



Atmintinė onkologiniam pacientui – kokias galimybes suteikia POLA

NUOLAT DIRBAME, KAD ONKOLOGINE LIGA SUSIRGUSIEMS ŽMONĖMS BŪTŲ SUDAROMOS GERESNĖS GALIMYBĖS SVEIKTI.

Esame dėkingi už kiekvieną auką, skirtą POLA veiklai – pakvieskite savo artimuosius ir bičiulius paaukoti bei taip stiprinti POLA. Kad atsivertų daugiau kelių reikalingiems pokyčiams kurti ir drauge sveikti!

Skirkite 1,2% GPM paramą | POLA įm. kodas 302704554

Paaukoti galima:

siunčiant SMS
trumpuoju numeriu 1670 įrašant

POLA2

auka

2

Eur

POLA5

auka

5

Eur

Pervedant lėšas
į POLA sąskaitą,
esančią
SEB banke:

Sąskaitos Nr. **LT 63 7044 0600 0779 8055,**
banko kodas: **70440, AB SEB bankas**
Gavėjas: **Pagalbos onkologiniams ligoniams asociacija**
Įmonės kodas: **302704554**

POLA TEIKIA AKTUALIĄ INFORMACIJĄ, PADEDANČIĄ SVEIKTI



El. paštu ir Facebook paskyroje „POLA prieš vėžį“ nuolat teikiama pacientams aktuali informacija sveikatos ir socialiniais klausimais.



Organizuojame edukacinius renginius ir terapinius užsiėmimus pacientams ir jų artimiesiems.



Mūsų „YouTube“ kanale „POLA prieš vėžį“ rasite vykusių webinarų įrašus – skirtingų temų, apie 50 skirtingų specialistų, taip pat trumpas video paskaitas onkologiniams pacientams aktualiomis temomis (mityba, fizinio aktyvumo pratimai, šalutinių poveikių valdymas ir pan.).



Edukacinius leidinius galite skaityti mūsų svetainėje www.pola.lt skiltyje „Pagalba sau“. Čia rasite patarimų, kaip atpažinti onkologinę ligą, vertingų žinių apie diagnostiką ir gydymą, patarimus, kaip įsitraukti į savo ir artimojo gydymo procesą, slaugą, paliatyviąją pagalbą, gyvenimą susirgus vėžiu, patarimus, kaip sustiprėti po vėžio gydymo.



Kviečiame naudotis POLA mobiliąja programėle – tai išmani pagalba pacientui: lengvesnė ligos ir nepageidaujamų reiškinų kontrolė, galimybė anonimiškai pasilyginti su kitais pacientais, kartu tai – ir POLA kortelė Jūsų telefone, dovanos už aktyvumą. **Daugiau informacijos www.pola.lt skiltyje „POLA PROGRAMĖLĖ“.**



Kviečiame jungtis prie POLA moderuojamų aktyvių ir palaikančių pacientų bendruomenių socialiniame tinkle „Facebook“. Uždaroje grupėse pacientai dalinasi savo patyrimais, jiems taikomais gydymo metodais, kita naudinga informacija. Prisijunkite prie Jums aktualios bendruomenės: **f** Gyvenimas sergant krūties vėžiu **f** Gyvenimas sergant melanoma **f** Gyvenimas sergant prostatos vėžiu **f** Gyvenimas sergant plaučių vėžiu. Onkologiniams pacientams aktualią informaciją kiekvieną dieną rasite ir POLA „Facebook“ paskyroje: „POLA prieš vėžį“.

POLA KORTELĖS NAUDOS:



Nuo 2021 sausio 1 d. 80 proc. nuolaida viešajam transportui



Nuolaidos vaistams, tyrimams ir kitoms prekėms daugiau nei 140-yje įmonių visoje Lietuvoje. Nuolaidų partnerius rasite www.pola.lt skiltyje „Pola kortelė“



Kvietimai nemokamai dalyvauti kultūros ir meno renginiuose, bendradarbiaujant su 80 kultūros įstaigų



POLA renginiai, seminarai, mokymai, terapiniai užsiėmimai. Renginių kalendorių rasite www.pola.lt skiltyje „Aktuali informacija“



Nemokamos specialistų konsultacijos: psichologų, dietologų, teisininkų

POLA KORTELĖS TURĖTOJAI IR JŲ ARTIMIEJI GALI NAUDOTIS NEMOKAMOMIS SPECIALISTŲ KONSULTACIJOMIS
Konsultacijos teikiamos telefonu Jums patogiu metu:



PSICHOLOGINĖS

Jums ar Jūsų artimajam bus suteikta profesionali psichologo parama, kad gydymo ir sveikimo procesas būtų lengvesnis.



