

Od raka dojke oboljet će svaka 9. žena u Istri.

Oboljevaju žene svih dobnih skupina.

Više od trećine oboljelih žena umire jer su bolest otkrile u kasnom stadiju.

Na neke uzroke raka dojke ne možemo preventivno djelovati,  
stoga je važno bolest otkriti u ranoj fazi kada je izlječiva.

## POBIJEDI STRAH OD PREGLEDA!



NE "ĆU BEN",  
HODI ZAJNO

Gea Pula, Klub žena liječenih od karcinoma dojke

gea

## RAK JE IZLJEČIV AKO SE NA VRIJEME OTKRIJE!



NE "ČU BEN",  
HODI ZAJNO



SKENIRAJ I NAUČI KAKO!

Odvoji 5 minuta svakog mjeseca i sama pregledaj svoje dojke.



Svake godine napravi ultrazvuk dojke.



Ako si starija od 36 godina, svake dvije godine napravi mamografiju.



Brini se o svom zdravlju, jedi zdravo, budi fizički aktivna, izbjegavaj alkohol i duhanske proizvode.

### TREBAŠ LI POMOĆ ILI SAVJET, GEA PULA PRUŽA PODRŠKU:

- psihoterapeuta;
- onkologa;
- farmaceuta;
- savjetima o prehrani i prirodnim načinima održavanja zdravlja;
- limfne drenaže i medicinskih vježbi;
- joge i FIT grupe;
- kreativnim radionicama.



[www.geapula.hr](http://www.geapula.hr)

Gea Pula, Klub žena liječenih od karcinoma dojke  
**gea**

Klub žena liječenih od karcinoma dojke "Gea" - Pula,  
Nobileova 1, 52100 Pula  
Radno vrijeme: pon - uto / čet - pet: od 9 do 11 h,  
srijedom od 17 do 19 h  
[www.geapula.hr](http://www.geapula.hr), tel: +385 52 388 866

Klub žena liječenih od karcinoma dojke GEA Pula osnovan je 1997. godine s ciljem okupljanja žena liječenih i operiranih od raka dojke kako bi dobile **podršku, utjehu, ohrabrenje, ali i besplatnu stručnu pomoć.**

Promičemo svijest o važnosti redovitih pregleda i odlazaka na mamografiju te samopregleda dojki jer rak dojke je **IZLJEČIV** ako se **NA VRIJEME OTKRILJE.**

Uz redovite aktivnosti usmjerene prema ženama obojateljima i liječenicima od raka dojke, provodimo i vrijedne javnozdravstvene akcije Dan narcisa i Dan ružičaste vrpce praćen humanitarnom utikom Pregledom do osmijeha kojima podižemo svijest o prevenciji i zaštiti vlastitog zdravlja!

Podržite nas

... članarinom...

... donacijom...

... sponzorstvom...

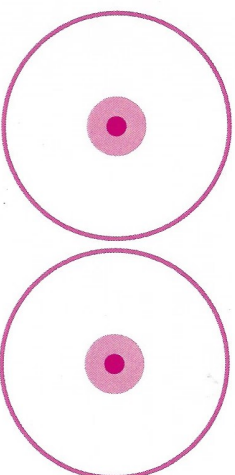
... porukom ohrabrenja...

Klub žena liječenih od karcinoma dojke GEA Pula  
Nobileova 1, 52100 Pula / Tel. 052/388-866  
info@geapula.hr / www.geapula.hr  
IBAN: HR492407000118017000 OTP banka

**gea**

**Gea Pula, Klub žena liječenih od karcinoma dojke**

Rak dojke je **IZLJEČIV** ako se **NA VRIJEME OTKRILJE**



*Redovnim pregledom do osmijeha*

## **ZNANJE JE NAJBOLJE SREDSTVO U BORBI PROTIV RAKA!**

Informirajte se!

Na raspolaganju su vam:

- savjetovanja liječnika onkologa
- savjetovanja psihoterapeuta
- savjetovanja nutricionista
- savjetovanja fitoterapeuta
- predavanja i edukacije o ranom otkrivanju raka dojke
- radionice o samopregledu dojki.

U svakom trenutku dostupni smo za pomoć, podršku i informacije!

Ne oklijevajte, javite nam se!



## **OPORAVAK JE BRŽI AKO ZNATE DA NISTE SAME!**

Uz vas smo i tijekom vašeg oporavka jer znamo koliko su postoperativna rehabilitacija, podrška i ohrabrenje važni!

Pružamo usluge:

- limfne drenaže
- ciljanih medicinskih vježbi
- terapijske joge
- liječničkog savjetovanja
- psihoterapeutskog savjetovanja
- savjetovanja o zdravoj prehrani
- savjetovanja o dodacima prehrani i djelovanju lijekova na organizam
- savjetovanja o prirodnim načinima održavanja zdravlja.