

## Kdo jsme a co děláme

- ▶ Dozvěděli jste se vy nebo vaši blízcí diagnózu roztroušené sklerózy a hledáte informace, co vás čeká a jak to ovlivní váš život?
- ▶ Potřebujete se poradit, jak zařídit praktické záležitosti týkající se zdravotních pomůcek či financí, nebo načerpat zkušenosti od jiných pacientů?
- ▶ Chcete se naučit cvičit a relaxovat tak, aby se vám ulevilo?
- ▶ Právě takovou pomoc najdete v Unii ROSKA – pacientské organizaci, která je díky svým pobočným spolkům nablízku pacientům ve všech regionech.
- ▶ ROSKA organizuje cvičení a rekondiční pobyty, můžete s ní plavat a chodit na výlety, poradit se o invalidním důchodu, dostupnosti léčby, rehabilitaci či lázních. A můžete se setkávat také se společností lidí, které život postavil před podobnou výzvu jako vás.

**S ROSKOU nebudete na roztroušenou sklerózu sami.**

Tento informační materiál vznikl v rámci projektu Přenos znalostí a zkušeností mezi pobočnými spolky a mezinárodní networking, který byl podpořen z Fondů EHP 2014-2021.

Iceland  
Liechtenstein  
Norway grants



**Kontakt:**  
**Unie ROSKA -**  
česká MS společnost, z. s.  
[www.roska.eu](http://www.roska.eu)  
[roska@roska.eu](mailto:roska@roska.eu)



<https://www.facebook.com/UnieROSKA>  
Křížkova 167/50  
186 00 Praha 8 Karlín  
IČ: 45768889

Zápis v registru v oddíle L 3530 vedeném u Městského soudu v Praze

**Činnost Unie ROSKA můžete podpořit darem na číslo účtu 250972195/0300.**

[www.roska.eu](http://www.roska.eu)



**Jsme tu,**  
**abychom pomáhali**  
**pacientům** s roztroušenou sklerózou a jejich blízkým žít kvalitní a důstojný život. Jsme vám nablízku díky našim regionálním pobočným spolkům



Unie ROSKA – česká MS společnost, z. s.

# Pomáháme lidem s roztroušenou sklerózou v aktivním zapojení se do života



DMS ROSKA 30  
DMS ROSKA 60  
DMS ROSKA 90  
DMS ROSKA 190  
87 777

<https://www.darujme.cz/organizace/1200703>



## Podpořte nás

Jak můžete přispět na naši činnost  
Prostřednictvím portálu **Darujme.cz**

Formou DMS  
Dárčovskou SMS ve tvaru  
**DMS ROSKA 30, DMS ROSKA 60**  
nebo **DMS ROSKA 90** zašlete na číslo **87 777**

Jak můžete přispět na naši činnost  
Příspěvkem přímo na náš účet u ČSOB, a. s.  
250972195/0300

Potvrzení pro účely odpočtu v daňovém přiznání vám rádi vystavíme.  
Kontaktujte nás prosím na e-mailu [roska@roska.eu](mailto:roska@roska.eu)

## Naše aktivity

- ▶ Unie ROSKA každoročně pořádá Roskiádu – sportovní hry pro pacienty s roztroušenou sklerózou. Scházíme, abychom si zasoutěžili a potkali se s přáteli. A také proto, abychom si připomněli důležitost pravidelného sportování pro pacienty s „ereskou“.
- ▶ Jednoduché sportovní aktivity jsou připraveny tak, aby si každý účastník vzhledem ke svému handicapu mohl vybrat tu svoji.
- ▶ Hlavním mottem akce je poselství, že i když každý z pacientů má jiné limity, hranice a možnosti, tak s roztroušenou sklerózou se dá žít, sportovat, bavit se.
- ▶ „Někteří říkají, že nejde o to vyhrát, ale zúčastnit se. Ale já myslím, že jde o to vyhrát. Vyhrát nad nepohodlím, které pro někoho přináší cestování, vyhrát nad tím, co mě dneska zrovna bolí a v neposlední řadě vyhrát nad sebou samým. Stačí, že se trefíš do koše třikrát? Nestačí. Loni to bylo třikrát a letos chci čtyřikrát. Chci vidět, že se můžu navzdory nemoci a běhu času zlepšit!“  
říká Olga Rubinová z Brna.



## Co přináší členství v ROSCE?

„V ROSCE nacházím lidi, kteří mají stejný problém jako já a ví, o čem mluvím. Jeden čas jsem o ROSCE mluvila jako o druhé rodině, protože jsem tady našla lidi, kteří mi pomohli s ‚erseskou‘ i v osobním životě.“

Jana V.

„Pro mě osobně to znamená hodně. Mám možnost se setkávat s lidmi, nacházet nové přátele a účastnit se nových aktivit.“

Eva Z.

„Díky ROSCE jsem zjistila, že na problémy nejsem sama. Nejsem sama, kdo má roztroušenou sklerózu. Nejsem sama, kdo má děti a někdy to nezvládá. Přitom jsem se dlouho bála, že když uvidím, jak může nemoc pokračovat, tak to nedám. A pak jsem přišla do ROSKY a zjistila jsem, že takhle to nefunguje. A je mi tady fajn.“

Eva Š.

## Podpořte nás

Vaše dary pomohou financovat naši činnost. Pomohou nám financovat pronájem bazénů a tělocvičen, budeme mít více prostředků na poradenství a osvětu. Pomoc v hodnotě ceny jednoho oběda pomůže pacientům s RS uhradit jednu hodinu rehabilitačního plavání.

**S ROSKOU nebudete na  
roztroušenou sklerózu sami.**