TEISINĖS

Gausite atsakymus į klausimus, susijusius su sveikatos, darbo, socialinės apsaugos, draudimo, paveldėjimo teise.



MITYBOS

Dietologas, atsižvelgdamas į Jūsų ligos diagnozę, atsakys į Jūsų klausimus, patars ir pakonsultuos.



POLA gina pacientų teises ir interesus

Dalyvaudami teisėkūros procesuose, aktyviai siekiame, kad pacientams būtų užtikrinamos svarbios socialinės garantijos

Kaip gauti POLA konsultaciją?

Registruokitės tel. 8 606 07257, el. paštu konsultacijos@pola.lt arba užpildykite konsultacijų anketą www.pola.lt skiltyje „Konsultacijos“.

DĖL POLA KORTELĖS KREIPKITĖS Į POLA SAVANORĮ JŪSŲ MIESTE:

Alytus +370 650 56151

Birštonas +370 673 70929

Biržai +370 685 36008

Druskininkai +370618 13644

Elektrėnai +370 686 09252

Gargždai +370 655 40839

Ignalina +370 602 85954

Lazdijai +370 689 10881

Jonava +370 685 36670

Kaišiadorys +370 640 36591

Kaunas +370 654 01722

Kelmė +370 690 90770

Kėdainiai +370 643 61634

Klaipėda +370 672 44774

Marijampolė +370 615 49186

Mažeikiai +370 615 18118

Molėtai +370 603 93741

Pakruojis +370 612 27832

Panevėžys +370 616 87088

Pasvalys +370 612 83814

Plungė +370 615 79742

Radviliškis +370 677 41265

Raseiniai +370 672 42904

Rokiškis +370 670 97356

Skuodas +370 614 79577

Šiauliai +370 640 34490

Šakiai +370 620 13680

Šalčininkai +370 686 86781

Šilalė +370 616 28899

Šilutė +370 656 59556

Tauragė +370 686 54112

Telšiai +370 615 76778

Trakai +370 638 57159

Utena +370 675 13225

Ukmergė +370 618 27984

Varėna +370 621 40273

Vilnius +370 641 05879

Vilkaviškis +370 673 70667

POLA GIDAI EINANTIEMS ONKOLOGINĖS LIGOS KELIU

Šie POLA savanoriai, kurie patys yra/buvo onkologiniai pacientai arba jų artimieji, padeda sergantiesiems ar jų artimiesiems nepasiklysti informacijos apie ligą gausoje, įkvėps kasdienybėje ir neš viltį gyvenimui. Taip pat jie padės susiorientuoti, kaip išspręsti praktinius gyvenimo klausimus, tokius kaip išmokos, nedarbingumo nustatymo procedūros, paaiškins, kokią pagalbą gali suteikti POLA.

Susirgimo lokalizacija	Vardas ir telefono numeris	Galima skambinti	Aprašymas
Galvos smegenų	Jurgita +370 620 88788	I ir III 18-19 val.	Artimoji nuo 2021 m. (40-49 m., serga vaikas)
Gaubtinės žarnos	Jolanta +370 677 41148	II ir IV 17-20 val.	Pacientė nuo 2020 m. (40-49 m.)
Gimdos kaklelio	Danguolė +370 677 43982	II ir IV 10-12 val.	Pacientė nuo 2016 m. (40-49 m.)
	Kristina +370 668 29076	I 11-12 val. II ir V 11-13 val.	Pacientė nuo 2017 m. (50-64 m.)
	Jovita +370 683 00830	III ir IV 9-11 val.	Pacientė nuo 2017 m. (50-64 m.)
	Ilona +370 600 44061	I 20-21 val.	Pacientė nuo 2018 m. (40-49 m.)
Gimdos kūno	Rita +370 677 45248	II 15-17 val.	Pacientė nuo 2012 m. (50+ m.)

