktorou sme si dovolili snívať sen o založení tohto združenia. A vďaka patrí aj vedeniu Ligy na čele s **PhDr. Jankou Dobšovičovou Černákovou**, ktoré nás podporilo na tejto ceste.



Spolupráca a priateľstvá

Za družobné pobočky môžeme považovať **MP Banská Bystrica** a **Bratislava**, s ktorými sme absolvovali spoločné prechádzky a plánujeme výlety po pamiatkach.

Od pôvodných **14 zakladajúcich členov v roku 2022** sme sa k **23. aprílu 2025** rozrástli na **29 členov**. Hoci sa traja vzdali členstva a jednu členku sme stratili, komunita rastie a upevňuje sa.

O pobočke:

E-mail: levice@mojareuma.sk

Dátum vzniku: 18. augusta 2022

Predsedníčka: Eva Molnárová (2022 – trvá)



Sme **mladá**, no **odhodlaná** pobočka, ktorá verí, že aj s reumatizmom sa dá žiť aktívne, naplno a v priateľskej komunite. Pokračujeme v práci s otvoreným srdcom a pohybom ako liekom.

Lučenec

Miestna pobočka v Lučenci vznikla v roku **2002** a od svojich začiatkov sa zameriava na **spoločensko-pohybové aktivity**, podporu zdravia, poznanie histórie i vzájomné medziľudské prepojenie. Naša činnosť je pestrá, no zároveň úzko prepojená s ostatnými pobočkami LPre SR. Špecifikom našej pobočky je **aktívna spolupráca s Denným centrom seniorov v Lučenci**, ktoré nám pravidelne poskytuje priestory na stretnutia výboru i členov.

Pohyb aj počas pandémie

Obdobie rokov **2020 – 2022** bolo náročné pre všetkých. Napriek pandémie sme sa snažili udržať kontakt, organizovali sme výlety do prírody a **prechádzky mestským parkom** – často s pomocou paličiek Nordic Walking.

Po skončení obmedzení sme sa s novou energiou vrátili k **výletom a edukačno-oddychovým aktivitám**.

Naše aktivity

Kultúra a história

Spoznávali sme naše **hrady a zámky**, ich históriu i krásu:

- **Lubochnianský hrad**
- **Slovenská Ľupča**
- **Víglašský zámok**
- **Šomoška**
- **Devín** – dôležité miesto našej histórie
- **Drevený artikulárny kostol v Hronseku**

Cesty Slovenskom a prírodou

Naše obľúbené akcie zahŕňajú:

- výlety po **Tatranskom národnom parku**
- **Pieniny** – plavba na pltiach po Dunajci, návšteva **Červeného Kláštora**
- návšteva **whiskárne Nestville** v Hniezdnom

- **jednodňové výlety: termálne kúpaliská, Krupina, Lišov, Súdoce, Špania Dolina** (banský orloj, čipkárske tradície)
- **hvezdáreň v Rimavskej Sobote**

Rekondičné pobyty

Zorganizovali sme aj **štvordňový rekondičný pobyt v Liptovskom Jáne**, kde sme navštívili:

- **Jánsku a Demänovskú dolinu**
- **Stanišovskú jaskyňu**
- **skanzen v Pribyline**
- **kaštieľ v Liptovskom Jáne**
- **Park miniatúr slovenských pamiatok**



Novinky a inovácia

Na výročnej členskej schôdzi v roku 2025 sme po prvýkrát zabezpečili **online telemosť s predsedníčkou LPre SR PhDr. Jankou Dobšovičovou Černákovou**, ktorá sa prihovarila členom a zodpovedala ich otázky. Táto novinka sa stretla s pozitívnym ohlasom.

Spoločenské podujatia

Každoročne organizujeme:

- **Svetový deň reumatizmu**
- **Vianočné posedenie s večerou, hudbou a oceňovaním jubilantov**

Všetky podujatia pripravuje aktívny výbor, no sú možné **vďaka členom**, ktorí sa na nich s chuťou zúčastňujú a prispievajú k príjemnej atmosfére.

O pobočke:

E-mail: lucenec@mojareuma.sk

Rok vzniku: 2002

Počet členov (2025): 82

Vedúce osobnosti:

Zakladajúca predsedníčka:

Mária Gilanová (2002 – 2014)

Nasledujúci predseda:

JUDr. Agnesa Kvaková (2014 – 2015)

Súčasná podpredsedníčka:

Mgr. Lýdia Čapóová

Súčasný predseda:

Viktor Kvak (2015 – trvá)



Do ďalších rokov vkladáme úsilie, pozitívne myslenie a radosť zo spoločných chvíľ. Veríme, že takto ľahšie odolávame chorobe a zároveň **naplňame poslanie LPre SR – žiť aktívne, s dôstojnosťou a v podpore komunity.**

Martin

Miestna pobočka LPre v Martine pôsobí s cieľom **zlepšiť kvalitu života pacientov s reumatickými ochoreniami** v regióne Turiec. Naša činnosť sa zameriava najmä na **pohybové, spoločenské a edukačné aktivity**, ktoré sú určené pre ľudí s reumatickým ochorením, systémovými ochoreniami spojiva, osteoartrózou, osteoporózou, fibromyalgiou, ale aj pre tých, ktorí podstúpili výmenu kĺbu alebo ortopedický zákrok.

Komunita pre všetkých

Sme otvorení:

- novodiagnostikovaným pacientom
- ich blízkym a opatrovateľom
- všetkým, ktorí chcú žiť **aktívne a dôstojne** napriek diagnóze

Pobočka ponúka **bezpečný priestor na zdieľanie skúseností, vzájomnú podporu a kontakt s odborníkmi**. Veríme, že „**spolu sa to dá – s pohybom, informáciami a ľudskosťou**“.

Obnovenie činnosti v roku 2023

Po období stagnácie a pandémie COVID-19 sa v roku **2023** pobočka **oficiálne obnovila**. Prvé aktivity sa konali už v **marci 2023**, čo odštartovalo formovanie novej členskej základne. Výsledkom je **aktívna komunita pacientov, odborníkov, fyzioterapeutov a dobrovoľníkov**.

Najvýznamnejšie aktivity:

- **Walkovačky** – prechádzky s lekármi a fyzioterapeutmi
- **Nordic Walking**
- **Aqua aerobik**
- **Kolky**
- **Farebné kamienky v Turci** – prepájanie pohybu



- a duševného zdravia
- **Kúzelné ručičky** – verejné pletenie pri Svetovom dni pletenia
- **Besedy bez bieleho pláňa** – otvorené rozhovory s odborníkmi
- **Susedský deň, Martinský lampášikový pochod, Beauty Day**
- **Svetový deň puzzle** – súťaž v skladaní puzzle

Spolupráca a podpora

Pobočka aktívne spolupracuje s:

- mestami **Martin** a **Vrútky**
- **Národným ústavom reumatických chorôb**
- ďalšími **odbornými a dobrovoľníckymi partnermi**

Aktivity MP Martin sú prezentované na:

- ligareumamtu.eu
- sociálnych sieťach
- v regionálnych médiách



Výnimočné osobnosti:

- **Zuzana Schniderová** – predsedníčka od roku 2023, stála pri obnove činnosti, vybudovala komunitu a silný tím
- **Veronika Tomčányová** – dobrovoľníčka, dnes aktívna členka, spoluautorka viacerých projektov
- **MUDr. Gabriela Beláková** a **MUDr. Viliam Maňka** – odborní garanti a reumatológovia, ktorí pomáhajú mostom medzi medicínou a pacientom
- **Dobrovoľníci a členovia pobočky** – mnohí z nich bojujú s chronickým ochorením a napriek tomu aktívne pomáhajú iným

O pobočke

E-mail: martin@mojareuma.sk

Dátum vzniku: 26. mája 1994

Obnovenie činnosti: 3. decembra 2009

a výrazná obnova v marci 2023

Zakladajúca predsedníčka:

Ing. Viera Burjaniová (1994 – 2004)

Nasledujúca predsedníčka:

Mgr. Elena Prostredná (2009 – 2020)

Súčasná predsedníčka:

Zuzana Schniderová (2023 – trvá)



Pobočka Martin je dôkazom, že aj napriek chronickému ochoreniu sa dá žiť kvalitne, aktívne a s radosťou – **spolu, v komunite srdcom**.

