

• BELLIS •

# Výroční zpráva Bellis

pomáháme ženám s rakovinou prsu 2025



# Obsah

Rok 2025 Když podpora znamená naději	3	Rakovina prsu bez příkras	32
Úvodní slovo Nikol - manažerky projektu	4	Charitativní kalendář Nádech	33
Kdo je Bellis	5	Edukace a osvěta	34
Jak Bellis pomáhá - naše služby	7	Média a společenský dopad	37
Rok 2025 v číslech	9	Ocenění naší práce v roce 2025	38
Příběhy žen: Největší smysl naší práce	10	Dobrovolníci a tým Bellis	41
Podpora žen s rakovinou prsu	11	Spolupracujeme	42
Bellis komunity v regionech	12	Dopad projektu Bellis	44
Terapeutické aktivity	15	Poděkování partnerům	47
Podpora metastatických pacientek	21	Organizační struktura projektu Bellis	48
Knihy, které provázejí ženy jejich cestou	22	Co o nás říkají naše klientky	51
Publikace Bellis: informace, které pomáhají	24	Děkujeme za důvěru a podporu	53
Podcast Bellis Pink Talks	26	Co nás čeká v roce 2026	54
Pohybové a veřejné aktivity	27		
Kampaň Pink October	29		

# Rok 2025

## Když podpora znamená naději

**Každý rok vstupují do života tisíců žen slova, která změní všechno: „Máte rakovinu prsu.“**

S touto diagnózou přichází strach, nejistota a mnoho otázek, na které často není jednoduché najít odpověď.

Projekt Bellis vznikl proto, aby žádná žena na této cestě nezůstala sama.

V roce 2025 jsme společně vytvořili stovky příležitostí pro podporu, sdílení a vzdělávání.

Organizovali jsme terapeutická setkání, přednášky, komunitní akce i osvětové kampaně po celé České republice. Vydali jsme publikace, které pomáhají ženám orientovat se v léčbě i v životě po ní a otevřeli další prostory, kde mohou ženy najít bezpečí, pochopení a podporu.

Za každou statistikou v této výroční zprávě stojí skutečný lidský příběh. Příběh ženy, která hledala odpovědi. Příběh rodiny, která potřebovala podporu. Příběh komunity, která dokazuje, že sdílená zkušenost může být zdrojem síly.

Děkujeme všem, kteří jsou součástí této cesty – partnerům, odborníkům, dobrovolníkům i ženám, které svou odvahu sdílejí s ostatními.

**Protože společně víme, že na to žádná žena nemusí být sama.**



## Úvodní slovo Nikol – manažerky projektu

Milí přátelé a podporovatelé projektu Bellis,

rok 2025 byl pro naši komunitu rokem velkého růstu, ale především rokem lidských příběhů, odvahy a vzájemné podpory. Každý den se setkáváme se ženami, které vstupují do léčby rakoviny prsu s obavami, nejistotou a otázkami, na které často není jednoduché najít odpověď. Právě v těchto chvílích je důležité vědět, že na to člověk není sám.

V Bellis se snažíme vytvářet bezpečný prostor, kde ženy mohou sdílet své zkušenosti, získat praktické informace i psychickou podporu. V roce 2025 jsme společně uspořádali stovky akcí, otevřeli další místa podpory a pokračovali v edukaci veřejnosti o prevenci rakoviny prsu. Každé setkání, každý workshop i každá zpráva, kterou od žen dostáváme, nám připomínají, jak důležitá je lidská blízkost a porozumění.

Velkou radostí je pro nás také to, že se komunita Bellisek stále rozrůstá. Ženy, které samy prošly náročnou životní zkušeností, se často stávají oporou pro další pacientky. Právě tato vzájemná solidarita a sdílená zkušenost dává projektu Bellis jeho skutečný smysl.

Děkuji všem partnerům, odborníkům, dobrovolníkům i dárcům, kteří nám pomáhají tuto práci dělat. Bez vás by mnoho žen zůstalo na své cestě osamocených.

Z celého srdce děkuji svému úžasnému týmu kolegyň – Petře Svobodové, Veronice Blahuta, Monice Krejčové, Monice Zemanové a Radce Kozákové – za jejich obrovské nasazení, čas a energii, který Bellis věnují. Obrovské díky patří hlavně celému týmu regionálních koordinátorek a dobrovolnic.

S úctou a vděčností **Nikol**



**Nikol Pazderová**  
manažerka projektu Bellis

## Kdo je Bellis

Bellis je patientský neziskový projekt Aliance žen s rakovinou prsu, o.p.s., který stojí při ženách, dívkách a maminkách s onemocněním rakoviny prsu.










Pomáháme, provázíme, podporujeme a věnujeme se prevenci.

Vznikly jsme z osobní zkušenosti žen, které si samy prošly onkologickým onemocněním a chtěly pomoci dalším ženám, aby na svou diagnózu nebyly samy.



## Nejsi na to sama

Bellis stojí při ženách s rakovinou prsu a nabízí podporu v různých fázích jejich onemocnění – od diagnózy, přes léčbu až po návrat do běžného života

-  Poskytujeme psychickou podporu a psychoterapii
-  Provázíme pacientku celou léčbou a nabízíme komplexní balíček pomoci
-  Pořádáme vzdělávací programy a akce pro pacientky – ročně jich je více než 320
-  Realizujeme programy Zpět do kondice a Pěstuj se jako vzácnou květinu  
Pomáháme také pacientkám s metastatickým onemocněním
-  Vydaly jsme knihy Nejsi na to sama – Průvodce rakovinou prsu a Průvodce životem po léčbě rakoviny prsu
-  Vytváříme podcast Bellis Pink Talks, kde sdílíme zkušenosti patientek i odborníků
-  Provozujeme Bellis Centra v Praze, Plzni, Ostravě a Zlíně
-  Po celé České republice učíme prevenci a správnou techniku samovyšetření prsu – každý rok realizujeme více než 150 workshopů
-  **Protože každá žena si zaslouží podporu, péči a naději.**

*Bellis*



# Jak Bellis pomáhá - naše služby

Projekt Bellis pomáhá ženám s rakovinou prsu v různých fázích jejich onemocnění – od diagnózy, přes léčbu až po návrat do běžného života. Naším cílem je poskytovat podporu, informace i komunitu, která ženám pomáhá zvládat tuto náročnou životní zkušenost.

Podpora, kterou Bellis nabízí, má několik hlavních oblastí.



## Podpora pacientek a komunity

- Bellis Centra v Praze, Plzni, Ostravě a Zlíně
- patientská setkání v regionech
- peer podpora od žen se zkušeností s onkologickým onemocněním
- komunitní akce a setkávání Bellisek

Tyto aktivity vytvářejí bezpečný prostor, kde ženy mohou sdílet své zkušenosti, získat podporu a setkat se s lidmi, kteří rozumějí tomu, čím procházejí.



## Terapeutické a podpůrné programy

- psychoterapeutické skupiny v Praze
- online psychoterapeutické skupiny
- terapeutické pobyty
- onko-jóga a pohybové programy
- rehabilitační cvičení po operaci prsu

Tyto aktivity pomáhají ženám zvládat psychickou zátěž spojenou s onemocněním a podporují jejich návrat k fyzické i psychické rovnováze.



## Edukace a prevence

- přednášky o prevenci rakoviny prsu
- edukace samovyšetření prsu
- osvětové kampaně
- preventivní akce pro veřejnost

Velkým tématem je také šíření povědomí o prevenci a včasném záchytu onemocnění.

## Jak Bellis pomáhá - naše služby

Projekt Bellis vytváří komplexní systém podpory, který propojuje odborné informace, komunitu a lidské porozumění.



### Publikace a informační materiály

- knihy **Nejsi na to sama** a **Průvodce životem po léčbě rakoviny prsu**
- publikace **Hlídej si je – zdraví máš ve svých rukou**
- **Průvodce péče, cvičení a pohybu po operaci prsu**
- další informační materiály pro pacientky

Tyto publikace pomáhají ženám orientovat se v léčbě, rehabilitaci i životě po onkologickém onemocnění.



### Online obsah a digitální podpora

- podcast Bellis Pink Talks
- edukativní videa o cvičení a péči o tělo po léčbě
- online cvičení onko-jógy
- informační obsah na sociálních sítích a webu

Online formáty umožňují podporu ženám i v místech, kde není dostupná osobní pomoc.



### Advokační a odborná činnost

- účast na odborných konferencích
- spolupráce se zdravotnickými institucemi
- zapojení do patientských rad KOC
- zastupování hlasu pacientek ve veřejné debatě

Cílem těchto aktivit je zlepšovat podmínky pro pacientky a přinášet jejich zkušenosti do zdravotnického systému.

# Rok 2025 v číslech

Rok 2025 byl pro projekt Bellis rokem intenzivní práce, růstu a podpory tisíců žen, které procházejí léčbou rakoviny prsu nebo se učí žít po jejím skončení. Společně s našimi dobrovolníky, odborníky i partnery jsme realizovali stovky aktivit po celé České republice.