Susirgimo lokalizacija	Vardas ir telefono numeris	Galima skambinti	Aprašymas
Hodžkino limfoma	Ligita +370 677 87981	VI 17-19 val. VII 18-20 val.	Pacientė nuo 1995 m. (50-64 m.)
	Nijolė +370 677 90854	II, III ir IV 18-20 val.	Pacientė nuo 2002 m. (50-64 m.)
	Ligita +370 677 45186	IV 15-17 val.	Pacientė nuo 2003 m. (40-49 m.)
	Rita +370 677 41265	II 12-13 val. V 16-17 val. VII 15-16 val.	Pacientė nuo 2013 m. (30-39 m.)
Inkstų	Dovilė +370 647 33251	III 10-11 val.	Pacientė nuo 2021 m. (18-29 m. vaikystėje diagnozuotas VHL sindromas)
Kasos	Jolanta +370 677 45135	IV 9-10 val.	Pacientė nuo 2022 m. (50-64 m.)
Kiaušidžių (nebrandi teratoma)	Emilija +370 645 49699	VI ir VII 11-12 val.	Pacientė nuo 2021 m. (18-29 m.)
	Justė +370 677 89149	II ir IV 14-16 val.	Pacientė nuo 2022 m. (18-29 m.)
Kiaušidžių	Aušrinė +370 677 45264	I-V nuo 16 val.	Pacientė nuo 2020 m. (40-49 m.)
	Asta +370 645 49701	II ir III 11-12 val.	Pacientė nuo 2021 m. (40-49 m.)

Susirgimo lokalizacija	Vardas ir telefono numeris	Galima skambinti	Aprašymas
Kiaušidžių	Vaida +370 677 43967	III ir IV 16-17 val.	Artimoji nuo 1999 m. (40-49 m.)
	Loreta +370 698 51693	II 20-22 val.	Artimoji nuo 2020 m. (50-64 m.)
Krūties	Aksana +370 677 90900	I ir III 19-21 val	Pacientė nuo 2013 m. (40-49 m.)
	Jolita +370 661 43202	IV 16-18 val.	Pacientė nuo 2015 m. (50-64 m.)
	Virginija +370 677 90878	II 17-19 val.	Pacientė nuo 2016 m. (40-49 m.)
	Vilija +370 620 13680	IV 16-18 val. VI 12-14 val.	Pacientė nuo 2016 m. (50-64 m.)
	Salomėja +370 677 90838	III ir IV 17-21 val.	Pacientė nuo 2019 m. (50-64 m.)
	Vilhelma +370 677 45081	VII 16-18 val.	Pacientė nuo 2019 m. (50-64 m.)
	Milda +370 608 76374	VII 18-20 val.	Pacientė nuo 2021 m. (30-39 m.)
Kiaušidžių	Kristina +370 612 40095	I 9-13 val. VI 19-21 val.	Pacientė nuo 2021 m. (40-49 m.)
	Jolita +370 677 45037	I, III ir V 15-19 val. VII 13-17 val.	Pacientė nuo 2021 m. (50-64 m.)

Susirgimo lokalizacija	Vardas ir telefono numeris	Galima skambinti	Aprašymas
Krūtis	Radvilė +370 611 43246	I ir III 12-13 val.	Pacientė nuo 2022 m. (40-49 m.)
	Rasa +370 658 49967	IV ir VII 19-20 val.	Pacientė nuo 2022 m. (40-49 m.)
Liežuvio šaknies	Oksana +370 683 31902	VI 10-12 val. VII 15-17 val.	Artimoji nuo 2018 m. (30-39 m.)
Limfoma	Inga +370 677 89194	VI ir VII 15-16 val.	Pacientė nuo 2021 m. (30-39 m.)
	Jūratė +370 677 45167	III ir IV 19-20 val.	Pacientė nuo 2021 m. (50-64 m.)
	Jolita +370 677 45037	I, III ir V 15-19 val. VII 13-17 val.	Artimoji (50-64 m.)
Mieloma	Rasa +370 632 14649	II 17-18 val. IV 16-17 val.	Pacientė nuo 2020 m. (50-64 m.)
	Renata +370 631 45265	II 18-20 val.	Artimoji nuo 2022 m. (30-39 m.)
Melanoma	Rita +370 671 18983	II ir V 11-13 val.	Pacientė nuo 2001 m. (50-64 m.)
Sėklidžių	Edmundas +370 652 44606	IV ir VI 13-14 val.	Pacientas nuo 2019 m. (50-64 m.)