Poprad

Miestna pobočka v Poprade vznikla **v januári 1992** z iniciatívy LPRé SR a s výraznou pomocou **MUDr. Nadeždy Rovderovej**. Založením sa stala **prvou miestnou pobočkou Ligy proti reumatizmu na Slovensku**. Už od začiatku sa vyznačovala aktívnym prístupom k pacientom a spoluorganizovala významné odborné aj komunitné podujatia.

Naša história

- **1992** – založenie pobočky, prvou predsedníčkou bola **Alena Liptajová**
- **1999 – 2004** – predsedom bol **Ing. Karol Takáč**, ktorý neskôr zo zdravotných dôvodov odstúpil
- **od 2004** – predsedníčkou je **Mária Galková**, ktorá vedie pobočku dodnes
- **2014** – bola prvý polrok predsedníčkou **Alena Liptajová**

Od svojho vzniku sme sa aktívne zapájali do rôznych podujatí, vrátane **medzinárodného kongresu reumatológov** vo Vysokých Tatrách (1992) a mnohých **rekondičných pobytov** v rámci spolupráce s ďalšími miestnymi pobočkami.

Kľúčové aktivity

- **Rekondičné pobyty** – v Tatrách, Nimnici, Vyšných Ružbachoch, Podhájskej, Rapovciach či Brusne
- **Besedy a prednášky** – s lekármi aj farmaceutmi (napr. Mgr. Miroslava Vinklerová), účasť v projekte *Lekári bez bieleho plášťa*
- **Kultúrne podujatia** – pravidelné návštevy divadla v Spišskej Novej Vsi, účasť na poľovníckom plese v Spišskej Teplici
- **Pohybové aktivity** – Nordic Walking, pravidelné návštevy Ľadového domu na Hrebienku, jogové



- cvičenia pod vedením členky Márie Jakubčovej
- **Spoločenské stretnutia** – každoročné posedenie pri gulášoch, organizované výlety (napr. Slovenský raj, Levoča, Spišský hrad, Stará Ľubovňa)
- **Kúpeľné pobyty** – AquaCity Poprad, Vrbov, kúpele Brusno, kúpalisko Rapovce, Vyšné Ružbachy

Podpora pre členov

Od roku **2005** sme príjmom **2 % z daní**, vďaka čomu sme mohli:

- zakúpiť **vitamínové doplnky** (rozdávané každoročne na februárovej členskej schôdzi)
- zorganizovať **výletové a kultúrne aktivity**
- zabezpečiť vstupenky na vybrané termálne kúpaliská (momentálne len výnimočne pre vysoké náklady)
- na začiatku epidémie COVID-19, keď neboli ani rúška, sme pre všetkých členov zabezpečili respirátory.

Informovanosť členov

Členov informujeme o pripravovaných podujatiach prostredníctvom:

- **e-mailu a telefonicky**
- **webovej stránky:** www.reumatikpoprad.sk
- **oznamov na poliklinikách, v lekárňach a v čakárňach lekárov**



Naše osobnosti

- **MUDr. Nadežda Rovderová** – zakladateľka a dlhoročná odborná garantka prednášok
- **Mgr. Mária Sýkorová** – úspešná reprezentantka pobočky na Abilympiádach
- **Anna Jantošová** – pravidelní podporovatelia spoločenských stretnutí
- **Mária Jakubčová** – aktívna členka a lektorka jogy pre reumatikov
- **Manželia Jakubčovci** – organizátori a nadšenci Nordic Walkingu
- **P. Kubík a P. Jakubčo** – pravidelní podporovatelia spoločenských stretnutí

O pobočke

Dátum vzniku: január 1992

E-mail: poprad@mojareuma.sk
info@reumatikpoprad.sk
lprsr.poprad@gmail.com

Web: www.reumatikpoprad.sk

Zakladajúca predsedníčka:
 Alena Liptajová (1992 – 2004)

Súčasná predsedníčka:
 Mária Galková (od 2004 – trvá)



Popradská pobočka je dôkazom toho, že aj s obmedzenými zdrojmi možno robiť **veci srdcom**, vytrvalo a s dôrazom na **zmysluplnú pomoc pacientom**.

Púchov

Miestna pobočka Ligy proti reumatizmu – Púchov vznikla **12. mája 2004** s cieľom pomáhať pacientom s reumatickými ochoreniami a vytvárať priestor pre pohyb, podporu a komunitné stretnutia. Od začiatku si pobočka vybudovala **priateľskú a aktívnu atmosféru**, ktorú si udržiava dodnes. Typickým znakom je **dlhodobé zapájanie členov** do pravidelných cvičení, stretnutí a rekondičných aktivít.

Naša história

- **Založenie:** 12. mája 2004
- **Zakladajúca predsedníčka:**
Ing. Mária Skušeková (2004 – 2010)
- **Ďalšie predsedníčky:**
 - Marta Bossányiová (2010 – 2011)
 - Ing. Gabriela Ondrichová (2011 – 2017)
 - Anna Motúzová (2017 – 2020)
- **Súčasná predsedníčka:**
Emília Gombárová (od 2020 – trvá)

Každá predsedníčka významne prispela k stabilite a rozvoju pobočky. Dnes má pobočka **stabilnú členskú základňu 120 členov** a aktívne sa zapája do života mesta Púchov aj celoslovenských iniciatív.

Kľúčové aktivity

- **Cvičenie v telocvični a vo vode** – základná a pravidelná aktivita pobočky
- **Rekondičné pobyty** – organizované po pandémii aj pred ňou, s cieľom zlepšenia zdravia a duševnej pohody
- **Online podpora počas pandémie** – udržiavanie kontaktu a motivácie cez online formy komunikácie
- **Verejné podujatia** – účasť na komunitných akciách a osvetových dňoch v meste Púchov



Pobočka je **otvorená aj rodinným príslušníkom a priateľom pacientov**, čím sa vytvára inkluzívne a podporné prostredie. Dôraz kladieme nielen na pohyb, ale aj na **šírenie pozitívnej energie, informácií a medziludských väzieb**.



Významné osobnosti

- **Emília Filová** – zakladajúca členka a dlhoročná cvičiteľka zdravotných cvičení, vďaka ktorej je pohyb pevnou súčasťou nášho programu
- **Magda Boráková a Viera Krošláková** – dlhoročné cvičiteľky, ktoré sa taktiež podieľali na zdravotnom cvičení
- **Ing. Anna Jursíková** – členka predsedníctva LPre SR, ktorá **reprezentuje pobočku na celoslovenskej úrovni**

Vďaka ich nasadeniu je pobočka **živým centrom pomoci, pohybu a spolupatričnosti**.

O pobočke

Dátum vzniku: 12. mája 2004

Počet členov: 120

E-mail: puchov@mojareuma.sk

Web: www.reuma-puchov.sk

Facebook: Aktívna stránka s novinkami a fotkami z podujatí

Zameranie:

zdravotné cvičenie, osvetové a komunitné aktivity

Súčasná vedenie:

Emília Gombárová a aktívny výbor



MP Púchov je dôkazom, že reumatizmus neznamená pasivitu. Naopak – s pravidelným pohybom, podporou a komunitou možno žiť **aktívny, zmysluplný a radostný život**.

Senica

Miestna pobočka Liga proti reumatizmu – Senica vznikla **6. júna 2017**. Od svojho založenia sa venovala besedám, osvetovej činnosti a komunitným aktivitám pre ľudí s reumatickými ochoreniami. Po období čiastočnej stagnácie prešla pobočka koncom roka 2023 do novej fázy rozvoja pod vedením novej predsedníčky, ktorá so sebou priniesla nový impulz a záujem o obnovenie aktívnej činnosti.



Naša história

- **Založenie:** 6. júna 2017
- **Prvá predsedníčka:**
Mgr. Marta Štítna (2017 – 2023)
- **Súčasná predsedníčka:** Ing. Silvia Studenič Bobocká (od 2023 – trvá)

V začiatkoch bolí nosným programom pobočky **besedy so špecialistami** – medzi inými s reumatológom **MUDr. Milanom Krpčiarom** či predsedníčkou LPre SR **PhDr. Janou Dobšovičovou Černákovou**. Aktívna bola aj hospodárka pobočky **Elena Vráblová**, známa nielen prípravou obľúbených **tvorivých dielničiek**, ale aj **propagáciou Nordic Walkingu**.