## Rok 2025 v číslech

- 7 134** **pacientkám** s rakovinou prsu jsme poskytli pomoc a podporu
- 320** realizovaných **akcí** po celé České republice
- 8 890** **edukovaných osob** v rámci přednášek, workshopů a osvětových akcí
  - 70** **přednášek** a **workshopů** zaměřených na prevenci a život s onkologickým onemocněním
  - 153** **žen** podpořených na terapeutických pobytech v roce 2025
  - 58** **akcí** v rámci kampaně **Pink October**
  - 2** zachráněné **životy** díky preventivním edukacím
  - 1 181** rozeslaných **knih** ženám po celé republice
  - 1 326** osobně **darovaných knih** ženám po celé republice
- 266 481** **poslechů** podcastu **Bellis Pink Talks**
- 2 305** **příspěvků** a **reels** na sociálních sítích
- 9 270** vyřízených **e-mailů** s dotazy žen hledajících podporu nebo informace
  - 4** fungující **Bellis Centra**
  - 60** **mediálních výstupů** v českých médiích

Příjmy projektu Bellis v roce 2025 činily **5 183 845 Kč**, výdaje činily 4 837 954 Kč.

# Příběhy žen: Největší smysl naší práce

Za každou statistikou, každou akcí i každou edukací stojí konkrétní lidský příběh. Ženy, které do projektu Bellis přicházejí, často procházejí jedním z nejtěžších období svého života. Diagnóza rakoviny prsu přináší strach, nejistotu i pocit ztráty kontroly nad vlastním životem.

Právě proto je pro nás největší odměnou vidět, že ženy v komunitě Bellis nacházejí podporu, sílu i nové přátelství.

Jedna z žen, která se na nás obrátila po ukončení léčby, popsala své zkušenosti takto:

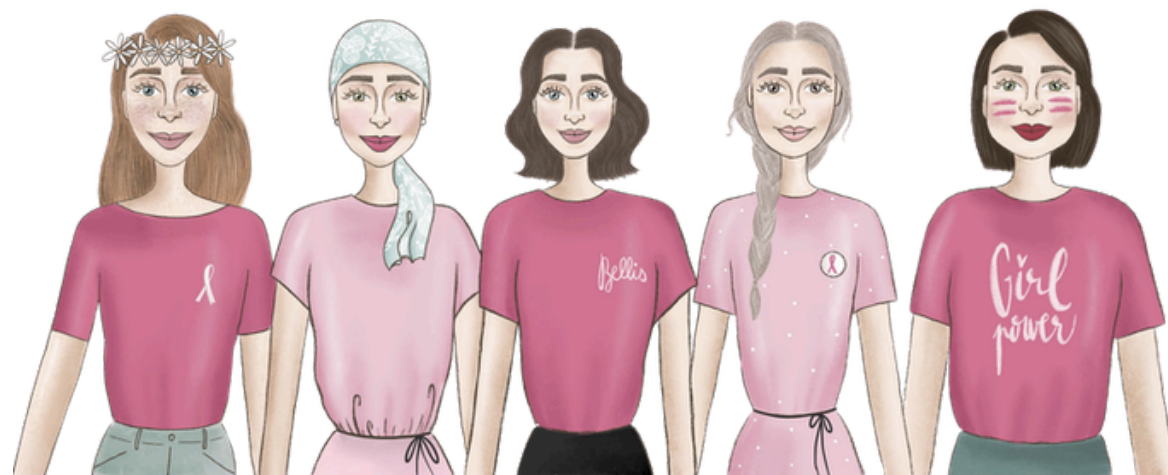
*"Opravdu jsem se těšila na období, až bude celá léčba za mnou. Jenže místo úlevy přišel strach, že se nemoc vrátí. Byla jsem unavená, psychicky vyčerpaná a okolí mě často vnímalo jako zdravou. Díky komunitě Bellis a jejich knize jsem pochopila, že to, co prožívám, je normální. Najednou jsem věděla, že na to nejsem sama."*

Podobné příběhy nás provázejí každý den. Bellis není jen projekt nebo organizace – je to především komunita žen, které si vzájemně rozumí, podporují se a pomáhají si najít cestu zpět do života.

Velký význam mají také Bellis Centra, kam mohou ženy přijít osobně, setkat se s dalšími pacientkami a získat podporu nejen pro sebe, ale často i pro své blízké. Jak popsal jeden z partnerů klientky:

*"Když moje žena během těhotenství onemocněla rakovinou prsu, byl jsem úplně ztracený. Návštěvy Bellis Centra nám pomohly najít oporu. Bylo to místo, kde jsme mohli mluvit otevřeně, kde nám rozuměli a kde jsme věděli, že v tom nejsme sami."*

Tyto příběhy nám každý den připomínají, proč má naše práce smysl. Každá žena, která díky podpoře Bellis najde odvahu pokračovat dál, je pro nás tou největší motivací.



# Podpora žen s rakovinou prsu

Hlavním posláním projektu Bellis je poskytovat ženám s rakovinou prsu bezpečný prostor, kde mohou získat informace, podporu a pochopení. V roce 2025 jsme pokračovali v rozvoji podpůrných programů, které pomáhají ženám zvládat nejen samotnou léčbu, ale i období po jejím skončení.

Bellis Yoga Fest



Pravidelně jsme organizovali **psychoterapeutické skupiny** v Praze, které ženám umožňují sdílet své zkušenosti a emoce v prostředí vzájemné důvěry. Paralelně probíhaly také **online terapeutické skupiny**, díky nimž se mohly zapojit ženy z celé republiky.

Velmi důležitou součástí podpory je také **pohyb a práce s tělem**. Proto jsme během roku realizovali například terapii tancem, onko-jógu, zážitkové jógové večery nebo pohybové programy, které pomáhají ženám vracet se zpět k vlastnímu tělu a posilovat psychickou pohodu.

Součástí podpory byly také **kreativní a relaxační workshopy** – například arteterapie, aromaterapie, krasopsaní nebo společné tvoření.

# Bellis komunity v regionech

Projekt Bellis dlouhodobě usiluje o to, aby podpora žen s rakovinou prsu byla dostupná nejen ve velkých městech, ale i napříč celou Českou republikou. Diagnóza onkologického onemocnění totiž zasahuje ženy bez ohledu na to, kde žijí – a stejně tak by měla být dostupná i pomoc, informace a komunita.



11. října: Plaveme prsa v Jablonci nad Nisou

V roce 2025 jsme realizovali desítky aktivit v regionech a spolupracovali s místními zdravotnickými zařízeními, patientskými organizacemi i komunitními centry. V roce 2025 jsme měli organizačně pokryté všechny kraje ČR. Naše akce se konaly například v Plzni, Ostravě, Zlíně, Chrudimi, Olomouci, Pardubicích, Liberci, Mostě, Havířově, Českých Budějovicích, Příbrami, Hradci Králové, Brně, Františkových Lázních nebo Mladé Boleslavi.

## Regionální aktivity zahrnovaly zejména:

- patientská setkání a komunitní akce
- přednášky o prevenci rakoviny prsu
- workshopy zaměřené na psychickou pohodu a návrat do běžného života
- pohybové a rehabilitační aktivity
- účast na regionálních zdravotních a osvětových akcích

Díky regionálním koordinátorkám a dobrovolnicím se podařilo vytvořit síť podpory, která umožňuje ženám setkávat se i mimo velká centra a sdílet své zkušenosti s dalšími pacientkami.

## Příklady regionálních akcí

- 10. května Charitativní módní přehlídka v Ostravě
- 10. května Charitativní běh a módní přehlídka v Chrudimi
- 21. září Škoda Fit půlmaraton
- 11. října Plaveme prsa Kravaře
- 11. října Plaveme prsa v Jablonci nad Nisou
- 12. října Plaveme prsa Louny
- 21. října Hlídej si je v Příbrami

V Liberci probíhalo pravidelné onko-fyzioterapeutické cvičení v bazénu a tělocvičně (1x za 14 dní).

## Bellis Centra

Velmi důležitou součástí regionální podpory jsou Bellis Centra, která poskytují bezpečný prostor pro setkávání, poradenství i vzdělávání žen s rakovinou prsu.



V roce 2025 fungovala Bellis Centra ve čtyřech městech:



Praha



Ostrava



Plzeň



Zlín



**Centra nabízejí široké spektrum podpůrných aktivit, například:**

- peer podporu od žen se zkušeností s onkologickým onemocněním
- psychoterapeutická setkání
- odborné přednášky a edukace
- onko-jógu a pohybové programy
- lymfologické poradenství
- sociální poradenství (např. návrat do práce, sociální dávky, protetické pomůcky)

V roce 2025 jsme zároveň připravovali rozšíření sítě Bellis center do dalších regionů České republiky, aby byla podpora dostupná ještě většímu počtu žen – v roce 2026 otevřeme Bellis centra v Brně, Hradci Králové a Českých Budějovicích.



# Terapeutické aktivity

Součástí podpory žen s rakovinou prsu je také péče o psychické zdraví. Onkologické onemocnění totiž nezasahuje pouze tělo, ale výrazně ovlivňuje také psychiku, vztahy, sebevnímání i každodenní život.

Projekt Bellis proto dlouhodobě rozvíjí terapeutické programy, které ženám pomáhají zvládat náročné období léčby i život po jejím skončení. Tyto aktivity vytvářejí bezpečný prostor pro sdílení zkušeností, emocí i obav a pomáhají ženám postupně znovu získávat pocit stability a jistoty.

## Psychoterapeutické skupiny

Velmi důležitou součástí podpory jsou **psychoterapeutické skupiny**, které probíhají pod vedením zkušené psycholožky s osobní zkušeností s onemocněním PhDr. Zuzany Peterové, Ph.D.

### V roce 2025 jsme realizovali:

- **psychoterapeutickou skupinu** s osobní účastí v Praze (12 setkání)
- pravidelné **online psychoterapeutické skupiny** (14 setkání), které umožňují zapojení žen z celé České republiky.

Skupinová terapie nabízí ženám prostor, kde mohou otevřeně sdílet své zkušenosti, mluvit o emocích, které často nelze sdílet ani s nejbližším okolím, a získat podporu od dalších žen, které procházejí podobnou životní situací.

