

## 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 – patientské 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, rehabilitací či lázních. A můžete se setkávat také se společností lidí, které život postavil před podobnou výzvu jako vás.

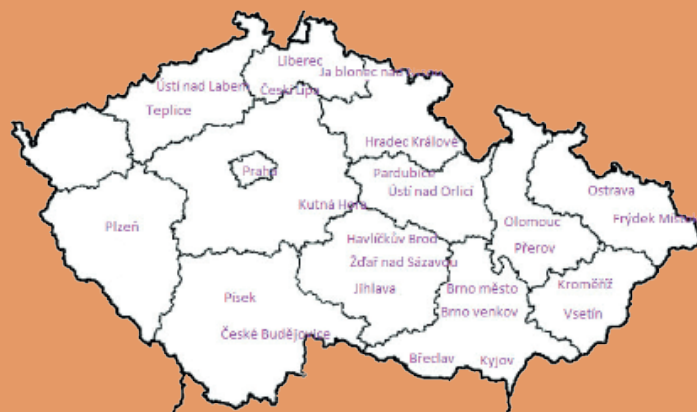
**S ROSKOU nebudete na roztroušenou sklerózu sami.**

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>  
Křížíkova 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 i v Českých Budějovicích, kde máme regionální organizaci **ROSKA České Budějovice**



Unie ROSKA – česká MS společnost, z. s.

Jsme tu,  
abychom pomáhali lidem  
s roztroušenou sklerózou,  
propojili svět zdravých  
a nemocných a dali šanci  
na kvalitní život všem,  
co jej chtějí aktivně prožít!



## Kontakt

Lipenská 869/17,  
České Budějovice, 37001

776 369 693

roska@roska-cb.cz  
www.roska-cb.cz

<https://www.facebook.com/roskacb/>

<https://www.instagram.com/roskaceskebudejovice/>

<https://www.youtube.com/channel/UCuWMu-MD2nE6Pp77ThQCdbw>

<https://www.darujme.cz/pomahame-lidem-s-roztrousenou-sklerozou>

## Aktivity

- ▶ Rekondiční pobyty
- ▶ Přednášky pro pacienty
- ▶ Setkávání
- ▶ Osvětové, kulturní, benefiční a sportovní akce
- ▶ Spolupracujeme s WalkAide
- ▶ Zaměstnáváme OZP na chráněném trhu práce
- ▶ Plavání
- ▶ Rehabilitační cvičení
- ▶ Skupinová cvičení
- ▶ Individuální rehabilitace

## Naše akce

- ▶ Cvičební maratón **MaRS**
- ▶ Rozsvíťme Budějce – Sazení slunečnic a osvěta o RS
- ▶ **Trousíme se na Kleť**
- ▶ PonoRoska - aneb pro lidi s RS noříme se do Malše
- ▶ Osvětové a edukační přednášky ve školách - o dobrovolnictví, RS a společenské odpovědnosti



## Kdo jsme

Jsme tady pro lidi s roztroušenou sklerózou, abychom jim byli oporou a průvodcem úskalími, která tato zákeřná invalidizující nemoc přináší.

Nabízíme nejen prvotní poradenství po sdělení diagnózy ohledně nemoci, léčby, pracovního uplatnění, partnerských, osobních i sociálních problémů, ale snažíme se pacienty přimět nevzdat jejich boj s „ereskou“ a pasivně nečekat na „záračnou léčbu“, aby se sami aktivně zapojovali do zlepšení svého zdravotního stavu pravidelným cvičením a zdravým životním stylem. A daří se nám to! V r. 2019 jsme otevřeli Rehabilitační a poradenské centrum ROSKY ČB, kde nabízíme možnost individuálního i skupinového cvičení pod odborným dohledem fyzioterapeutů a cvičitelek s ohledem na specifika nemoci a bez dlouhých objednacích lhůt, které jsou ve státních zařízeních obvyklé.

Spolupracujeme s Jihočeskou univerzitou a Biskupským gymnáziem - studenty seznamujeme se společenskou odpovědností a spolupracujeme s nimi v rámci dobrovolnictví na našich akcích. ROSKA České Budějovice v současné době poskytuje 5 pracovních míst - všechna jsou určena pro osoby na chráněném trhu práce.

## Získaná ocenění:

- Cena hejtmana Jihočeského kraje - Anděl 2021 za pozitivní přístup ke zdravotně postiženým
- 2. místo Ceny hejtmana Jihočeského kraje za společenskou odpovědnost v letech 2020-2021
- Zdravotně postižený zaměstnanec roku - předsedkyně org. Bc. Věra Švábová