Súčasná aktivita a nový impulz

Od decembra 2023 sa činnosť MP Senica obnovuje s cieľom **osloviť nových členov**, rozšíriť komunitu a organizovať zmysluplné spoločné stretnutia:

- **Jogová terapia pre reumatikov** – spoločné cvičenie na výročnej schôdzi si všetci pochvaľovali
- **Výlet do prírody** (1. júna 2024) – príjemné stretnutie pod holým nebom v **Chvojnickej pahorkatine**, pri **Útulni pod Uchánkom**, spojené s opekaním a diskusiami. Pridali sa aj členovia z bratislavskej pobočky



Komunikácia a výzvy

- Najväčšou výzvou je **osloviť mladších pacientov**, preto bola vytvorená **nová Facebooková stránka: Liga proti reumatizmu SR – MP Senica**
- Vďaka nej veríme v **zviditeľnenie pobočky** a posilnenie členskej základne.
- Spoločné stretnutia majú byť priestorom na rozhybanie tela, uvoľnenie mysle a budovanie komunity.

O pobočke

Dátum vzniku: 6. júna 2017

Počet členov: v obnove

E-mail: senica@mojareuma.sk

Facebook: [Liga proti reumatizmu SR – MP Senica](#) (nájdete na Facebooku)

Zameranie: besedy, joga, výlety, tvorivé dielne

Súčasná vedenie:

Ing. Silvia Studenič Bobocká



MP Senica je opäť na ceste k aktívnej činnosti a veríme, že vďaka energii nového vedenia a otvorenosti voči mladším členom sa stane silnou a inšpiratívnou komunitou pre ľudí s reumatickými ochoreniami v regióne Záhorie.

LPre – Miestna pobočka

Topolčany

Miestna pobočka Ligy proti reumatizmu v Topolčanoch bola založená **12. januára 1995**. V roku **2025** si pripomenula **30. výročie vzniku MP**. Už od svojho založenia je zameraná najmä na pomoc **seniorom s chronickými reumatologickými ochoreniami** a patrí medzi pobočky s najaktívnejšou pohybovou činnosťou.

Naša história

- **Dátum vzniku:** 12. januára 1995
- **Zakladajúca predsedníčka:** MUDr. Vlasta Justusová (1995 – 2008)
- **Ďalší predsedovia:** MUDr. Eva Ladická (2008 – 2013)
Ing. Koloman Krivošík (2013 – 2017)
Ing. Tatiana Uhrinová (od 2017 – trvá)

Pôvodne viedli pobočku odborníci – reumatologičky MUDr. Justusová a MUDr. Ladická. Od roku 2012 však prevzali vedenie pacienti – najskôr Ing. Koloman Krivošík a od roku 2017 stojí na čele pobočky **Ing. Tatiana Uhrinová**.



Naše aktivity

Pohyb a zdravie:

- **Nordic Walking pochody** – tradičný je pochod okolo priehrady Duchonka (v roku 2025 sa pripravuje **4. ročník**)
- **Joga pre reumatikov a prstová joga**
- **Zdravotné cvičenia** podľa odporúčaní MUDr. Ďurišovej (chrbtica, kĺby, kostra, dýchanie)
- **Pravidelné cvičenia každé dva týždne** v priestoroch Klubu dôchodcov na Zimnom štadióne (vdaka podpore mesta)
- **Duševná pohoda a kultúra:**
- Spoločné posedenia po cvičeniach
- **Odborné prednášky a besedy**
- **Kultúrne výlety** – návšteva židovského cintorína, múzea, knižnice, miestnych pamiatok
- **Rekondičné pobyty v Malých Bieliciach** – financované s podporou mesta



Výbor a aktívni členovia

Túto bohatú činnosť by nebolo možné realizovať bez obetavej práce výboru a cvičiteľov:

- **Ing. Tatiana Uhrinová** – predsedníčka
- **Helena Kolárová** – pokladníčka
- **Ol'ga Užíková** – dlhoročná kronikárka (do r. 2024)
- **Helena Sedmáková** – predsedníčka revíznej komisie
- **p. Selecká** – iniciátorka pochodov okolo Duchonky
- **p. Jurčová a p. Sasák** – vedúci cvičení

Podpora a partneri

Veľké poďakovanie patrí **Mestu Topolčany**, ktoré nielenže poskytuje priestory, ale **finančne podporuje aktivity a rekondičné pobyty**. Zástupcovia mesta, vrátane **pani primátorky**, sa pravidelne zúčastňujú schôdzí a podujatí.

O pobočke

E-mail: topolcany@mojareuma.sk

Založená: 12. januára 1995

Hlavné zameranie: seniori s chronickými reumatickými ochoreniami

Silné stránky: pohybová terapia, komunitné stretnutia, rekondičné pobyty

Podpora: mesto Topolčany

Súčasná predsedníčka:

Ing. Tatiana Uhrinová



MP Topolčany je príkladom toho, ako môže komunitná energia, odborná spolupráca a systematická podpora zo strany samosprávy prispieť k zlepšeniu života ľudí s reumatickými ochoreniami. Veríme, že s rovnakým nadšením bude pobočka pokračovať aj v ďalších rokoch.

LPre – Miestna pobočka

Trenčín

Miestna pobočka Ligy proti reumatizmu v Trenčíne bola založená 9. marca 1995. Jej prvou predsedníčkou bola pani **Elena Ševčíková** (1995 – 1999), ktorá pobočku viedla až do roku 1999. Po jej úmrtí došlo k dočasnému prerušeniu činnosti. V roku 2002 sa predsedníctva ujal pán **Vojtech Rosa** a pôsobil vo funkcii do roku 2012, kedy vedenie prevzala pani **Janka Kučerová**. Vo vedení pobočky je dodnes a stojí za väčšinou aktivít, ktoré sa nám darí organizovať.

Naše aktivity

Našou prioritou je udržiavať tradičné podujatia, ktoré si naši členovia obľúbili. Pravidelne organizujeme výlety do termálnych kúpeľov vo Veľkom Mederí a rekondičné pobyty v Turčianskych Tepliaciach či v Nimnici. V tomto roku sa nám podarilo zabezpečiť aj zvýhodnený pobyt v kúpeľoch Bojnice, čo nás veľmi potešilo. Tieto pobyty sú spolufinancované z grantu mesta Trenčín, pričom časť nákladov si hradia samotní účastníci. Naším dôležitým finančným zdrojom sú 2 % z daní

– ich získavanie však býva čoraz náročnejšie.

Obľúbenou súčasťou programu bývajú aj spoločné opekačky a turistické vychádzky, napríklad na kyselku pri Trenčíne, kde si radi pochutíme na čerstvom langoši. Na záver každého roka sa stretávame pri tradičnej vianočnej kapustnici.

Napriek tomu, že priemerný vek našich členov je 65+, snažíme sa udržiavať pohybové aktivity. V súčasnosti sa pravidelne cvičí joga pod vedením pani Mirky Jurčákovej a pani Evy Macháčovej – do tejto aktivity sa zapája približne 10 až 12 členiek.

Vzhľadom na to, že mesto Trenčín sa v roku 2026 stane Európskym mestom kultúry, aktívne sa zapájame aj do kultúrnych iniciatív. Sme súčasťou podujatia *Čítame spolu*, kde sa stretávame s autormi kníh a diskutujeme o témach blízkyh seniorskému veku, najmä o zdraví, životospráve a životných skúsenostiach. Okrem toho naša členka pani Danka Čáková prispieva ručnými prácami, ktoré budú v roku 2026 súčasťou oficiálnej prezentácie mesta.



Hlavnou oporou pobočky je predsedníčka pani Janka Kučerová, ktorej patrí veľké poďakovanie za vytrvalosť a nasadenie. Pri organizácii podujatí jej pomáhajú aj pani Mariana Vániková, pani Mária Dolinajová a pani Lenka Brezanová.

Plány do budúcnosti

- Zachovať a rozvíjať obľúbené aktivity pre seniorov
- Získať ďalšie granty a podporu cez 2 % z daní
- Pokračovať v spolupráci s mestom Trenčín a zapojiť sa do programu Európskeho hlavného mesta kultúry
- Podporovať pohybové aktivity a komunitné stretnutia
- Rozšíriť členskú základňu a motivovať k dobrovoľníctvu

O pobočke

Predsedníčka:

Janka Kučerová (od 2012 – trvá)

Kontakt: trencin@mojareuma.sk

Dátum vzniku: 9. marec 1995



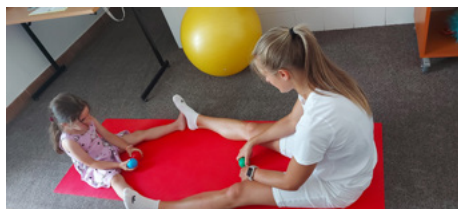
Trenčianska pobočka je dôkazom, že aj v seniorskom veku sa dá žiť aktívne, zmysluplne a s úsmevom.



