

Zasadme slunečnici, rozsvi'tme Českou republiku 2020

4. ročník osvětové kampaně ke Světovému dni RS

O roztroušené skleróze je zapotřebí mluvit nejenom jeden den v roce

NF IMPULS



...nepředvídatelná, neuchopitelná, rozličná, plíživá, únavná, ochromující, omezující, brnivá, rozostřující, nenakažlivá, bez jasné příčiny nevléčitelná, přes to ne beznadějná...

Taková je RS očima těch, které provází životem.

Hlavní cíle: Hlavním cílem je šířit povědomí o nemoci, jejích příznacích, možnostech, které nemocní mají. I v dnešní době bourat mýty a tabu o RS, šíření polopравd a zbavit přežitých pověr (např. těhotenství a děti). Šířit pravdivé informace o nemoci, zároveň její závažnosti a upozorňovat na problém podceňování a zlehčování.

Motto akce: **Společně proti RS, aneb s RS život nekončí. Každý den přináší nové výzvy, které potřebují nová rozhodnutí.**

Termín akce: **V rámci akcí ke SDRS po celé republice**

Pořadatel: IMPULS, nadační fond, se sídlem Kateřinská 30, 120 00 Praha 2, zapsán v nadačním rejstříku vedeném Městským soudem v Praze v oddílu N vložka č. 325, IČ: 261 694 28, číslo účtu: 19- 833670227/0100, www.nfimpuls.cz spolu s Regionálními organizacemi ROSKA

Milí přátelé,

pokud jste v minulých letech sázeli slunečnice, připojili se sami se svojí slunečnicí, anebo jenom sledovali na FB, webu, jak to se slunečnicemi je, víte.

Epidemii Covid-19 stále ještě čelí celý svět i Česko a to, co je důležité – pomoc, kterou se snažíme projekty přinést lidem s RS, by si zasloužili všichni. Nejen pacienti, jejich blízcí, ale i ti, kdo kdekoli nezištně pomáhají. Ať už zastavit šíření viru, ať v první linii pomoci, tak i v zázemí, kde neúnavně tisíce lidí věnují svůj čas a energii, aby pomohli těm, kteří v té v první linii stojí...

Doufáme, že i našimi projekty pomáháme v této nelehké době, minimálně nadějí, osobní podporou, otevřením dveří budoucnosti.

Připojte se k akcím, které jsou součástí celosvětové podpory lidí s RS – Světového dne boje s roztroušenou sklerózou...

Před několika lety v červnu, když jsme nad prázdným záhonkem stáli s mnoha hosty a s novináři za zády, netušili jsme, jaký bude mít akce vůbec ohlas, jestli bude mít význam, jestli se podaří z jiné strany prolomit bariéry.






Někteří byli rozpačití, někteří si tiše mysleli, no tak ano, ale ať už to máme za sebou a odškrtneme si to. Přesně do okamžiku, než si vzali malou zahradnickou lopatku, rostlinku slunečnice a zasadili ji. Potom se usmívali a se skutečnou radostí napsali na cedulku ke slunečnici vzkaz...

A možná to je ten správný začátek, pomoci lidem kolem nás začít o eresce přemýšlet jinak, vidět konkrétní lidi, a odtud je jenom kousek k dalším věcem. Jako je podpora, zastání a pomoc na místech, kde se rozhoduje o budoucnosti.






Každá zasazená slunečnice za sebou měla mnoho úsměvů...

Rozsvítíme ČR stejně jako 24h maraton MaRS - propojuje světy a otevírá nové možnosti. Pro všechny. Nejen nemocné a jejich rodiny, ale také pro všechny ostatní, kterým ukazuje, že jsou tu lidé, kteří se nevzdávají. Kteří jsou stateční nemoci navzdory.