Pro mnoho žen je právě tato sdílená zkušenost velmi důležitá – pomáhá jim uvědomit si, že jejich pocity jsou přirozené a že na své cestě nejsou samy.

## Terapeutické pobyty

Součástí podpory žen s rakovinou prsu jsou také **terapeutické pobyty**, které nabízejí prostor pro odpočinek, sdílení zkušeností, psychickou podporu i práci s tělem. Program pobytů kombinuje odborné přednášky, terapeutická setkání, pohybové aktivity, onko-jógu, vzdělávací workshopy i neformální sdílení v komunitě žen, které procházejí podobnou životní zkušeností.

### V roce 2025 jsme uspořádali tři terapeutické pobyty:

- 16. – 19. ledna 2025 – Terapeutický pobyt & patientská konference Bellis v Po.Spolu v Mokrovratech (70 pacientek)
- 11. – 15. června 2025 – Terapeutický pobyt na Tesance v Jizerských horách (42 pacientek)
- 7. – 9. listopadu 2025 – Jógový pobyt Bellis v Po.Spolu v Mokrovratech (41 pacientek)

Tyto pobyty umožňují ženám na několik dní vystoupit z každodenního stresu spojeného s léčbou, soustředit se na vlastní regeneraci a získat podporu od ostatních žen, které jejich situaci dobře rozumí. Pro mnoho účastnic představují důležitý moment zastavení, kdy mohou načerpat novou energii, sdílet své zkušenosti a navázat přátelství, která často pokračují i po skončení pobytu.





## Pěstuj se jako vzácnou květinu

Projekt **Pěstuj se jako vzácnou květinu** je zaměřen na podporu žen po léčbě rakoviny prsu a jejich návrat do běžného života. Léčba často zanechává nejen fyzické následky, ale také zasahuje do vnímání vlastního těla, sebevědomí a ženské identity. Právě proto jsme vytvořili program, který ženám pomáhá znovu najít vztah k sobě samým, pečovat o své tělo a postupně získávat zpět jistotu a radost ze života.

Projekt propojuje odborné rady s praktickými workshopy a přátelským komunitním prostředím, kde mohou ženy sdílet své zkušenosti a navzájem se podporovat.

V roce 2025 jsme ve spolupráci se společností **C&A** uspořádali několik workshopů v různých městech České republiky – v **Brně, Hradci Králové, Olomouci a Ostravě**. Tyto akce nabídly účastnicím možnost věnovat čas samy sobě, setkat se s dalšími ženami s podobnou zkušeností a získat praktické tipy pro péči o svůj vzhled i sebevědomí.

### Součástí programu byly například:

- workshopy líčení a péče o pleť,
- poradenství v oblasti stylingu a výběru oblečení,
- společné focení, které ženám pomohlo znovu vnímat vlastní krásu a sílu,
- sdílení zkušeností v bezpečném a podporujícím prostředí.

Projekt **Pěstuj se jako vzácnou květinu** připomíná ženám, že péče o sebe není luxus, ale důležitá součást uzdravování. Pomáhá jim znovu objevovat vlastní hodnotu, ženskost a sebevědomí po náročném období léčby

## Onko-jóga

Pohyb a vědomá práce s tělem jsou důležitou součástí návratu k fyzické i psychické rovnováze po onkologické léčbě. Proto v projektu Bellis dlouhodobě rozvíjíme program **onko-jógy**, který je přizpůsoben potřebám žen po léčbě rakoviny prsu.

Lekce probíhají **pod vedením lektorky Lucie Königové**, která se specializuje na práci s onkologickými pacientkami a pomáhá ženám bezpečně se vracet k pohybu, posilovat tělo a zároveň uvolňovat psychické napětí.

Pravidelně cvičíme **každou středu online od 18:00 do 19:00 hodin**, díky čemuž se mohou zapojit ženy z celé České republiky bez ohledu na místo bydliště. Cvičení je přizpůsobeno aktuálním potřebám pacientek a zaměřuje se na jemný pohyb, práci s dechem a postupné posilování těla po léčbě.

Z každé online lekce je zároveň k dispozici **záznam cvičení**, který mohou pacientky kdykoliv využít. Díky tomu si mohou lekce **zpětně přehrát a cvičit vlastním tempem podle aktuálních potřeb svého těla**, což je pro mnoho žen po léčbě velmi důležité. Součástí programu jsou také **zážitkové večery s onko-jógou**, které pořádáme **jednou měsíčně v Praze**. Tyto večery nabízejí ženám možnost setkat se osobně, sdílet zkušenosti a věnovat čas péči o své tělo i psychiku v bezpečném a podporujícím prostředí.

V roce 2025 jsme navíc uspořádali dva větší komunitní projekty zaměřené na onko-jógu ve spolupráci se spolkem Karma srdcem:

- 28. února – **Festival onko-jógy** (30 pacientek),
- 20. září – **Bellis Yoga Fest** (55 pacientek), který spojil pohyb, komunitu a podporu žen po léčbě rakoviny prsu.

Další významnou aktivitou byl také **jógový terapeutický pobyt**, který se konal **7.–9. listopadu 2025 v Po.Spolu**. Pobyt umožnil účastnicím na několik dní zpomalit, soustředit se na své tělo i psychickou pohodu a sdílet zkušenosti s dalšími ženami v podobné životní situaci. Program onko-jógy pomáhá ženám nejen s fyzickou regenerací po léčbě, ale také s návratem k vlastnímu tělu, posílením sebevědomí a nalezením vnitřní rovnováhy.





## Bezpečný prostor pro sdílení

Zpětná vazba od účastnic potvrzuje, že terapeutické aktivity patří mezi nejdůležitější formy podpory, které projekt Bellis nabízí. Ženy zde nacházejí nejen odbornou pomoc, ale také komunitu, která jim pomáhá zvládat náročné období s větší nadějí a pocitem sounáležitosti. Právě kombinace odborné péče, sdílené zkušenosti a lidského porozumění pomáhá ženám znovu nacházet rovnováhu a sílu pokračovat dál.





# Podpora metastatických pacientek

Zvláštní pozornost věnujeme také ženám, které žijí s metastatickým onemocněním rakoviny prsu. Tato skupina pacientek čelí specifickým výzvám, a proto považujeme za důležité vytvářet pro ně prostor podpory, sdílení zkušeností i otevřeného dialogu.

V projektu Bellis se tématu metastatického onemocnění dlouhodobě věnujeme a v roce 2025 jsme v této oblasti pokračovali v rozvoji podpůrných aktivit. Pro tuto skupinu žen máme **dedikovanou koordinátorku**, která pomáhá organizovat setkávání a vytvářet bezpečný prostor pro sdílení zkušeností a potřeb pacientek.

Metastatické pacientky se zapojují také do **psychoterapeutických skupin**, kde mohou otevřeně sdílet své obavy, zkušenosti i každodenní výzvy spojené s dlouhodobou léčbou. Velmi důležitou roli zde hraje komunita a možnost setkat se s ženami, které procházejí podobnou životní situací.

Téma života s metastatickým onemocněním se snažíme otevírat také ve veřejném prostoru. Sdílíme osobní příběhy žen v podcastu **Bellis Pink Talks**, kde se věnujeme nejen medicínským tématům, ale také psychické stránce života s metastázami, vztahům, práci nebo kvalitě života.

Problematiku metastatického onemocnění zároveň **medializujeme a sdílíme informace prostřednictvím sociálních sítí**, abychom pomohli zvyšovat povědomí o potřebách těchto pacientek a přispěli k otevřenější společenské diskusi o tomto tématu.

Do budoucna chceme podporu metastatických pacientek dále rozvíjet. **V roce 2026 plánujeme nové aktivity a programy**, které budou reagovat na jejich specifické potřeby a nabídnou další možnosti podpory, sdílení a komunitního setkávání.

Naším cílem je, aby i ženy s metastatickým onemocněním věděly, že **na své cestě nejsou samy a že existuje komunita, která jim rozumí a stojí při nich**.



# Knihy, které provázejí ženy jejich cestou



Významnou událostí roku byl **křest nové publikace „Průvodce životem po léčbě rakoviny prsu“**, který proběhl 1. dubna v Bohemia pavilonu na Pražském Výstavišti. Publikace nabízí ženám praktické rady a podporu pro období po ukončení léčby – tedy čas, který bývá často plný nejistoty, obav i nových životních výzev.

Knihy má více než 400 stran a během roku jsme ji rozeslali stovkám žen po celé České republice. Koncem roku jsme museli připravit dotisk knihy, pro její velký úspěch. Jen v roce 2025 knihu četlo více než 1 500 pacientek.

Důležitým komunikačním projektem byl také podcast Bellis Pink Talks, který přináší otevřené rozhovory o zkušenosti s rakovinou prsu, životě během léčby i po ní.

Jedním z nejvýznamnějších projektů Bellis jsou publikace **Nejsi na to sama – průvodce rakovinou prsu** a **Průvodce životem po léčbě rakoviny prsu**, které ženám přinášejí srozumitelné informace, praktické rady i podporu v období léčby i po jejím skončení.

Knihy vznikly ve spolupráci s odborníky i samotnými pacientkami a reagují na situaci, kterou ženy často popisují – po stanovení diagnózy nebo po ukončení léčby se ocitají v nejistotě, s mnoha otázkami a bez dostatečných informací. Právě proto publikace Bellis propojují odborné informace s osobní zkušeností žen, které si onemocněním prošly.