Klub Kílbik

Klub Kílbik (KK) pomáha najmladšej generácii reumatikov – deťom s reumatickým ochorením, od momentu diagnostiky až po dospelosť. Do komunity zapájame aj ich rodičov, súrodencov a blízkych. Našou hlavnou aktivitou sú každoročne organizované **rekondično-integračné pobyty, resp. najnovšie Kílbikárska Letná Škola**. Cieľom je ochrana a podpora **duševného zdravia detí** i celej rodiny. Vytvárame bezpečné, inkluzívne prostredie a podporujeme prepájanie rodín s podobnou skúsenosťou.

Zameriavame sa na **prevenciu zdravotných a sociálnych dôsledkov** reumatických ochorení, poskytujeme odborné informácie o modernej diagnostike a liečbe a zvyšujeme povedomie verejnosti. Podporujeme sociálne zručnosti a zdravý životný štýl.



Naším mottom je:

„S reumou by nemal byť nikto sám!“

Od roku 2020 sme zorganizovali štyri rekondičné pobyty a udržiavame kontakt aj online – formou vianočných dielní, stretnutí i členských schôdzí. Edukácia od odborníkov z oblasti reumatológie, psychológie a fyzioterapie je pre rodiny nevyčísliteľnou hodnotou.

Cieľová skupina a poslanie

Zameriavame sa na **deti s reumatickým ochorením a ich rodičov**, ktorí často stoja pred otázkami a obavami: „Ako sa vyrovať s chronickou diagnózou u dieťaťa?“ Pomáhame hľadať odpovede, prepájame rodiny a odborne i ľudsky ich podporujeme. Boli a sme oporou aj v náročných časoch – ako počas pandémie COVID-19.

Krátko z histórie

Predchodcom KK bola **Sekcia mladých reumatikov**, založená v roku **1998**. Ako **Klub Kílbik** pôsobíme od **21. augusta 2001**. Už od začiatku má klub **celoslovenskú pôsobnosť**. Vedíme ho **nepretržite až dodnes**.



Naše osobnosti

Zakladajúca predsedníčka:

PhDr. Jana Dobšovičová Černáková (1989 – trvá)

Medzi významné osobnosti KK patria:

Ingrid Brečová, Inka Regiecová, Danka Kótelešová, Dajka Kostíková, Peška Balážová, Monika Držiaková, Gabika Valová a mnohí ďalší, ktorí prispeli svojím časom, odbornosťou i srdcom.

O klube

Web: www.klubklbik.sk

E-mail: klbik@mojareuma.sk

Predsedníčka:

PhDr. Jana Dobšovičová Černáková
(1989 – trvá)



Kým ešte pred 20 rokmi zostávali mladí reumatici sociálne izolovaní, dnes vďaka liečbe a sociálnej terapii Klubu Kílbik **študujú, pracujú a v dospelosti si zakladajú rodiny. Každý podľa svojich možností, ale napriek reume žijú plnohodnotný život.**

Naše podujatia – najmä pobyty – majú silný efekt na celú rodinu: zdieľanie skúseností, odbúravanie pocitu izolácie, vzájomná pomoc.

Klub Motýlik

Klub Motýlik je občianske združenie založené v apríli 2004, ktoré združuje pacientov s **lupusom** a inými systémovými ochoreniami spojiva.

Naše poslanie

- Zvyšovať povedomie a šíriť osvetu o ochorení lupus
- Poskytovať informácie a podporu pacientom a ich rodinám
- Pomáhať prekonávať sociálnu izoláciu a strach z budúcnosti
- Podporovať sociálne kontakty ako neoddeliteľnú súčasť liečby

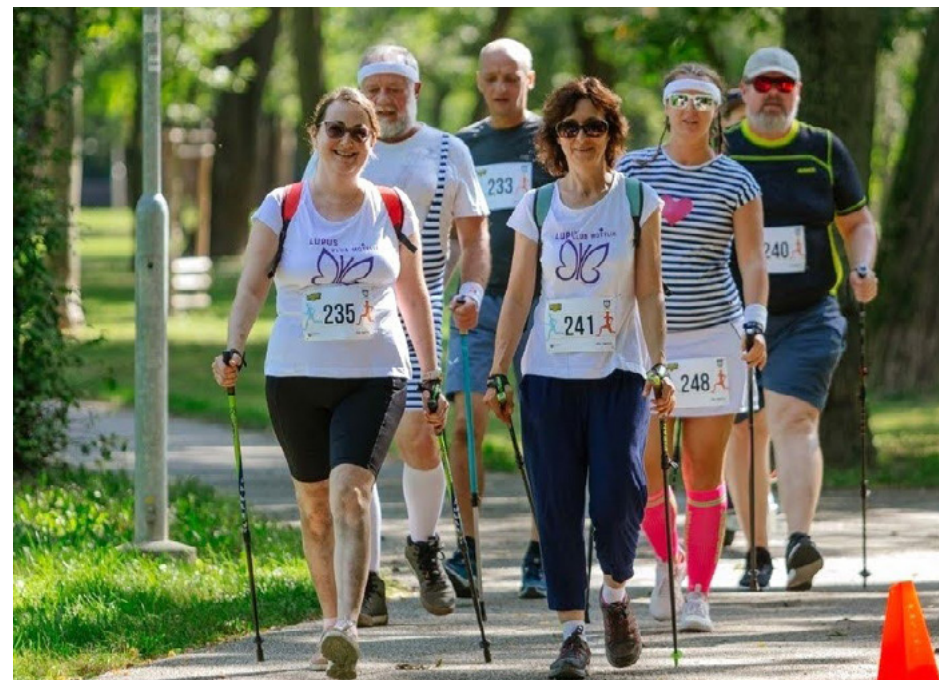
História a vývoj

- **Vznik:** 15. apríla 2004
- **Zakladajúca predsedníčka:** Eva Č. (2004 – 2012)
- **Súčasná predsedníčka:** Zuzana Pionteková (od 2012 – trvá)
- Klub je organizačnou zložkou Ligy proti reumatizmu na Slovensku a v rokoch 2004 – 2008, ako aj opätovne v súčasnosti, má zastúpenie v predsedníctve LPre SR.



Digitálna prítomnosť a spolupráca

- Od roku 2013 aktívna komunikácia na sociálnych sieťach
- Vytvorenie prvej webstránky
- Od roku 2015 člen Lupus Europe, medzinárodnej organizácie pacientov s lupusom
- Prieběžné preklady odborných článkov o lupuse dostupných online
- V roku 2024 spoluorganizácia európskej konferencie **LUPUS EUROPE** v Bratislave s ústrednou témou mentálneho zdravia (48 delegátov z 19 krajín)
- Vytvorenie série webinárov „O lupuse inak“ počas pandémie, s vlastným YouTube kanálom
- Kompletný redizajn webstránky v roku 2025 a spustenie nových webinárov s lekármi a odborníkmi



Aktivity a projekty

- **Projekt „Pohnime sa s reumou!“** – od roku 2021 členky pravidelne chodia Nordic Walking a zúčastňujú sa pretekov
- Kultúrne podujatia, liečebné kúry v soľnej jaskyni
- Projekt maľovania kamienkov – zdobenie obľúbených prírodných miest počas chôdze
- Pravidelné osobné stretnutia, besedy a workshopy (napr. Kúpele Smeržonka, Červený Kláštor).

Prečo Klub Motýlik?

Pacienti s lupusom často prechádzajú komplikovaným a nepredvídateľným ochorením, ktoré ovplyvňuje nielen zdravie, ale aj životnú pohodu a sociálne väzby. **Klub Motýlik** je tu, aby podporil pacientov aj ich rodiny v tejto ceste, aby vedeli, že v tom nie sú sami.

O klube

Sme hlasom pacientov s lupusom na Slovensku.

Klub Motýlik založilo sedem pacientiek. Cieľ bol od začiatku jasný – šíriť informácie o lupuse a zvyšovať povedomie o tomto ochorení, ponúkať pomoc tým, ktorí sa s ním učia žiť.