Co je Rozsvítíme ČR

-  „Rozsvítíme“ je vysazení slunečnic (rostlinek, semínek) v místě, které je buď veřejné – a to je zapotřebí domluvit, nebo patří Vám. Po celé republice se mohou zapojit jednotlivci, skupiny, přizvat rodiny a přátele, známé, zastupitele, školy, děti...
-  Je možné se připojit k akci konané v místě a tam, kde sázení a veřejný prostor tomu není příznivý, slunečnice rozdávat účastníkům k zasazení na zahrádkách, balkonech.
-  Proč se přidat? Budeme propagovat místa, která se připojují k sázení, v celostátních médiích.
-  **Pokud pozvete některé ze svých zastupitelů, mohou Vám pomoci při Vašich akcích, podpořit to, co potřebujete.**
-  Slovy Romana Kvapila, zakladatele maratону MaRS, „... kdyby to pomohlo jedinému člověku, má to smysl.“

Co je zapotřebí?

-  **Záhonek, místo sázení nebo spojení s akcí s kterou souzníte**
-  **Datum a čas** – akce je ke SDRS, 30. 5. 2020 a situace s Covid -19 nám zabránila již připravené a domluvené akce na mnoha místech pořádat, ale ještě je možné se být v menší míře připojit. **Napište potom den, místo a čas a Vaše sázení se může v ČR připojit do mapy akcí ke SDRS na stránkách Světové federace.**
-  **Slunečnice** – rostlinky si prosím domluvte v místním zahradnictví a cenu proplatí NFI. Je hezké, když se podaří, aby byly nakvetené, otázka ale je, jak potom dlouho vydrží hezké...
-  **Pozvěte hosty, rodinu, přátele, děti ze školy, školky... na pozvánku použijte doplňovací pozvánku, v přílohách.**
-  **Nezapomeňte napsat a poslat pozvánku, budeme ji propagovat!**

Timing sázení:

-  **S sebou:** Dobré počasí a dobrou náladu :-), důležitá je atmosféra a tu si tvoříme my, přemýšlejte o detailech happening-u, na těch záleží; rozmyslet si, co vlastně chceme a jak chceme, aby akce proběhla a dát tomu tu šťávu ☺ a směr. A když Vám něco vypadne, nic se neděje! Buď to řeknete potom, nebo se k tomu vraťte...

- 🧩 Pokud bude pršet, vezmeme si deštníky a alespoň budeme mít zalité zasazené slunečnice ☺, když nebude svítit sluníčko, slunečnice nám pomohou.
- 🧩 nezapomeňte lopatky/rýčky, možná rukavice - jednorázové stačí, vlhčené ubrousky, vodu na umytí
- 🧩 Vyzkoušejte si, že jdou rostliny snadno z květináče ven; ev. květináč lehce promnout, klepnout vzhůru dnem o hranu a držet rostlinu ať nevypadne :-)
- 🧩 **Přivítejte hosty... a i když to možná všichni vědí, řekněte pár slov o tom „proč dnes“ a „proč sázíme“ společně slunečnice...** Tak jako slunečnice každý den otáčí hlavu za sluncem... sázíme slunečnice jako symbol naděje, ke které se upínají všichni, jejichž nemoc je nevyléčitelná. RS je nemoc mladých lidí, průměrný věk, kdy je diagnostikována je 29 let (přesně 29,5); ale nevyhýbá se ani dětem do 15 let (v ČR 30 dětí).
- 🧩 lopatku a slunečnici potom dostávají postupně všichni hosté, ev. sponzoři, lékaři, pacienti, kolemdoucí; předáváme a podáváme (dokud máme rostlinky), ať na nikoho nezapomeneme...
- 🧩 **Fotografujte a pošlete fotografie do světa!**

2020

- 🧩 Jaro - sázení slunečnic, happening v rámci SDRS
- 🧩 Po sázení přichází výzva do celé republiky – připojte se s vlastní zasazenou slunečnicí!
- 🧩 Kreslete, malujte, fotografujte – NF IMPULS vyhláší soutěž – zapojte své děti, vnoučata a jejich kamarády, spolužáky, školy a hlavně - přidejte se sami!
- 🧩 Léto – musíme hodně zalévat a starat se o rostliny, ať máme co sklízet ☺
- 🧩 Podzim – tam, kde současná situace neumožní si Rozsvítíme uspořádat, můžete připravit podzimní variantu tak, jak Vám to dává smysl. Spojení se soutěží?
- 🧩 Zima - vyhodnocení soutěže dětí a besedy ve školách



Těšíme se na všechny slunečnice, fotografie, na každou zprávu, za NFI, Kateřina Bémová