Susirgimo lokalizacija	Vardas ir telefono numeris	Galima skambinti	Aprašymas
Plaučių	Kristina +370 630 82897	V 9-11 val.	Pacientė nuo 2022 m. (40-49 m.)
	Oksana +370 683 31902	VI 10-12 val. VII 15-17 val.	Artimoji nuo 2021 m. (30-39 m.)
Prostatos	Audrius +370 682 29703	II ir IV 21-22 val.	Pacientas nuo 2018 m. (50-64 m.)
	Dalija +370 677 89053	III 18-19 val.	Artimoji nuo 2008 m. (65+ m.)
	Jūratė +370 685 20376	VI ir VII 14-15 val.	Artimoji nuo 2010 m. (40-49 m.)
Sarkoma	Ilona +370 677 91045	IV 17-21 val.	Pacientė nuo 2016 m. (40-49 m.)
Skydliaukės	Galina +370 672 02282	I ir II 19-20 val.	Pacientė nuo 2004 m. (50-64 m.)
	Kristina +370 686 09252	II ir VII 19-20 val.	Pacientė nuo 2017 m. (40-49 m.)
Skrandžio	Laima +370 656 73892	VI ir VII 10-11 val.	Pacientė nuo 2010 m. (50-64 m.)
	Liudmila +370 677 89014	I-V 8-17 val.	Pacientė nuo 2014 m. (50-64 m.)
	Indrė +370 676 90495	I 10-12 val.	Pacientė nuo 2021 m. (30-39 m.)

Susirgimo lokalizacija	Vardas ir telefono numeris	Galima skambinti	Aprašymas
Skrandžio	Aušra +370 699 49890	I ir II 12-13 val.	Pacientė nuo 2022 m. (50-64 m.)
	Regina +370 670 09524	II ir III 13-14 val.	Artimoji nuo 2011 m. (30-39 m.)
Šlapimo pūslės	Kazys +370 682 27671	I, III ir V 15-16 val.	Pacientas nuo 1998 m. (65+ m.)
	Henrikas +370 614 53747	I - V 8 -17 val.	Pacientas nuo 2016 m. (65+ m.)
	Remigijus +370 698 88506	IV 19-21 val.	Pacientas nuo 2020 m. (50-64 m.)
	Simona +370 605 46903	I ir V 9-10 val.	Artimoji nuo 2021 m. (18-29 m.)
Žarnyno	Vaiva +370 652 76347	IV ir V 20-21 val.	Pacientė nuo 2021 m. (50-64 m.)
Plonosios žarnos	Rimutė +370 677 87827	IV 16-18 val.	Pacientė nuo 2013 m. (50-64 m.)
Riestinės žarnos	Vaida +370 677 89102	I 11-14 val.	Pacientė nuo 2021 m. (30-39 m.)
Storosios žarnos	Marytė +370 699 77072	II ir V 20-21 val.	Pacientė nuo 2013 m. (50-64 m.)

Susirgimo lokalizacija	Vardas ir telefono numeris	Galima skambinti	Aprašymas
Storosios žarnos	Jurgita +370 645 49411	I ir IV 9-13 val. VII 10-13 val.	Pacientė nuo 2018 m. (40-49 m.)
	Arvydas +370 677 87981	I ir II 13-15 val. III 14-15 val.	Pacientas nuo 2019 m. (65+ m.)
Tiesiosios žarnos	Almantas +370 645 49984	I - V 10-20 val.	Pacientas nuo 2022 m. (50-64 m.)
Nenurodyta	Neringa +370 603 93741	II ir IV 18-20 val. VII 15-18 val.	Artimoji, 30-39 m.

KAIP GAUTI POLA KORTELĘ?



POLA kortelę gali gauti kiekvienas asmuo, kuriam diagnozuota onkologinė liga.

Kortelė suteikiama pateikus onkologinės ligos diagnozę patvirtinantį dokumentą bei asmens dokumentą.

Užsisakykite internetu: **www.pola.lt** ir kortelė registruotu paštu atkeliaus Jūsų nurodytu adresu.

Kortelė yra nemokama, tik imamas 5 Eur siuntimo mokestis.

Daugiau informacijos apie POLA kortelę

 +370 620 74 646

 POLA kortelė

pola_association

 kortele@pola.lt

 POLA prieš vėžį

www.pola.lt