E-mail:

info@klubmotylik.sk

klubmotylik@gmail.com

Web: www.klubmotylik.sk

YouTube:

www.youtube.com/@klubmotylik3831

Klub Bechterevikov

Klub Bechterevikov združuje pacientov s **ankylozujúcou spondylitídou** (Bechterevovou chorobou), ako aj ich rodinných príslušníkov a sympatizantov. Ide o **chronické, zápalové reumatické ochorenie**, ktoré postihuje chrbticu, kĺby, šľachy, a často aj ďalšie orgány. Postihuje približne **1 % populácie** a výrazne ovplyvňuje kvalitu života pacientov.

Vďaka **moderným biologickým liekom**, ktoré sa objavili v posledných dvoch dekádach, sa však podarilo výrazne zlepšiť prognózu a zvládanie tohto ochorenia.

Naša história

- **Dátum vzniku:** 15. augusta 2019
- **Zakladajúca predsedníčka:**
Mgr. Gabriela Dabenini (2019 – 2020)
- **Ďalší predseda:**
Ing. Igor Súletý (2020 – 2022)
- **Súčasný predseda:**
Ing. Jozef Mutala (od 2022 – trvá)

Klub vznikol z iniciatívy **PhDr. Janky Dobšovičovej Černákovéj**, predsedníčky LPre SR, s deviatimi zakladajúcimi členmi. Po formálnom zaregistrovaní na Ministerstve vnútra SR sa činnosť rýchlo rozbehla.

Dnes má KBch **43 členov** z celého Slovenska a riadi ho **5-členný výbor**, nad ktorým dohliada **3-členná kontrolná komisia**.



Naša činnosť

Napriek tomu, že členovia pochádzajú z **rôznych regiónov Slovenska**, činnosť klubu je pestrá a bohatá:

- **Turistické akcie** po Slovensku aj v zahraničí
- **Cykloturistika** – mnohí členovia aktívne bicyklujú aj napriek zdravotným obmedzeniam
- **Medzinárodná spolupráca** – klub udržiava priateľské vzťahy s **Klub bechtěrevíků**

Príklad z posledného obdobia:

Stretnutie v Hluku (ČR) – členovia sa zúčastnili republikového zasadania českého klubu. V rámci programu navštívili **vinárske sady**, oboznámili sa s procesom výroby vína a absolvovali turistickú trasu v okolí **Velehradu**, významného pútnického miesta. Spoločné aktivity potvrdili, že **najlepší liek na Bechterevovu chorobu je pravidelný pohyb** – vždy v rámci vlastných možností.



Aktívni členovia

Medzi najaktívnejších členov patria:

- Ing. Jozef Mutala – predseda (Dubnica nad Váhom)
- Mgr. Gabriela Dabenini
- Ing. Igor Súletý
- Zuzka Maťaše
- Pavol Šmatlák
- Michal Hal
- Peter Jarkovský
- Jaroslav Vasilenko

Naše poslanie

- **Osveta o liečbe a možnostiach modernej medicíny**
- **Podpora nových pacientov a rodín**
- **Šírenie informácií o význame pohybu a aktívneho životného štýlu**
- **Budovanie komunity a prekonávanie izolácie pacientov**

O klube

Založenie: 15. august 2019

Kontakt: bechterevev@mojareuma.sk

Počet členov: 43 (celoslovenské zastúpenie)

Zameranie: pacienti s ankylozujúcou spondylitídou (AS)

Hlavné aktivity: pohyb, turistika, cykloturistika, osvetová činnosť

Súčasný predseda:

Ing. Jozef Mutala (od 2022 – trvá)



Klub Bechterevikov je dôkazom toho, že aj ľudia s chronickým ochorením môžu žiť aktívny, zmysluplný a komunitne prepojený život. Dôležité je vedieť, že v tom nie ste sami.

Klub Psoriatickej Artritídy

Klub Psoriatickej Artritídy vznikol v rámci Ligy proti reumatizmu na Slovensku ako špecializovaný klub, určený pacientom s chronickým zápalovým ochorením – **psoriatickou artritídou (PsA)**. Toto ochorenie je úzko späté so psoriázou a postihuje najmä kĺby a šlachy, často s výraznými bolesťami, stuhnutosťou a zníženou pohyblivosťou. Cieľom klubu je prepájať pacientov, podporovať ich informovanosť a pomáhať im zvládať výzvy spojené s týmto ochorením – odborné, ľudské a komunitné.

Naša história

- **Dátum vzniku:** 15. august 2019
- **Zakladajúca predsedníčka:** PharmDr. Bc. Ľubica Bartová (2019 – 2023)
- **Súčasná predsedníčka:** Mgr. Mária Bartošová
- **Dôležitá odborná osobnosť:** MUDr. Helena Raffayová, PhD.

Klub vznikol s podporou vedenia LPre SR a od začiatku sa zameriava na budovanie komunity, ktorá pacientom pomáha získať prístup k informáciám, poradenstvu aj praktickej podpore.



Naše ciele

- Propagovať klub v širokej verejnosti
- Osloviť pacientov s psoriatickou artritídou a ich príbuzných
- Získavať nových členov prostredníctvom sociálnych sietí, podujatí LPre, letákov, spolupráce s NÚRCH a ambulanciami
- Poskytovať odborné informácie o liečbe, príčinách a priebehu ochorenia
- Ponúkať poradenstvo aj praktickú pomoc pacientom a ich rodinám

Podpora zdravého životného štýlu

- Motivácia k pravidelnému pohybu (napr. Nordic Walking, rehabilitácia)
- Zdôrazňovanie významu zdravej, vyváženej stravy
- Prevencia zdravotných aj sociálnych následkov ochorenia
- Zlepšovanie kvality života pacientom



Čo ponúka klub

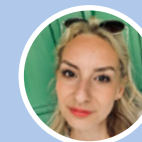
- Bezpečný priestor na zdieľanie skúseností a rád
- Vzájomnú podporu a pocit spolupatričnosti
- Praktické tipy na zvládanie bežného života s PsA
- Plánovanie stretnutí, workshopov a rekondičných pobytov

Aktivity a úspechy

- Účasť predsedníčky na podujatí **European Patient Innovation Summit** v Prahe
- Rozhovor s predsedníčkou v časopise **Zdravie**
- Podpora pacientov cez individuálne konzultácie, zdieľanie príbehov a informačné podujatia
- Aktívne členstvo – klub má aktuálne **10 zapojených členov**

O klube

Založenie: 15. augusta 2019
Počet členov: 10 aktívnych členov
Zameranie: pacienti s psoriatickou artritídou (PsA)
Hlavné aktivity: poradenstvo, osвета, pohyb, komunitná podpora
Web: klub-psoriatickej-artritidy.webnode.sk
E-mail: psoriaza@mojareuma.sk
Súčasná predsedníčka: Mgr. Mária Bartošová (od 2023 – trvá)



Klub Psoriatickej Artritídy spája pacientov v ich každodennom zápase s chronickým zápalom a ukazuje, že aj s týmto ochorením sa dá žiť aktívne, zmysluplne a s podporou komunity.

Klub Čiernych Kostí

Klub Čiernych Kostí (KČK) združuje pacientov s alkaptonúriou (AKU) – zriedkavým genetickým ochorením, ktoré spôsobuje hromadenie kyseliny homogentizovej v tele. To vedie k postupnému poškodzovaniu chrupaviek, bolesti, obmedzenej pohyblivosti a zníženej kvalite života už od detstva. Klub vznikol z potreby pacientov zdieľať svoje skúsenosti, získať prístup k liečbe a posilniť hlas ľudí trpiacich na zriedkavé ochorenia s podporou a ústretovosťou Ligy proti reumatizmu SR. KČK je zároveň komunitou, ktorá ponúka informácie, podporu a dlhodobú spoluprácu s odborníkmi.

Naša história

- **Dátum vzniku:** 31. novembra 2018
- **Zakladajúca a súčasná predsedníčka:**
Ing. Anna Antalová

Vznik klubu inicioval MUDr. Roman Stančík, pričom vedenia sa od začiatku ujala Ing. Anna Antalová. Vďaka jej dlhoročnému úsiliu v spolupráci s Národným ústavom reumatických chorôb (NÚRCH) a medzinárodnými partnermi sa podarilo dosiahnuť prelom v dostupnosti liečby pre slovenských AKU pacientov.