Zpětná vazba, kterou od čtenářek dostáváme, potvrzuje, že knihy často představují první oporu a průvodce v náročném období léčby i návratu do běžného života.

Mnohé ženy popisují, že díky knihám získaly pocit jistoty, pochopení a také naději.

V roce 2025 proběhl 5. dotisk 1. dílu v počtu 800 ks, 2. díl byl vytištěn v počtu 1350 ks a v listopadu jsme dotiskli 1 000 ks.

## Co o knihách říkají čtenářky

*"Kniha je plná konkrétních, praktických a srozumitelných informací. Pro mě osobně je to skutečně průvodce obdobím po léčbě. Pomohla mi pojmenovat spoustu věcí a pochopit, že v tom nejsem sama."*

*"Když v knize čtu skutečné příběhy žen, cítím velkou úlevu. Nejvíc jsem se bála ztráty vlasů a prsou, ale po otevření knihy jsem viděla, jak silné a krásné ženy v ní jsou. Ukápla mi slza – a zároveň se mi ulevilo."*

*"Kniha je naprosto skvělá. Je v ní obsaženo snad úplně všechno – praktické rady, zkušenosti žen i odpovědi na otázky, které jinde nedostanete. Pro ženy, které jsou právě v léčbě, je to obrovská pomoc a podpora."*

*"Knížku jsem doslova zhltna během dvou dnů. Stále ji mám u sebe a vracím se k jednotlivým kapitolám. Vaše kniha je pro mě v těchto chvílích vlastně nejlepší kamarádkou."*

*"Opravdu jsem se těšila na období, až bude celá léčba za mnou. Jenže místo úlevy přišel strach, že se nemoc vrátí. Byla jsem psychicky vyčerpaná. Doslova mě zachránila vaše knížka. Už jen to, jak přesně popisujete moje pocity, mi přináší obrovskou úlevu, protože vím, že se tak necítím sama. Knížka obsahuje tolik praktických rad, že se stala mojí biblí."*

## Když informace znamenají klid

Čtenářky často zdůrazňují, že právě srozumitelné a ověřené informace jim pomohly zvládnout první období po diagnóze, kdy se objevuje mnoho otázek a obav.

*"Kdybych o knize věděla dřív, začátek by nebyl tak beznadějný. Proto jsem ji doporučila i na mamografickém pracovišti, aby ji ženy dostaly hned při diagnóze."*

# Publikace Bellis: informace, které pomáhají

Dlouhodobým cílem projektu Bellis je poskytovat ženám srozumitelné, ověřené a praktické informace o rakovině prsu. Proto vznikají také publikace, které pomáhají pacientkám lépe se orientovat v léčbě, rehabilitaci i návratu do běžného života.

V roce 2025 jsme se zaměřili zejména na dvě publikace, které reagují na potřeby pacientek i zdravotnických odborníků.

## Hlídej si je – zdraví máš ve svých rukou

Publikace **Hlídej si je – zdraví máš ve svých rukou** je zaměřena především na prevenci rakoviny prsu a na důležitost pravidelného samovyšetření.

Srozumitelnou formou vysvětluje, jak správně provádět samovyšetření prsu, na jaké změny si dát pozor a kdy vyhledat lékaře. Publikace je určena široké veřejnosti a často se využívá při osvětových akcích, edukacích ve firmách nebo při preventivních kampaních.

Díky jednoduché a přehledné formě pomáhá ženám získat jistotu v tom, jak pečovat o své zdraví a včas rozpoznat varovné signály.



Ukázky z publikace **Hlídej si je – zdraví máš ve svých rukou**

# Průvodce péče, cvičení a pohybu po operaci prsu

Velký ohlas zaznamenala také publikace **Průvodce péče, cvičení a pohybu po operaci prsu**, která vznikla ve spolupráci s odborníky na rehabilitaci a fyzioterapii – Mgr. Petrou Holubovou a Mgr. Lucíí Königovou. Odborným garantem se stal onkolog prof. MUDr. Samuel Vokurka, Ph.D. z FN Plzeň.

Publikace se zaměřuje na období po operaci prsu, kdy ženy často hledají informace o tom, jak bezpečně začít s pohybem, jak předcházet komplikacím a jak postupně vracet tělo zpět do kondice.

## Průvodce obsahuje:

- doporučení pro péči o tělo po operaci
- přehled bezpečných rehabilitačních cvičení
- informace o prevenci lymfedému
- praktické rady pro návrat k běžným aktivitám
- přehledné ilustrace a návody pro domácí cvičení



Ukázky z publikace **Průvodce péče, cvičení a pohybu po operaci prsu**

V roce 2025 bylo rozdělováno **12 000 výtisků** této publikace, a to nejen mezi pacientky, ale také do zdravotnických zařízení a rehabilitačních pracovišť.

O publikaci projevily velký zájem **nemocnice, fyzioterapeuti i zdravotnická zařízení v České republice i na Slovensku**, kde je využívána jako praktická pomůcka pro pacientky po operaci prsu.

Průvodce tak pomáhá zlepšovat dostupnost kvalitních informací o rehabilitaci po onkologické léčbě a podporuje ženy v bezpečném návratu k pohybu a aktivnímu životu.

## Informace jako součást podpory

Zpětná vazba od pacientek i zdravotníků potvrzuje, že kvalitní a srozumitelné informace mohou výrazně ovlivnit to, jak ženy zvládají léčbu i období po jejím skončení.

Publikace Bellis proto nevnímáme pouze jako informační materiály, ale jako **praktické průvodce, které ženám pomáhají získat jistotu, orientaci a pocit, že na své cestě nejsou samy.**

# Podcast Bellis Pink Talks

Důležitým komunikačním projektem byl také podcast **Bellis Pink Talks**, který přináší otevřené rozhovory o zkušenosti s rakovinou prsu, životě během léčby i po ní.

Podcast **Bellis Pink Talks** se stal v posledních letech jedním z nejdůležitějších komunikačních nástrojů projektu Bellis. Přináší otevřené a citlivé rozhovory o tématech spojených s rakovinou prsu, léčbou i životem po ní.



V jednotlivých epizodách vystupují odborníci z oblasti onkologie, psychologie, fyzioterapie nebo výživy, ale také samotné pacientky, které sdílejí své osobní zkušenosti. Díky tomu podcast propojuje odborné informace s lidským pohledem na onkologické onemocnění.

Velkým přínosem podcastu je jeho dostupnost – ženy mohou rozhovory poslouchat kdykoliv a kdekoliv, často právě v období, kdy hledají odpovědi na otázky, které se objevují během léčby nebo po jejím skončení.

## Podcast se věnuje například tématům:

- zvládnání léčby a jejích vedlejších účinků
- psychické pohody během onkologického onemocnění
- návratu do práce a běžného života
- partnerských vztahů a intimity po léčbě
- pohybu a péče o tělo po operaci prsu
- prevence a včasného záchytu onemocnění



V roce 2025 zaznamenal podcast více než **266 000 poslechnů**, což potvrzuje, že potřeba otevřeně mluvit o těchto tématech je stále velmi silná. Podcast zároveň pomáhá bourat tabu spojená s rakovinou prsu a přináší ženám pocit, že jejich zkušenost není ojedinelá.

Kvalitu a přínos podcastu potvrdilo také ocenění **3. místem v soutěži Zlatý středník**, která oceňuje nejlepší komunikační projekty v České republice.

Pro mnoho žen se Bellis Pink Talks stal nejen zdrojem informací, ale také podporou v náročném období. Jak nám napsala jedna z posluchaček:

"Každý podcast mi zodpověděl spoustu otázek a pomohl mi zorientovat se v tom, co prožívám. Pomohl mi přestat se bát věcí, kterým jsem nerozuměla."

# Pohybové a veřejné aktivity

Pohyb a aktivní životní styl jsou důležitou součástí návratu k běžnému životu. Proto jsme v roce 2025 pokračovali v projektech, které propojují komunitu Bellisek se sportem a veřejností.

Zapojili jsme se například do běžeckých akcí **Night Run** (11. dubna Ostrava, 26. dubna Hradec Králové, 10. května Liberec, 24. května Brno, 9. srpna Most, 30. srpna **Neon run** Praha, 13. září Praha, 4. října České Budějovice, 11. října Olomouc), projektu **Zpět do kondice** nebo **Adidas běhu pro ženy** (6. září). Tyto akce pomáhají nejen s návratem k pohybu po léčbě, ale také s šířením povědomí o prevenci rakoviny prsu.

Night Run Praha



Night Run Olomouc



BĚŽÍM ZA ZDRAVÁ PRSA

BĚŽÍM ZA ZDRAVÁ PRSA

BĚŽÍM ZA ZDRAVÁ PRSA

# Kampaň Pink October

Říjen je každoročně měsícem věnovaným prevenci rakoviny prsu. V roce 2025 jsme v rámci kampaně **Pink October** realizovali **58 osvětových akcí** po celé České republice.

Součástí kampaně byly edukace ve firmách, veřejné přednášky, benefiční akce, sportovní události i komunitní festivaly. Velkým vrcholem kampaně byl také **Bellis Pink October Festival**, který propojuje prevenci, komunitu a podporu žen s onkologickým onemocněním.

Díky edukacím během této kampaně se podařilo zachytit **minimálně dva případy onemocnění včas**, což znamenalo reálnou šanci na záchranu života.

Velmi úspěšnou říjnovou akcí byla akce s názvem **Ride and Roses Event (RARE)** – Spanilá jízda růží. V Holešovické tržnici proběhl tento festival motorek a na spanilou jízdu Prahou na podporu žen s rakovinou prsu vyrazilo více než 170 motorek. 18 motorkářů svezlo jako symbolický návrat do života ženy, které se mají za sebou úspěšnou léčbu.

