

1 lutego 2012



“Mam haka na raka”

„Mam haka na raka”, to ogólnopolski program dla młodzieży, opracowany z myślą o budowaniu świadomego zdrowotnie społeczeństwa obywatelskiego. Skierowany jest do młodzieży szkół ponadgimnazjalnych. Chodzi o kształtowanie postaw prozdrowotnych poprzez edukację i umiejętne osvajanie młodzieży z tematyką nowotworową. W województwie świętokrzyskim zarejestrowało się ponad 20 zespołów, biorących udział w akcji, prowadzonej tym roku już po raz piąty. Akcji patronuje marszałek Adam Jarubas. Rozmowa z Malwiną Łatoś i Paulą Malarz z IV LO im. Hanki Sawickiej w Kielcach.

- Z jakim nowotworem “zmagacie się” w tym roku?

Malwina Łatoś: - Z nowotworem jelita grubego. Narażone są na niego szczególnie osoby po 35. roku życia, wydawałoby się więc że nas to nie dotyczy, ale przecież tak nie jest. Choroba może zaatakować naszych najbliższych: rodziców, dziadków. Tą akcją chcemy pokazać, że nie jesteśmy bezsilni wobec nowotworów, że wiemy jak postępować, aby ryzyko zachorowania jak najbardziej zminimalizować.

- Zaczniemy jednak od początku. Skąd dowiedziałyście się o akcji?

Paula Malarz: - To nie było trudne. W naszym liceum w ubiegłych latach pracowały już

takie grupy jak nasza. Tegoroczna akcja jest piątą z kolei. Nasza koleżanka Ania chodziła do gimnazjum do "Sawickiej", wiedziała więc o akcji. My chodzimy do klasy biologiczno-chemicznej, większość z nas chce zostać lekarzami, więc to naturalne, że takie akcje nas inspirują.

- Na czym polega akcja?

Malwina Łatoś: - Na uświadamianiu ludziom, jak ważne jest dbanie o swoje zdrowie, na propagowaniu postaw prozdrowotnych, na angażowaniu młodych ludzi w kampanie społeczne, które promują profilaktykę nowotworową.

Paula Malarz: - Chodzi o to, żeby zachęcić ludzi do wykonywania badań, do zdrowego odżywiania, jedzenia warzyw i owoców, bo tego rak nie lubi. Jemy za dużo czerwonego mięsa, a zbyt mało ryb. Nie pamiętamy, że pół godziny aktywności fizycznej dziennie powoduje zmniejszenie szans zachorowalności na raka. Chcemy o tym przypominać.

- Akcja jest ogólnopolska?

Paula Malarz: - Tak, ale działamy zgodnie z hasłem: „Myśl globalnie, działaj lokalnie”. Nasza grupa to pięć dziewcząt, wszystkie chodzimy do tej samej klasy. Trzymamy się razem i wiemy, że możemy na siebie liczyć. To jest taka chęć zdobycia czegoś razem. Mamy opiekuna. Jest nią nasza pani profesor od biologii Jolanta Nowak. Wymyśliłyśmy akcje, dzięki którym możemy zrealizować założenia programu. Zanim formalnie zarejestrowałyśmy naszą grupę, zapoznałyśmy się z wytycznymi. Później zdobyłyśmy patronaty: medialne i honorowe. Mamy też sponsorów, dzięki którym drukujemy plakaty, ulotki. Będziemy też mieli swoje koszulki z logo akcji, tym podstawowym, wspólnym dla wszystkich grup lokalnych w całej Polsce i logo zaprojektowanym przez naszego kolegę, z myślą tylko o naszej grupie z "Sawickiej".

- Jakie akcje macie już za sobą?

Malwina Łatoś: - Na przykład akcją owocową. 20 stycznia sprzedawałyśmy owoce naszym koleżankom i kolegom podczas długich przerw. Niewiele zarobiłyśmy, ale przy okazji propagowałyśmy naszą akcję i zdrowy sposób żywienia, rozdawałyśmy broszurki na temat zdrowych produktów. Za zarobione pieniądze kupimy maskotki na onkologię dziecięcą. 10 lutego organizujemy w Bazie Zbożowej koncert zespołów młodzieżowych. Będzie to okazja do opowiedzenia o zdrowym stylu życia, o naszej akcji. Gdy w szkole odbywały się wywiady, rodzice otrzymywali ulotki i informację o akcji, a co najważniejsze o zagrożeniu rakiem jelita grubego i o profilaktyce tej choroby. Planujemy także wyjście ze szkoły na ul. Sienkiewicza. Czekamy tylko na zakończenie druku naszych ulotek. 8 lutego zawodnicy Vive

Targów Kielce będą przed meczem rozgrzewać się, ubrani w nasze koszulki. Będziemy na tym meczu. Zrobimy wszystko, by każdy kibic dowiedział się o potrzebie profilaktyki nowotworowej.

-Nie zabiera zbyt dużo czasu ta akcja?

Paula Malarz: - Zabiera bardzo dużo czasu i niekiedy powoduje stres, gdy na przykład gonią nas terminy, ale satysfakcja jaką mamy, rekompensuje wszystko. Poza tym, sami sporo się uczymy. Może kiedyś będziemy onkologami, wiedza którą zdobywamy, doświadczenie, na pewno nam się przyda.

- Miło mi że odpowiedzieliście na moje zaproszenie do rozmowy, ale miałam nadzieję że poznam wszystkie zaangażowane w akcję dziewczyny...

Malwina Łatoś: - Zuzanna, Ania i Martyna nie mogły przyjść, bo właśnie są w Świętokrzyskim Centrum Onkologii. Dziś zaczynamy później lekcje, chciałyśmy to wykorzystać i koleżanki poszły przeprowadzić wywiad z na temat choroby jelita grubego, a my przyszłyśmy do Pani.

- Gdzie zamieścicie wywiad, który przeprowadzą koleżanki?

Paula Malarz: Na naszej stronie: mamhakanaraka4Lo@o2.pl. Zapraszamy do jej odwiedzania. Ciągłe ją aktualizujemy. Można tu znaleźć wiele cennych dla wszystkich rad i informacji.

- Gratuluję pomysłów, życzę kolejnych udanych akcji i dobrej klasyfikacji ogólnopolskiej, bo przecież „Mam haka na raka” to akcja i swego rodzaju konkurs jednocześnie.

Paula Malarz: - Tak. 29 lutego kończy się akcja w regionach. Zdamy sprawozdanie z tego co udało się zrobić i zobaczymy, czy zakwalifikujemy się do drugiego etapu. Jeśli nawet to się nie uda, pozostanie satysfakcja, że coś zrobiliśmy dla walki z rakiem.