Osobnosti KČK

Medzi kľúčových členov a podporovateľov patria:

- **Ing. Anna Antalová** – predsedníčka KČK
- **Doc. MUDr. Imrich Richard** – odborný garant, vedecký a verejný zástupca pacientov s AKU
- **MUDr. Roman Stančík** – iniciátor myšlienky založenia klubu
- **Mgr. Andrea Zaťková** – vzdeláva pacientov v oblasti genetických príčin alkaptonúrie

Významné míľniky

- **2018:** podpora pri založení a ústretovosť Ligy proti reumatizmu na Slovensku
- **2019 – 2021:** Spolupráca s kanadskou farmaceutickou firmou CyclePharma → bezplatná dodávka lieku **nitisinón** pre členov klubu.
- **Od 2022:** Nitisinón je plne hrađený z verejného zdravotného poistenia pre pacientov s AKU na Slovensku.
- Klub sa významne podieľal na presadení tejto zmeny v spolupráci s NÚRCH a Biomedicínskym centrom SAV.



Súčasný výzvy

Hoci sa podarilo zabezpečiť liečbu, z 250 pacientov ju aktuálne využíva zhruba 50. KČK preto pracuje na:

- Zvyšovanie informovanosti AKU-pacientov
- Prekonávanie strachu z liečby a vedľajších účinkov
- Posilňovanie dôvery v modernú medicínu

Naše poslanie

- Podpora pacientov a ich rodín
- Zlepšovanie dostupnosti liečby pre zriedkavé ochorenia
- Budovanie komunity a zdieľanie skúseností
- Osveta o genetickej podstate alkaptonúrie
- Zastupovanie pacientov na národnej aj medzinárodnej úrovni

O klube

Založenie: 31. novembra 2018

Počet členov: 49

Zameranie: pacienti s alkaptonúriou (AKU)

Hlavné aktivity: osвета, zabezpečenie liečby, komunitná podpora, odborná spolupráca

E-mail: antalova.anna@gmail.com

Tel.: +421 907 846195

Č. účtu: IBAN: SK1883300000002501584664

Sídlo KČK: 038 11 Belá – Dulice 196, okr. Martin, IČO: 318221420020

Súčasná predsedníčka:

Ing. Anna Antalová (od 2018 – trvá)



Klub Čiernych Kostí je hlasom pacientov so zriedkavým genetickým ochorením – hlasom, ktorý si postupne získava rešpekt odborníkov aj verejnosti. Ukazuje, že aj zriedkavá diagnóza môže spájať ľudí a meniť systém k lepšiemu.

Stručný prehľad udalostí od vzniku 1990 – 2025:

1990

- 22. októbra vznikla LPre SR, bola zaregistrovaná na Ministerstve vnútra a životného prostredia SR.

1991

- Na kongrese v Budapešti bola Liga proti reumatizmu SR, na schôdzi Stáleho výboru pre sociálne ligy prijatá do Medzinárodnej ligy proti reumatizmu ILAR.
- V novembri sa konalo I. Valné zhromaždenie LPre SR v Kongresovej hale SC SLK v Piešťanoch.

1992

- Zaznamenali sme začiatok vychádzania periodického časopisu Informačný bulletin LPre SR.
- V januári vznikla prvá miestna pobočka LPre SR v Poprade.

1993

- LPre SR sa stala členom Európskej ligy proti reumatizmu EULAR.
- Boli publikované výsledky prvého dotazníkového prieskumu „Sociálna problematika reumatických chorôb“.
- V októbri a novembri sa uskutočnili informačno-rehabilitačné kurzy pre vedúcich miestnych pobočiek (MP).

1994

- V októbri sa uskutočnil rekondično-reedukačný pobyt pre chorých s ankylozujúcou spondylitídou v Liptovskom Jáne pod vedením Anny Váľkovej.
- Uskutočnil sa spoločný rekondičný pobyt vo Veľkých Bieliciach. Akciu organizačne zabezpečovala Margita Ďurišová.
- V októbri sa uskutočnilo II. Valné zhromaždenie LPre SR vo VÚRCH-u v Piešťanoch.
- V novembri bola prvýkrát odvysielaná správa o LPre SR a jej pobočkách v Slovenskej televízii a v Slovenskom rozhlas s MUDr. M. Orlovskou. Začala aj spolupráca MP s regionálnymi periodikami.

1995

- Vzniklo 6 nových MP (Topoľčany, Bardejov, Trenčín, Ilava, Piešťany a Nitra). Celkovo už LPre SR eviduje 13 miestnych pobočiek.
- LPre SR sa zúčastnila na XIII. Európskom reumatologickom kongrese v Amsterdame, kde sme prezentovali prvé slovenské vydanie knižky „Bolesti a ťažkosti“.
- V LPre SR sa po prvýkrát uskutočnilo národné kolo súťaže esejí Cena Edgara Stena za účasti 14 príspevkov našich autorov.

1996

- LPre SR zorganizovala pre najmladšiu generáciu reumatikov prvý rekondičný pobyt v Liptovskom Jáne. Zúčastnilo sa ho vyše 20 mladých reumatikov, vedúcou pobytu bola Anna Váľková, rehabilitačná sestra bola Marcelka Jurišová. Organizačne pobyt zabezpečila Margita Ďurišová.

1997

- V Piešťanoch sa pod záštitou SHR uskutočnilo školenie vedúcich rekondícií, za LPre SR školenie absolvovali zástupcovia z MP/K.

1998

- V marci sa uskutočnilo III. Valné zhromaždenie LPre SR.
- Oficiálne vznikla Sekcia mladých reumatikov (SMR).
- V slovenskom preklade vyšla kniha Moniky Ostensenovej Reuma a materstvo.

1999

- Zaznamenali sme vznik organizácie People with Arthritis/Rheumatism in Europe (PARE) (preklad: Ľudia s artritídou/reumatizmom v Európe).
- V októbri sa v Tatranských Matliaroch konal rekondičný pobyt s témou: „Chorý chorému radcom“ za účasti zástupcov z pobočiek LPre SR. MUDr. Orlovská spracovala pre každého individuálny

plán. Rehabilitačná sestra Marcelka Jurišová viedla rehabilitačné cvičenia.

- Od októbra 1998 do februára 1999 sa medzi pacientmi uskutočnil prieskum na tému: *Sociálna situácia chorých s reumatickým ochorením*.

2000

- LPre SR si slávnostne pripomenula 10. výročie svojho vzniku, mala už 15 MP.
- LPre SR sa zapojila do iniciatívy „Dekáda kostí a kĺbov 2000 – 2010“ a oboznámila svojich členov s textom „Manifest pre ľudí postihnutých reumatizmom“.
- Informačný bulletin 1/2000 informoval o novej forme pomoci „Osobná asistencia“.

2001

- Bol „Medzinárodným rokom dobrovoľníctva“.
- LPre SR informovala svojich členov o tom, že Vláda SR prijala „Chartu práv pacientov“.
- V júni sa v Piešťanoch konalo IV. Valné zhromaždenie LPre SR.
- Zástupkyne SMR (Ingrid Kóšová a Daniela Ferencová) sa po prvýkrát zúčastnili na Medzinárodnom kongrese mladých reumatikov (IOYR) v Nórsku v Osle.
- 10.12.2001 sa konala ustanovujúca schôdza Miestnej pobočky v Bratislave.

2002

- V marci sa v NÚRCH-u uskutočnil rekondično-reedukačný kurz pre zástupcov MP a SMR s témou „Manažéri svojej choroby“ pod vedením tajomníčky LPre SR MUDr. Márie Orlovskej.
- SMR v októbri pripravila prvý slávnostný benefičný večer pri príležitosti Svetového dňa reumatizmu (SDR), kde v programe vystúpilo Divadelné spoločenstvo Rafael na scéne Domu umenia v Piešťanoch s muzikálom Oscara Wilda „Sen o ruži“.

2003

- V marci sme si pripomenuli 50. výročie vzniku Národného ústavu reumatických chorôb v Piešťanoch.
- V auguste sme založili Klub Kĺbik, ktorý sa špeciálne venuje najmladšej generácii reumatikov a ich rodinám. V septembri sa uskutočnil prvý rekondično-edukačný pobyt KK v Lazoch pod Makytou na Čertove.

- V októbri LPre SR zorganizovala verejnú zbierku v znamení kvetu „Kostihoja lekárskeho“ v Piešťanoch, Nitre, Trenčíne, Považskej Bystrici a Lučenci, no jej výnos bol minimálny.