Bellis Pink October Festival



Ride and Roses Event (RARE)

## Benefiční večer Bellis



Dne **1. října 2025** jsme v pražském **Divadle Royal** uspořádali slavnostní **Benefiční večer Bellis**, který byl jedním z vrcholů letošní kampaně **Pink October**. Večer spojil umění, osobní příběhy i podporu žen s rakovinou prsu a vytvořil silný prostor pro sdílení odvahy, ženské síly a solidarity.

Součástí programu byla **charitativní módní přehlídka**, ve které vystoupily samotné pacientky – ženy, které si prošly léčbou rakoviny prsu. Přehlídka nebyla jen estetickým zážitkem, ale především symbolem odvahy, sebepřijetí a návratu k vlastnímu tělu po náročné životní zkušenosti.

Hlavním momentem večera byla premiéra **tanečního představení OB(D)RAZ**, které vzniklo v rámci projektu **Terapie tancem**. Na tomto projektu pracovaly pacientky po dobu **šesti měsíců pod vedením lektorky a choreografky Mirky Papajikové**. Během pravidelných setkání se ženy učily nejen pohybovým technikám, ale především znovu vnímat své tělo, překonávat obavy a nacházet radost z pohybu.

Výsledné představení bylo velmi emotivním vyvrcholením celého procesu. Taneční performance symbolicky vyprávěla příběh ženské síly, zranitelnosti i odvahy postavit se životní výzvě. Pro mnohé účastnice představovalo vystoupení důležitý osobní milník – moment, kdy se mohly s odstupem podívat na svou cestu nemocí a sdílet ji s publikem.

Benefiční večer tak nebyl pouze kulturní akcí, ale především silným zážitkem, který ukázal, jak může pohyb, umění a komunita pomáhat ženám znovu nacházet sebevědomí a radost ze života.

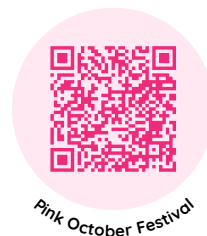


## Bellis Pink October Festival

Jednou z hlavních událostí osvětové kampaně **Pink October** byl v roce 2025 také **Bellis Pink October Festival**, který jsme uspořádali 18. října v pražském prostoru Highlight Event Space. Festival spojil odbornou konferenci, komunitní setkání i prostor pro sdílení zkušeností žen s rakovinou prsu.

Cílem festivalu bylo nabídnout pacientkám i veřejnosti přehled aktuálních informací o léčbě, prevenci, rehabilitaci i životě po onkologickém onemocnění a zároveň vytvořit bezpečný prostor pro setkání žen, které si podobnou zkušeností prošly.

Program konference nabídl sérii přednášek předních odborníků z oblasti onkologie, psychologie, paliativní péče nebo fyzioterapie. Účastnice měly možnost získat praktické informace o léčbě rakoviny prsu, možnostech rekonstrukce prsu, zvládání bolesti, paliativní péči nebo rehabilitaci po operaci.



### Mezi přednášejícími vystoupili například:

- **prof. MUDr. Samuel Vokurka, Ph.D.** – klinický onkolog
- **doc. MUDr. MgA. Kateřina Rusinová, Ph.D.** – specialista na paliativní medicínu
- **doc. PhDr. Laura Janáčková, CSc.** – klinická psycholožka
- **as. MUDr. Matěj Patzelt, Ph.D. et Ph.D.** – plastický chirurg
- **MUDr. Lucie Mouková, Ph.D.** – onkogynekoložka
- **MUDr. Šimon Kozák** – specialista na léčbu bolesti
- **Mgr. Petra Holubová** – onko-fyzioterapeutka

Součástí programu bylo také praktické cvičení zaměřené na **onko-fyzioterapii a pohyb po operaci prsu**, které účastnicím nabídlo konkrétní doporučení pro návrat k bezpečnému pohybu po léčbě.

Festival byl zároveň příležitostí představit nové projekty a publikace Bellis. Během programu proběhl také **křest nové informační brožury pro pacientky s názvem Průvodce péče, cvičení a pohybu po operaci prsu**, která pomáhá ženám orientovat se v období léčby i po jejím skončení.

Vedle odborných přednášek byl festival také místem pro neformální setkávání, sdílení zkušeností a vzájemnou podporu. Účastnice měly prostor diskutovat s odborníky, potkat další ženy s podobnou zkušeností a posílit pocit, že na své cestě nejsou samy.

Bellis Pink October Festival tak spojil **odborné informace, komunitu a podporu**, které jsou pro ženy s rakovinou prsu často stejně důležité jako samotná léčba.

# Rakovina prsu bez příkras

V roce 2025 jsme realizovali také osvětový projekt **Rakovina prsu bez příkras**, jehož cílem je otevřeně ukázat realitu života s tímto onemocněním.

Projekt představuje **deset žen a deset skutečných životních příběhů**, které spojuje zkušenost s rakovinou prsu. Každá z nich prožila svou cestu jinak – v jiném věku, v jiné životní situaci a s jinými obavami i nadějemi. Společným jmenovatelem jejich příběhů je odvaha mluvit otevřeně o tom, jak rakovina prsu skutečně zasahuje do života.

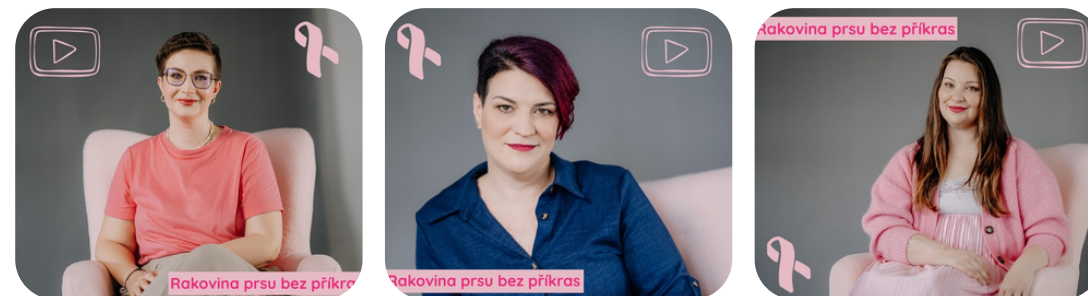


Prostřednictvím série videí sdílejí ženy své osobní zkušenosti, emoce i každodenní realitu spojenou s léčbou. Projekt ukazuje, že rakovina prsu není jen zdravotní diagnóza, ale událost, která výrazně ovlivňuje tělo, psychiku, rodinné vztahy i pracovní život.

Součástí projektu jsou také příběhy žen, které žijí s **metastatickým onemocněním**, a otevřeně popisují svou zkušenost s dlouhodobou léčbou a životem s touto diagnózou. Cílem projektu je bourat mýty a předsudky, které se s rakovinou prsu často pojí. Chceme ukázat, že nejde o nemoc, kterou lze jednoduše bagatelizovat nebo vnímat jako „méně závažnou“. Zároveň ji ale nechceme ani demonizovat – chceme ji představit takovou, jaká skutečně je.

Příběhy žen v projektu **Rakovina prsu bez příkras** nejsou stylizované ani idealizované. Jsou autentické, upřímné a někdy i velmi bolestné. Právě díky této otevřenosti mohou pomoci veřejnosti lépe porozumět tomu, čím ženy s rakovinou prsu procházejí.

Věříme, že když budeme o této zkušenosti mluvit bez příkras, pomůžeme bourat předsudky, zvýšit porozumění a posílit podporu pro ženy, které touto nemocí procházejí.



# Charitativní kalendář Nádech

V roce 2025 jsme nafotili a představili nový **charitativní kalendář pro rok 2026 s názvem Nádech**, který navazuje na dlouhodobou filozofii projektu Bellis – ukazovat ženy s rakovinou prsu otevřeně, autenticky a bez idealizace

Projekt Nádech připomíná, že i když se život po diagnóze rakoviny prsu může změnit, ženy zůstávají samy sebou – silné, krásné a autentické.



Slavnostní vernisáž a křest kalendáře proběhly **13. listopadu na Den laskavosti v prostoru Atrium Žižkov v Praze**. Setkání bylo nejen představením nového projektu, ale také společným momentem sdílení, podpory a uznání odvahy žen, které se rozhodly své příběhy otevřeně sdílet.

Kalendář Nádech zachycuje ženy v průběhu nebo po léčbě rakoviny prsu takové, jaké skutečně jsou – s jizvami, změnami na těle, někdy bez prsu, ale vždy s přítomností síly, odvahy a života. Projekt stojí na kontrastu přirozenosti a zranitelnosti, které spolu nebojují, ale přirozeně se doplňují.

Symbol **vody**, který se v projektu objevuje, představuje očistu, návrat k sobě, bezpečí a jedinečnou ženskou energii. Černobílé fotografie potlačují vše nepodstatné a nechávají vyniknout skutečnou podstatu – důstojnost, sílu a autenticitu žen, které si prošly náročnou životní zkušeností.

Ženy, které jsou součástí kalendáře, nehrají žádnou roli. Jsou samy sebou – přítomné, opravdové a neidealizované. Projekt tak připomíná, že krása nevychází z dokonalosti, ale z autentičnosti, síly a přijetí vlastního těla.

U každé fotografie je navíc umístěn **QR kód**, který čtenáře zavede k autentickému příběhu dané ženy. Díky tomu mohou lidé nahlédnout do jejich životních zkušeností a lépe pochopit, jak náročná, ale zároveň silná může být cesta léčbou rakoviny prsu.

Autorkou projektu je **Monika Krejčová**, fotografie vytvořila **Alena Marcinka Syslová**.

V charitativním kalendáři pro rok 2026 sdílejí své příběhy tyto inspirativní ženy: **Lenka Adámková, Michaela Bruno, Eva Cilínková, Klára Georges Jezdinská, Simona Jarolíková, Zuzana Ledvinová, Anna Lengyelová, Adéla Lindová, Jitka Kottová, Monika Krejčová, Lea Schwing, Pavla Šmakovičová, Martina Školníková a Žaneta Zemanová**.

# Edukace a osvěta

Jedním z klíčových pilířů činnosti Bellis je vzdělávání veřejnosti i samotných pacientek. V roce 2025 jsme realizovali **170 přednášek a workshopů**, které se zaměřovaly například na prevenci rakoviny prsu, samovyšetření, život během léčby i návrat do běžného života po jejím skončení.

Zapojovali jsme se také do odborných konferencí a zdravotnických setkání, kde jsme přinášeli perspektivu pacientů a zkušenosti žen s onkologickým onemocněním.

Velmi důležitým tématem roku 2025 byla také **kvalita života po léčbě**, včetně témat jako jsou dlouhodobé následky léčby, psychické zdraví, partnerské vztahy nebo návrat do pracovního života.





## Odborné konference a vzdělávání

Součástí práce projektu Bellis je také aktivní účast na **odborných konferencích, vzdělávacích programech a mezinárodních setkáních**, kde zastupujeme hlas pacientek s rakovinou prsu, sdílíme zkušenosti z praxe a přinášíme do České republiky nové poznatky v oblasti podpory onkologických pacientů.

Účast na těchto akcích nám umožňuje propojovat patientskou zkušenost s odborným prostředím, posilovat spolupráci s lékaři, zdravotníky i dalšími patientskými organizacemi a zároveň přinášet nové inspirace pro rozvoj našich programů.

**V roce 2025 jsme se zúčastnili například těchto konferencí a vzdělávacích setkání:**

- **29. ledna – PragueONCO** – významná mezinárodní konference zaměřená na onkologii, kde jsme se zapojili do patientské sekce
- **25. března – Konference Seznam Zprávy**
- **26. března – EUPATI** – vzdělávací program zaměřený na zapojení pacientů do výzkumu a zdravotnických rozhodovacích procesů
- **28.–30. března – Europa Donna Advocacy Training** – mezinárodní vzdělávací program zaměřený na posilování advokačních dovedností patientských organizací v oblasti rakoviny prsu
- **13. května – Jarní konference FNKV**
- **28. května – TEMPO: Intimita při a po onkologické léčbě, Praha** – odborná konference zaměřená na kvalitu života během a po léčbě
- **30. května – Písecké mamologické dny**
- **9. června – VOGUE Summit**
- **27. srpna – APO Letní škola** – vzdělávací program pro patientské organizace

- **3. září – DobroData** – konference zaměřená na práci s daty v neziskovém sektoru
- **4. září – Brněnské onkologické dny (BOD)**
- **9. října – Okno do onko, Olomouc** – odborná konference věnovaná aktuálním tématům onkologické péče
- **15. října – Patientský seminář Hradec Králové**
- **26. listopadu 2025 – APO Alumni** – setkání absolventů vzdělávacího programu Akademie patientských organizací

Díky účasti na těchto konferencích můžeme přinášet **aktuální odborné informace do našich programů** pro pacientky, rozvíjet spolupráci s odborníky a posilovat postavení patientského hlasu v českém zdravotnictví.



Konference EUC

# Média a společenský dopad

V roce 2025 se témata rakoviny prsu, prevence a podpory pacientek objevila v **60 mediálních výstupech**. Projekt Bellis tak mohl přinášet zkušenosti pacientek do veřejného prostoru a otevírat důležitá témata spojená s onkologickým onemocněním.

Vystoupili jsme například několikrát v České televizi – Sama Doma, 3x reportáž v Událostech, Českém rozhlase, TV Nova – Snídaně s Novou, reportáž v Televizních novinách, CNN Prima News nebo v řadě online a tištěných médií.



# Ocenění naší práce v roce 2025

Rok 2025 přinesl projektu Bellis také řadu významných ocenění. Velmi si jich vážíme, protože jsou potvrzením, že práce, kterou společně s komunitou Bellisek, odborníky, dobrovolníky i partnery dlouhodobě děláme, má skutečný dopad.

Každé z těchto ocenění zároveň patří všem ženám, které sdílejí své zkušenosti, odvahu a příběhy. Právě díky nim může projekt Bellis pomáhat dalším ženám, které se ocitají na začátku své onkologické cesty.

## **Ocenění Můj maják – Totem**

Nikol Pazderová z projektu Bellis získala ocenění Můj maják, které uděluje organizace Totem. Cena je určena osobnostem a projektům, které přinášejí podporu, inspiraci a světlo v náročných životních situacích. Pro nás je toto ocenění symbolickým potvrzením, že komunita Bellisek skutečně pomáhá ženám nacházet oporu v období léčby i po ní.

## **Charitativní kalendář roku – Příběh mého těla**

Velkého uznání se dočkal také náš projekt Příběh mého těla, který získal ocenění Charitativní kalendář roku. Kalendář otevřeně a citlivě představuje ženy po léčbě rakoviny prsu a jejich osobní příběhy. Projekt pomáhá bourat stereotypy o ženském těle po onkologické léčbě a zároveň přináší odvahu a naději dalším pacientkám.

## **Cena Hlasu onkologických pacientů**

Manažerka projektu Bellis Nikol Pazderová získala Cenu Hlasu onkologických pacientů, která oceňuje osobnosti dlouhodobě přispívající ke zlepšení podpory onkologických pacientů v České republice. Ocenění je uznáním její práce v oblasti patientské advokacie, podpory žen s rakovinou prsu i zvyšování povědomí o prevenci.

## **Osobnost filantropie a neziskového sektoru – Fórum Dárců**

Dalším významným oceněním pro Nikol Pazderovou se stalo ocenění Osobnost filantropie a neziskového sektoru, které uděluje Fórum dárců. Cena oceňuje mimořádné osobnosti, které svou prací dlouhodobě přispívají k rozvoji neziskového sektoru a občanské společnosti.

## Ocenění naší práce v roce 2025

### 3. místo – Zlatý středník – podcast Bellis Pink Talks

Podcast Bellis Pink Talks získal 3. místo v soutěži Zlatý středník, která oceňuje kvalitní komunikaci a projekty v oblasti médií a PR. Podcast přináší otevřené rozhovory o rakovině prsu, léčbě, psychice i životě po onkologickém onemocnění a pomáhá bourat tabu kolem tohoto tématu.

### 3. místo – Ceny Fóra dárců – kampaň Příběh mého těla

Projekt Příběh mého těla získal také 3. místo v Cenách Fóra dárců v kategorii komunikačních kampaní. Kampaň přinesla veřejnosti silná svědectví žen po léčbě rakoviny prsu a pomohla otevřít důležitou společenskou debatu o tělesnosti, ženské identitě a přijetí vlastního těla po onkologickém onemocnění.

### Cena Ď pro regionální koordinátorku Veroniku Novou

Velkou radost nám udělilo také ocenění Cena Ď, které získala naše regionální koordinátorka Veronika Nová v Plzeňském kraji. Cena Ď je tradičním poděkováním lidem, kteří pomáhají druhým. Ocenění je krásným potvrzením její dlouhodobé práce pro komunitu Bellisek v regionu.



Fórum Dárců



# Dobrovolníci a tým Bellis

Projekt Bellis stojí především na lidech – ženách a mužích, kteří věnují svůj čas, energii i osobní zkušenost tomu, aby pomáhali dalším. Dobrovolnictví je jedním ze základních pilířů fungování celé komunity Bellisek.

V roce 2025 tvořil jádro projektu **tým regionálních koordinátorek**, který čítal **21 dobrovolnic**. Tyto ženy organizují regionální aktivity, setkání pacientek, edukace i osvětové akce a pomáhají budovat komunitu Bellisek v jednotlivých krajích. Často jsou zároveň prvními lidmi, na které se nově diagnostikované ženy obracejí s prosbou o radu nebo podporu.

Velmi důležitou součástí týmu jsou také **edukátorky samovyšetření prsu**. V roce 2025 se do této role zapojilo **15 dobrovolnic**, které se aktivně podílely na preventivních přednáškách, osvětových akcích i edukacích pro veřejnost. Díky jejich práci se informace o prevenci a samovyšetření dostávají k tisícům žen po celé České republice.

Na chodu projektu se podílí také **další dobrovolníci**, kteří pomáhají s organizací akcí, distribucí materiálů, administrativní podporou nebo technickým zajištěním aktivit. V roce 2025 se do těchto činností zapojilo **6 dobrovolníků**.

Dobrovolnictví v projektu Bellis má často také hlubší rozměr – většina z dobrovolnic si samy prošly zkušeností s rakovinou prsu. Díky tomu dokážou novým pacientkám nabídnout nejen praktické informace, ale především lidské porozumění a sdílenou zkušenost.

Právě tato vzájemná podpora je jednou z největších hodnot komunity Bellisek. Ženy, které samy prošly náročnou životní zkušeností, často nacházejí smysl v tom, že mohou pomoci dalším, které jsou na začátku své cesty.

Velmi si vážíme všech dobrovolníků, kteří jsou součástí projektu Bellis. Bez jejich nasazení, empatie a ochoty pomáhat by mnoho aktivit, které realizujeme po celé České republice, nebylo možné uskutečnit.