2004

- V máji sa konalo V. Valné zhromaždenie LPre SR.
- V lete vznikol Klub Motýlik pre pacientov so systémovým lupusom. LPre SR už mala 16 miestnych pobočiek a dva špecializované kluby.
- V júli sa zástupcovia SMR zúčastnili na Medzinárodnom kongrese mladých reumatikov IYC vo Švajčiarsku.
- V októbri sa pri príležitosti Svetového dňa reumatizmu uskutočnila tlačová konferencia, na ktorej sa zúčastnili prof. MUDr. Jozef Rovenský, predseda LPre SR, tajomníčka MUDr. Mária Orlovská, CSc. a predsedníčka SMR Jana Černáková.

2005

- LPre SR si pripomenula 15. výročie vzniku aj na podujatiach Svetového dňa reumatizmu.
- Na 49. zjazde slovenských a českých reumatológov v Piešťanoch vystúpila Ingrid Brečová so svojím dojímavým príbehom.
- Informačná kampaň k Svetovému dňu reumatizmu mala hlavnú tému „Nie ste v tom sami!“, LPre SR sa s podporou sponzorov podarila celoslovenská mediálna kampaň pre širokú verejnosť o problematike reumatických ochorení.
- LPre SR mala v roku 2005 17 miestnych pobočiek a tri kluby (SMR, Klub Kĺbik a Klub Motýlik).

2006

- „Pacient – partner“ bola téma celoročnej kampane LPre SR.
- V marci sa tajomníčka LPre SR MUDr. Mária Orlovská zúčastnila na stretnutí s Ivanom Gašparovičom, prezidentom SR.
- V máji sa uskutočnil prvýkrát spoločný pobyt členov SMR a Klubu Kĺbik (mladých reumatikov a detí s JIA) a zaviedol sa názov „rekondično-integračný pobyt“.
- Vyšla prvá pôvodná knižka z produkcie mladých reumatikov (SMR a KK) Boľavý kĺbik, ktorá bola určená hlavne rodičom novodiagnostikovaných malých pacientov – detí s JIA. Spoluautori knižku predstavili v októbri na „Vzdelávacom popoludní“ v NÚRCH-u.
- V októbri sa LPre SR zúčastnila na prezentácii

svojich aktivít v budove Národnej rady SR.

2007

- Bol Európskym rokom rovnakých príležitostí pre všetkých.
- V septembri sa v Banskej Bystrici konal 1. ročník Behu a chôdze reumatológov a reumatikov pod názvom „Rozbehnime sa pre zdravie“.

2008

- Prvýkrát bolo slávnostné vyhodnotenie Novinárskej pocty KROK. Vydali sme knižku Kamienky z mozaiky.

2009

- Predstavili sme a realizovali 2 druhy špeciálnych DVD s cvičebnými zostavami pre dospelých pacientov s RA a pre deti s JIA.

2010

- Vydali sme knižky Kamienky z mozaiky 2 (v dvojazyčnom prevedení SJ a AJ) a zborník KROK 2008 – 2009.

2011

- Abdikoval zakladajúci predseda LPre SR Prof. MUDr. Jozef Rovenský, DrSc., FRCP, ktorý je od roku 2012 Čestným predsedom LPre SR.

2012

- Za predsedníčku LPre SR bola zvolená pacientka Mgr. Jana Dobšovičová Černáková. Uviedli sme do života knižky Kde bolelo, tam bolelo... a zborník KROK 2010 – 2011. Začala spolupráca s CK Marko Polo na projekte fi emnej filantropie s názvom POMÁHAME cez portál Letenky.sk.
- Obnovili sme činnosť MP Bardejov.

2013

- Celoročné snaženie a činnosť LPre SR vyvrcholili 12. októbra Svetovým dňom reumatizmu v Bratislave. Vydali sme informačný leták s názvom VZOPRI SA. Uskutočnilo sa prvé spoločné stretnutie LPre SR a Revma Ligy ČR v Luhačovicích.

2014

- Otvorili sme Centrum sociálno-psychologickej podpory pre ľudí s reumatickým ochorením, uviedli do života knižky Materstvo a reuma a zborník KROK 2012

– 2013. Vydali sme informačný leták s názvom OPRI SA. Konalo sa stretnutie s Revma ligou ČR v Piešťanoch.

2015

- 25 rokov úspešnej činnosti LPre SR sme si pripomenuli počas roka na všetkých podujatiach a v októbri na Celoslovenskom stretnutí reumatikov v Piešťanoch. Uskutočnilo sa už 3. stretnutie s Revma Ligou ČR v Piešťanoch.

2016

- Pripomenuli sme si 25 rokov vydávania nášho časopisu Informačný bulletin Ligy proti reumatizmu na Slovensku.
- Redizajnovali sme stránky mojareuma.sk, klubklbik.sk, klubmotylik.sk
- Pripravili sme sériu podujatí na Svetový deň reumatizmu 2016, divadelné predstavenie „Všetko o ženách“ a po 8.-krát sme vyhodnotili KROK.
- Uviedli sme do života našu pôvodnú zbierku príbehov „Nálezy a straty s reumou“ a Zborník KROK 2014 – 2015.
- Zapojili sme sa do informačnej kampane „Budúcnosť je v našich rukách“.
- Vydali sme informačný letáčik Ligy proti reumatizmu SR „Aby bolo o nás počuť“.
- Klub Klábik a SMR si pripomenuli 20 rokov od prvého rekondičného pobytu mladých reumatikov v Liptovskom Jáne.

2017

- Pán profesor Jozef Rovenský odišiel do dôchodku. Pacienti a LPre SR nezabúdajú, poďakovali sme mu za všetko, čo urobil pre pacientov a zvlášť pre LPre SR.
- Začal projekt „Pohnime sa s reumou!“ na podporu aktívneho pohybu a chôdze s Nordic Walking paličkami. Na SDR 2017 v Bratislave sme spoločne urobili viac ako 3 milióny NW krokov pre reumatikov. Začal úspešný projekt odborných seminárov „Od teórie k praxi“. V Slovenskom rozhlasе sme pripravili koncert s Robom Opatovským a FS Sobotište.
- Zrealizovali sme množstvo prednáškových podujatí a dva motivačno-vzdelávacie kurzy, začali stretnutia pacientov s lekármi bez bieleho pláštá.

- Dlhoročná účtovníčka p. Viktória Ďurišová odišla do dôchodku.
- Vydali sme nový informačný letáčik „Nepremeškajte príležitosti, pridajte sa k nám“.
- Klub Klábik vydal novú knižku „Boľavé kĺbiky“.
- Založili sme nové miestne pobočky LPre v Banskej Bystrici a v Senici. Obnovili sme činnosť MP Bratislava a Čadca.
- Predsedníčka LPre SR Jana Dobšovičová Černáková reprezentovala Ligu proti reumatizmu SR v Bruseli v Európskom parlamente na 4. konferencii Európskeho parlamentu osôb so ZP.

2018

- Pokračovali sme v projekte „Pohnime sa s reumou!“ a ráтали sme NW kroky „Milión krokov pre reumatikov“. Obišli sme tzv. celú Zem po rovníku, urobili sme spoločne 106 miliónov NW krokov. Do projektu aktívneho pohybu sa zapojili stovky reumatikov.
- Na Svetový deň reumatizmu 2018 sme v Piešťanoch pripravili sériu edukačných, pohybových a spoločenských podujatí, samozrejme, aj “Od teórie k praxi 2”.
- Vyhodnotili sme 10. ročník novinárskej súťaže KROK a uviedli sme do života Zborník KROK 2016 – 2017.
- Socha Barololámača a most v Piešťanoch sa rozsvietili na modro, ako prejav spolupatričnosti s ľuďmi s reumatickým ochorením.
- Spolu s DVD pre RA a JIA už 10 rokov propagujeme rehabilitačné cvičenia v domácom prostredí. Predstavili sme novú cvičebnú zostavu pre pacientov s Bechterevovou chorobou, resp. ankylozujúcou spondylitídou.
- Vydali sme nový letáčik LPre SR „Nebud' s reumou sám!“
- V marci 2018 sa konalo už X. Valné zhromaždenie Ligy proti reumatizmu na Slovensku.
- Predsedníčka Ligy Jana Dobšovičová Černáková bola nominovaná na Slovenku roka 2018.
- Na 2. národnej patientskej konferencii AOPP boli premenené naše nominácie na ocenenie „Moja sestra“ pre podpredsedníčku LPre SR Katarínu Barančíkovú a „Môj lekár“ pre MUDr. Elenú Koškovú, detskú reumatologičku a patrónku Klubu Klábik.
- V novembri sme založili pri LPre SR nový klub, Klub Čiernych Kostí.

- Pokračovala naša edukačná činnosť, prednáškové popoludnia, motivačno-vzdelávacie kurzy besedy s reumatológmi „...bez bieleho pláštá“ a lekcie Nordic Walkingu s Luciou Okoličányovou v MP/K na celoslovenskom stretnutí REUMAWALKEROV v Piešťanoch.

2019

- Pokračoval projekt „Pohnime sa s reumou!“ a ráтали sme NW kroky „Milión krokov pre reumatikov“. Počtom krokov sme pomyselne obišli celú Zem po rovníku, urobili sme spoločne 185 miliónov NW krokov. Do projektu aktívneho pohybu sa zapojili stovky reumatikov.
- Na Svetový deň reumatizmu 2019 sme v Piešťanoch pripravili sériu edukačných, pohybových a spoločenských podujatí, samozrejme, aj “Od teórie k praxi 3”.
- Pokračovali sme v propagácii rehabilitačných cvičení v domácom prostredí: DVD pre RA a JIA a cvičebnou zostavou pre pacientov s Bechterevovou chorobou, resp. ankylozujúcou spondylitídou.
- V marci sa konalo XI. Valné zhromaždenie Ligy proti reumatizmu na Slovensku.
- V apríli sa 4 členky LPre SR zúčastnili medzinárodnej konferencie v Prahe.
- V auguste sme založili pri LPre SR nové kluby: Klub Psoriatickej artritídy a Klub Bechterevikov. V novembri sme mali zakladajúcu členskú schôdzu LPre – MP Nitra.
- Uviedli sme do života publikáciu „Chronická onemocnení léčba změni“.
- Pokračovala naša edukačná činnosť, prednáškové popoludnia, motivačno-vzdelávacie kurzy, séria besied s reumatológmi „...bez bieleho pláštá“ a edukácie sestrami. Podporili sme ďalšie lekcie Nordic Walkingu s Luciou Okoličányovou v miestnych pobočkách, kluboch a na celoslovenskom stretnutí walkerov – reumatikov v Piešťanoch.
- Na 3. národnej patientskej konferencii AOPP boli premenené naše nominácie na ocenenie „Moja sestra“ a „Môj lekár“. Ocenenie získal aj Prof. MUDr. Jozef Rovenský, DrSc., FRCP, bývalý riaditeľ NÚRCH-u, zakladajúci predseda LPre SR, čestný predseda LPre SR.

2020

- Začiatok roka bol ešte plný príprav podujatí k 30. výročiu LPre SR, no už 6. marca začala korona karanténa a výnimočný stav, kedy boli zakázané všetky reálne stretnutia a naša činnosť sa musela preniesť hlavne do on-line priestoru. V auguste sme zrealizovali 1. Motivačno-vzdelávací kurz, lebo to konečne dovoľovali epidemiologické opatrenia. Bežnou súčasťou našej výbavy sa stali rúška a respirátory. Bol zakázaný akýkoľvek blízky kontakt, začali sme si odvykať aj od podávania rúk pri stretnutí.
- V októbri sme zrealizovali on-line program SDR 2020, 30. výročia a ocenenie novinárov KROK 2019. Potešili nás vysoké čísla sledovanosti a pekné, srdečné a pozitívne hodnotenia. Uviedli sme do života Zborník KROK 2018 – 2019.

2021

- Pripravili a odvysielali sme 22 on-line vysielaní Univerzity Reumy. V auguste sme pripravili volebné Valné zhromaždenie LPre SR a Motivačno-vzdelávací kurz v Piešťanoch. Zrealizovali sme reprezentatívny prieskum RA a kampaň HOVORME O RA! Pred SDR 2021 sme zorganizovali tlačovú konferenciu. Mali sme úspešný rok na mediálne výstupy.

2022

- Zrealizovali sme 16 online vysielaní Univerzity Reumy. V máji sme zorganizovali Valné zhromaždenie LPre SR a Motivačno-vzdelávací kurz v Piešťanoch. V auguste sme založili novú LPre – MP Levice. Iniciovali sme kampaň: „Oslov svojho medika, aby si mal na staré kolená reumatológa!“ a apel „Buď náš hrdina!“. Uviedli sme do života dve knižky: Rozhovory o reume s... a Zborník KROK 2020 – 2021.

2023

- Zrealizovali sme 15 online aj prezenčné pripravených Univerzít Reumy. Napr. v Bratislave a v Bardejove sme rozvinuli tému „Len lieky nestačia“ a Jogovú terapiu pre reumatikov. V máji sme zorganizovali VZ LPre SR a Motivačno-vzdelávací kurz v Piešťanoch. V novembri sme znova obnovili činnosť v LPre – MP Senica. V kampani: „Oslov svojho medika, aby si mal na staré kolená reumatológa!“ a apel „Buď náš hrdina!“

sme získali dve mladé medičky. Jedna z nich sa už pripravuje v rezidenčnom programe na špecializáciu v reumatológii. Vydali sme dva Informačné bulletiny 1/2023 a 2/2023. Vyhodnotili sme 15. ročník novinárskej súťaže KROK 2022. Pokračovali sme v zbierke Darujme.sk, ale naše výnosy boli stále minimálne. O niečo lepšie to bolo v zbierke 2 % z asigovanej dane z príjmu FO a PO. Zorganizovali sme Svetový deň reumatizmu 2023 a Celoslovenské stretnutie REUMAWALKEROV v Piešťanoch.

2024

- Zorganizovali sme VOĽBY do Predsedníctva LPre SR 2024 a VZ LPre SR v máji 2024,
- Vznikol nový PROFI TÍM, podporili sme iniciatívu Európsky manifest EULAR 2024 – 2029 ,
- Pokračovali sme v Univerzite Reumy 2024, propagovali sme zbierku Darujme.sk.
- Jogová terapia pre reumatikov, Svetový deň reumatizmu 2024, „Pohnime sa s reumou!“, „MALOVANÉ KAMIENKOVO“, dva Motivačno-vzdelávacie kurzy LPre SR, rozvoj nového akčného PROFI tímu dobrovoľníkov LPre SR, posilňovali sme kapacity MP a klubov, MP Ilava ukončila činnosť, publikácie Rozhovory o reume s... 2 a zborník KROK 2022 – 2023, po kračovala spolupráca s médiami (projekt KROK).
- Jana Dobšovičová Černáková a Mária Lévyová – nominované na ocenenie Krištáľové krídlo.
- Nadviazali sme spoluprácu s nutričnou terapeutkou a psychologičkou z NÚRCH-u.
- Pokračujeme v projekte Reťazenie dobra a pomoci.
- V septembri zomrel prof. MUDr. Jozef Rovenský, DrSc., FRCP.

2025

- Vydali sme Informačné bulletiny LPre SR
- Zorganizovali sme Motivačno-vzdelávacie kurzy LPre SR
- Vydali sme zborník 35. rokov LPre SR
- Zorganizovali sme novinársku súťaž KROK 2024
- Pokračuje fi ančná zbierka Darujme.sk
- V spolupráci s časopisom Dieťa sme v rámci osvetu vydali sériu rozhovorov o RO
- Zúčastnili sme sa na Letnej reumatologickej škole v Štrbe pre medikov
- Pripravili sme aktívnu účasť na 68. zjazde Českých a Slovenských reumatológov v Brne.



Editorka:
Grafická úprava:
Grafické návrhy loga:

PhDr. Jana Dobšovičová Černáková
Leo Šiller
Ing. Michal Finka

Ďalej sa na prípravu
publikácie podieľali:

Mgr. Lucia Hľadáková, PhDr. Elvíra Bonová,
Darina Kostíková, Hana Velická, MP/K

Fotografie:
Vydavateľ:

z archívu LPre SR, MP/K
Liga proti reumatizmu na Slovensku
Piešťany, 2025

ISBN

978 - 80 - 973739 - 6 - 2

Podporte nás

Ak vás zaujala táto publikácia a chceli by ste nás podporiť v našej činnosti, môžete tak urobiť cez **Darujme.sk** pre pacientov s reumatickými ochoreniami na **www.mojareuma.sk**, alebo priamo zaslaním 10 €, alebo v ľubovoľnej výške, na účet: SK49 0200 0000 0000 6233 6212 VS: 0125



**LIGA PROTI
REUMATIZMU
NA SLOVENSKU**

®

Každé euro pomáha.
Ďakujeme!