**Děkujeme, že společně s námi pomáháte vytvářet komunitu, kde žádná žena nezůstává na svou diagnózu sama.**

# Spolupracujeme

Projekt Bellis dlouhodobě spolupracuje s řadou odborných organizací, patientských platform i mezinárodních iniciativ. Díky těmto spolupracím můžeme sdílet zkušenosti patientek, přispívat k odborné diskusi a společně usilovat o zlepšování péče o onkologické pacienty.

Velmi důležitá je pro nás také spolupráce s **lékaři, fyzioterapeuty, psychology, zdravotníky a dalšími odborníky**, kteří se podílejí na vzdělávání patientek, přípravě publikací i odborných přednáškách. Díky jejich zapojení mohou ženy v projektu Bellis získávat ověřené a aktuální informace o léčbě, rehabilitaci i životě po onkologickém onemocnění.

Spolupracujeme také s **odbornými společnostmi a zdravotnickými institucemi**, se kterými společně přispíváme k osvětě, prevenci a zlepšování kvality péče o pacientky s rakovinou prsu.

## Aliance žen s rakovinou prsu

Bellis je součástí **Aliance žen s rakovinou prsu**, která sdružuje patientské organizace zaměřené na podporu žen s tímto onemocněním.

Aliance dlouhodobě usiluje o zlepšování dostupnosti informací, podporu prevence a zvyšování kvality péče o pacientky v České republice. Společně se podílíme na osvětových aktivitách, vzdělávání patientek i odborné spolupráci se zdravotnickými institucemi.

Společně s Aliancí jsme uspořádaly 25. září akci s názvem **Race for the Cure** – běh a pochod na podporu žen s rakovinou prsu v Oboře Hvězda v Praze a akci **Pink@Work aneb Přijď v růžové do práce**, která se uskutečnila v pátek 24. října a zapojilo se do ní více než 200 našich členek a další tisíce jejich kolegů a známých. Aliance provozuje **Linku za zdravá prsa** na čísle 800 546 546 (Avon linka) a Bellis zajišťuje její obsluhu a její chod, je v provozu každý všední den od 10:00 do 18:00. Linka je důležitou pomocí v psychické podpoře žen s onemocněním rakoviny prsu a jejich blízkých. Jednou týdně ve středu od 15:00 do 18:00 je na lince k dispozici zkušený onko-psycholog.



Race for the Cure

## Hlas onkologických pacientů

Projekt Bellis je také aktivní součástí platformy **Hlas onkologických pacientů**, která propojuje patientské organizace napříč různými onkologickými diagnózami.

Cílem této iniciativy je společně prosazovat zájmy pacientů, zlepšovat komunikaci mezi pacienty, lékaři a zdravotnickými institucemi a přispívat k tomu, aby byla péče o onkologické pacienty v České republice co nejkvalitnější a nejdostupnější.

Zapojily jsme se mimo jiné do akcí 4. února Den zdraví a tisková konference na Ministerstvu zdravotnictví ČR, 2. dubna Den zdraví na Pražském hradě, 1. června jsme pomohly zorganizovat akci Survivorship Day v Tyršově domě v Praze, 6. listopadu jsme se aktivně zapojily do tiskové konference.



## Europa Donna

Na mezinárodní úrovni je Bellis součástí organizace **Europa Donna**, evropské koalice zaměřené na boj proti rakovině prsu.

Europa Donna propojuje patientské organizace z celé Evropy a společně se zaměřuje na podporu prevence, kvalitní diagnostiky, moderní léčby i zlepšování života žen po onkologickém onemocnění. Díky této spolupráci máme možnost sdílet zkušenosti s organizacemi z dalších zemí a přinášet inspiraci i do českého prostředí.

Ve dnech 28. – 30. března se naše zástupkyně Monika Krejčová zúčastnila Europa Donna Advocacy Training v Miláně.

## Mezinárodní spolupráce

Velmi si vážíme také spolupráce se slovenskou patientskou organizací **OZ Amazonky**, která dlouhodobě podporuje ženy s rakovinou prsu na Slovensku. Pro tuto organizaci naše manažerka uspořádala online školení s tím, jak funguje projekt Bellis. Sdílení zkušeností mezi patientskými organizacemi z různých zemí přináší nové pohledy na podporu pacientek, prevenci i práci s komunitou žen po léčbě.

Tyto spolupráce nám umožňují nejen rozvíjet projekt Bellis, ale také aktivně přispívat k tomu, aby byl **hlas pacientek slyšet a respektován** při rozhodování o podobě zdravotní péče.

# Dopad projektu Bellis

Projekt Bellis vznikl s jednoduchou, ale silnou myšlenkou – **aby žádná žena s diagnózou rakoviny prsu nezůstala na své cestě sama**. Každý rok se tuto myšlenku snažíme proměňovat v konkrétní pomoc, podporu a informace pro ženy napříč Českou republikou.

V roce 2025 jsme prostřednictvím našich aktivit oslovili tisíce žen, jejich rodin i širokou veřejnost. Organizovali jsme stovky akcí, realizovali desítky edukací a rozvíjeli komunitu, která pomáhá ženám zvládat jednu z nejtěžších životních zkušeností. Naším cílem není jen poskytovat informace, ale především **vytvářet prostor, kde ženy nacházejí porozumění, sdílení a naději**.



## Podpora v době, kdy je nejvíce potřeba

Diagnóza rakoviny prsu přichází často nečekaně a přináší mnoho otázek. Mnohé ženy popisují první období po diagnóze jako čas nejistoty a strachu.

Právě v těchto chvílích se snažíme být oporou – prostřednictvím knih, podcastů, terapeutických skupin, Bellis Center nebo komunitních setkání. Díky tomu ženy vědí, že existuje místo, kde mohou získat informace i lidskou podporu.

Velkou roli hraje také **peer podpora**, tedy pomoc žen, které si samy onemocněním prošly. Sdílená zkušenost často přináší pocit pochopení, který je pro pacientky velmi důležitý.

## Informace, které dávají jistotu

Jedním z nejčastějších problémů, které ženy po diagnóze zmiňují, je nedostatek srozumitelných informací. Proto se dlouhodobě věnujeme edukaci pacientek i veřejnosti.

Publikace Bellis, podcasty, přednášky i online obsah pomáhají ženám lépe se orientovat v léčbě, pochopit její dopady a připravit se na období po jejím skončení.

Mnoho žen nám píše, že právě díky těmto informacím získaly větší klid a pocit kontroly nad situací, která se jinak může zdát nepřehledná a zahlcující.

## Komunita, která pomáhá

Velkou hodnotou projektu Bellis je komunita žen, které se vzájemně podporují. Setkávání v Bellis Centrech, terapeutické skupiny, pobyty nebo komunitní akce vytvářejí prostředí, kde ženy mohou otevřeně sdílet své zkušenosti, radosti i obavy.

Pro mnoho žen je právě komunita prvním místem, kde se necítí nepochopené nebo osamělé.

## Osvěta, která zachraňuje životy

Součástí naší práce je také šíření povědomí o prevenci rakoviny prsu. Prostřednictvím přednášek, kampaní, sportovních akcí a mediálních výstupů se snažíme upozorňovat na důležitost prevence a včasného vyšetření.

V roce 2025 se díky edukacím v rámci kampaně **Pink October** podařilo zachytit minimálně dva případy onemocnění včas – ženy přišly na vyšetření právě na základě informací, které během našich aktivit získaly.

Tyto momenty nám každý rok připomínají, že prevence a sdílení informací mohou skutečně zachraňovat životy.

## Společně měníme pohled na rakovinu prsu

Projekt Bellis dlouhodobě usiluje také o změnu společenského vnímání onkologického onemocnění. Otevřeně mluvíme o tématech, která byla dříve často tabu – o psychických dopadech léčby, o ženské intimitě po operaci, o návratu do práce nebo o životě po léčbě.

Věříme, že otevřený dialog pomáhá nejen pacientkám, ale i jejich rodinám, zdravotníkům a celé společnosti lépe porozumět tomu, čím ženy s rakovinou prsu procházejí.

**Každá žena, která díky podpoře Bellis najde odvahu pokračovat dál, je pro nás důkazem, že naše práce má smysl.**





# Poděkování partnerům

Velké poděkování patří všem partnerům, institucím, organizacím i jednotlivcům, kteří projekt Bellis v roce 2025 finančně podpořili. Díky jejich důvěře a podpoře můžeme realizovat naše programy, rozvíjet podpůrné aktivity pro pacientky a šířit osvětu o prevenci rakoviny prsu.

Podpora našich partnerů nám umožňuje organizovat terapeutické programy, vzdělávací akce, vydávat publikace pro pacientky, provozovat Bellis Centra a rozvíjet komunitu žen, které si navzájem pomáhají zvládat náročnou životní zkušenost spojenou s onkologickým onemocněním.



V roce 2025 nás finančně podpořili například:

**Gilead, Roche, Novartis, Lilly, Servier, Thuasne, Lindex, Mary Kay, Stormy, ComAp, MycoMedica, Konplan, Meteor Motor, Modern Tools, Textil Eco, Firemní školky, Just, BF Media, Zita Production, Grada, Sita, Kiwi, Kooperativa, AIFP, Nadace Preciosa, Nadace VHST, Devini, Devini USA, Nika Logistic, Reflex - AktyX.**

Velmi si vážíme také podpory veřejných institucí a samospráv, které pomáhají rozvíjet naše regionální aktivity:

**Pizeňský kraj, Městská část Pízeň 3, Ostrava–Poruba, Město Chrudim, Františkovy Lázně, Obec Řež nad Labem, Úřad práce.**

Děkujeme také organizacím a partnerům, kteří nás podporují prostřednictvím charitativních akcí, veřejných sbírek a komunitních aktivit:

**Night Run, OC Nisa, NC Géčko, MC Na Zámečku, RC Kašpárek, Židovská obec, ALS.**

Velké poděkování patří také individuálním dárcům a podporovatelům, například **Luboši Krauskopfovi, Hynku Čermákovi, Romanu Frýzovi, Miroslavu Zemanovi, Lucii Haškové, Ireně Chmelíkové a mnoha desítkám dalších, kteří se rozhodli podpořit naši práci.**

Důležitou součástí financování projektu jsou také **veřejné sbírky, crowdfunding, platforma Darujme.cz a Darujspravne.cz**, prodej charitativních produktů a benefiční akce, díky nimž se do podpory projektu Bellis může zapojit široká veřejnost. Děkujeme za pomoc s fundraisingem **Lindě Kaucké.**

**Velmi si vážíme každé podpory a děkujeme, že společně s námi pomáháte ženám s rakovinou prsu na jejich cestě léčbou i životem po ní.**

# Organizační struktura projektu Bellis

Projekt Bellis je postaven na úzké spolupráci centrálního týmu a široké sítě regionálních koordinátorek a dobrovolnic, které zajišťují podporu žen s rakovinou prsu napříč celou Českou republikou.

## Vedení projektu



**Manažerka projektu:**  
**Nikol Pazderová**



**Zástupkyně manažerky projektu  
a koordinátorka projektů:**  
**Petra Svobodová**

## Centrální tým Bellis

Centrální tým zajišťuje strategické řízení projektu, koordinaci aktivit, komunikaci s partnery, organizaci akcí a rozvoj podpůrných programů.



**Nikol Pazderová**



**Petra Svobodová**



**Veronika Blahuta**



**Monika Krejčová**  
koordinátorka benefičních aktivit



**Radka Kozáková**



**Monika Zemanová**

## Regionální koordinátorky

Regionální koordinátorky jsou klíčovou součástí projektu Bellis. Organizují regionální setkání, edukace, komunitní aktivity a pomáhají budovat podporu pro pacientky ve svých krajích.

### Praha a Středočeský kraj



**Veronika Blahuta**

koordinátorka pro metastatické pacientky



**Monika Zemanová**

### Královéhradecký a Pardubický kraj



**Petra Svobodová**



**Radka Kozáková**

### Jihomoravský kraj



**Martina Gallíková**



**Silvie Kadlecová**

### Kraj Vysočina



**Květa Bulantová**

### Olomoucký kraj



**Michaela Bruno**

### Liberecký kraj



**Alena Dostálová**



**Eva Šperlová**

### Ústecký kraj



**Kateřina Krtičková**



**Markéta Strnadová**

### Zlínský kraj



**Anna Mandincová**



**Andrea Košacká**

### Karlovarský kraj



**Zuzana Zátková**

### Plzeňský kraj



**Veronika Nová**

### Moravskoslezský kraj



**Kateřina Uličková**

### Jihočeský kraj



**Božena Košnerová**

## Co o nás říkají naše klientky

„Bellisky jsou pro mě mladé inspirativní ženy, které mi zprostředkovaly spoustu nových krásných zážitků a příležitostí.“

**Belliska Kateřina U.**

„Bellis není jen pacientská organizace pro ženy s rakovinou prsu... je to rodina. Rodina, kde cítíte bezpodmínečné přijetí, podporu a souznění. Tolik holky obdivuji a cítím pokoru.“

**Belliska Veronika B.**

„Pro mě Bellisky znamenají celoživotní přátelství, sdílení emocí, edukace samovyšetření prsu a jedním slovem sedmikrásky.“

**Belliska Radka K.**

„Bellisky jsou pro mě nadějí, že v mých problémech nikdy nejsem a nikdy nebudu sama.“

**Belliska Tereza P..**

„Bellisky jsou bezpečné místo. Můžu zde sdílet své radosti i starosti. Vždy zde najdu podporu. Tvoříme sesterství.“

**Belliska Martina G.**

„I přes tu nehezku dlouhou cestu mám někde hluboko pocit obrovského štěstí. V nízkém věku se člověk dozví to, co jiní na smrtelné posteli. Já mám trochu předstih. Jedno z největších štěstí jsou Bellisky. Je to úplně jiná sorta lidí, než běžně potkáte. Často zbavených povrchních nicotných tužeb a malicherných přání. Holky, které jednoduše ví, co má a co nemá cenu řešit. Holky, které ví, že někdy jen obejmutím nebo posloucháním dokážete někomu skutečně zachránit bortící se svět.“

**Belliska Monika Z.**

„Bellisky dokážou změnit to obrovské zlo, které nás potkalo, díky sdílení a pochopení v něco krásného.“

**Belliska Monika Z.**

„Díky Belliskám jsem dostala knihu Nejsi na to sama, která mě provází celou mojí léčbou.“

**Belliska Jiřina S.**

„Pro mě Bellisky znamenají podporu, pochopení a lásku.“

**Belliska Hana Š.**





## Děkujeme za důvěru a podporu

Každá pomoc, kterou ženy v projektu Bellis dostávají, má svůj příběh. Za každým workshopem, knihou, terapeutickým setkáním nebo edukací stojí lidé a organizace, které věří, že podpora žen s rakovinou prsu má smysl.

Díky našim partnerům, dárcům a podporovatelům můžeme každý rok pomáhat tisícům žen, které se ocitnou v jedné z nejtěžších životních situací. Vaše důvěra nám umožňuje vytvářet bezpečný prostor, kde ženy nacházejí informace, podporu i komunitu lidí, kteří rozumějí tomu, čím procházejí.

Díky vaší podpoře jsme v roce 2025 mohli realizovat stovky akcí po celé České republice, rozvíjet Bellis Centra, vydávat publikace pro pacientky, organizovat terapeutické programy i šířit důležité informace o prevenci rakoviny prsu.

Vaše podpora ale není jen finanční. Je to především **společné přesvědčení, že žádná žena by neměla zůstat na svou diagnózu sama.**

Velmi si vážíme spolupráce s odborníky, zdravotnickými pracovišti, neziskovými organizacemi, firemními partnery i jednotlivými dárci, kteří se rozhodli stát součástí této cesty.

Děkujeme také všem dobrovolníkům, kteří do projektu Bellis vkládají svůj čas, energii a osobní zkušenost. Právě díky nim může komunita Bellisek růst a pomáhat dalším ženám. Společně pomáháme měnit nejen jednotlivé životy, ale i způsob, jakým se v naší společnosti mluví o rakovině prsu, prevenci a životě po léčbě.

**Děkujeme, že jste součástí této cesty.**

*Bellis*



## Co nás čeká v roce 2026

V roce 2026 chceme v projektu Bellis dále rozvíjet podporu žen s rakovinou prsu a reagovat na potřeby pacientek v různých fázích jejich onemocnění. Naším cílem je pokračovat v budování silné komunity, rozšiřovat dostupnost podpůrných služeb a přinášet nové projekty, které ženám pomohou zvládat léčbu i návrat do běžného života. V roce 2026 máme opravdu velké plány.

Jednou z našich hlavních priorit bude **další rozvoj Bellis Center**. Po centrech v Praze, Plzni, Ostravě a Zlíně chceme postupně otevřít další místa podpory tak, aby byla pomoc dostupná ženám i v dalších regionech České republiky, konkrétně v Brně, Hradci Králové a Českých Budějovicích.

Důležitým projektem bude také rozvoj programu **Průvodkyně Bellis**, který propojuje pacientky s ženami, které si samy onemocněním prošly a mohou nabídnout sdílenou zkušenost, praktické rady i lidskou podporu a to hned na začátku po sdělení diagnózy.

V oblasti prevence chceme dále rozvíjet projekt **Hlídej si je** a připravujeme také **mobilní aplikaci**, která ženám pomůže s pravidelným samovyšetřením prsu a připomene důležitost prevence.

Pokračovat budeme také v tvorbě nových **publikací a vzdělávacích materiálů**, které pomáhají ženám orientovat se v léčbě, rehabilitaci i životě po onkologickém onemocnění. Zvláštní pozornost chceme věnovat tématům spojeným s **metastatickým onemocněním**, pro které připravujeme nové podpůrné aktivity – konferenci, terapeutický pobyt, knižního průvodce a speciální psychoterapeutickou skupinu.

Součástí plánů je také rozvoj projektu **Bellis Akademie**, která se zaměří na prohlubující vzdělávání regionálních koordinátorek v oblasti podpory žen s rakovinou prsu, absolventky Akademie obdrží certifikaci „Průvodkyně Bellis“.

Věříme, že i v dalších letech budeme společně s našimi partnery, dobrovolníky a komunitou Bellisek pokračovat v práci, která pomáhá ženám procházet náročnou životní zkušeností s větší jistotou, podporou a nadějí.





# Výroční zpráva Bellis

pomáháme ženám s rakovinou prsu 2025

*Tato výroční zpráva projektu Bellis je oficiální přílohou výroční zprávy Aliance žen s rakovinou prsu, o.p.s. za rok 2025.*

*Podrobný finanční výkaz je součástí výkazu účetní uzávěrky Aliance žen s rakovinou prsu, o.p.s.*

*V Praze dne 15. března 2026 zpracovala Ing. Nikol Pazderová, MPA – manažerka projektu Bellis.*