

**Projekt:**

„Dziś dla siebie samej – lepsze jutro razem”  
jest realizowany dzięki wsparciu  
Narodowej Agencji Programu MŁODZIEŻ

**Wydaje:**

Dziewczęca Grupa Nieformalna „MOKOSZ”,  
działająca przy kole  
LIGI KOBIET POLSKICH w Człuchowie  
ul. Szkolna 1  
77-300 Człuchów  
lkpczuchow@wp.pl  
www.kobiety.czuchow.com.pl

**Telefony kontaktowe:**

(0)601 053 692 oraz (0)692 600 667

**Nakład:**

2000 egzemplarzy

**Redakcja:**

Dziewczęca Grupa Nieformalna „MOKOSZ”

**Opieka dziennikarska:**

Dorota Fudala i Sylwia Stachowicz-Miastkowska

**Skład i opracowanie graficzne:**

Dziewczęca Grupa Nieformalna „MOKOSZ”

**Porada informatyczna i graficzna:**

Krystian Miastkowski  
(0)698 543 090

**Druk:**

Usługi Poligraficzne, Chojnice  
Tel. (52)397 00 05, (0) 602 310 511

Egzemplarz bezpłatny, niedostępny w sprzedaży

**Projekt „DZIŚ DLA SIEBIE SAMEJ – LEPSZE JUTRO RAZEM”  
realizowany jest dzięki wsparciu  
Narodowej Agencji Programu „MŁODZIEŻ”**

Program „MŁODZIEŻ” jest jednym z trzech programów Unii Europejskiej w dziedzinie edukacji (pozostałe dwa to Socrates i Leonardo da Vinci). Wspiera działania z zakresu edukacji nieformalnej zarówno finansowo, jak i merytorycznie. Umożliwia nawiązywanie kontaktów międzynarodowych i wymianę doświadczeń, zachęca do podejmowania różnorodnych działań na rzecz społeczności lokalnej, służących również indywidualnemu rozwojowi i ułatwia ich realizację, promuje również ideę zjednoczonej Europy. Program „MŁODZIEŻ” wprowadzony został w 2000 roku, decyzję o jego realizacji podjęły najwyższe władze Unii Europejskiej. Za realizację Programu w poszczególnych krajach odpowiadają Narodowe Agencje. „MŁODZIEŻ” funkcjonuje w 30 krajach i składa się z 5 akcji, wśród nich jest akcja „Inicjatywy grupowe”, w ramach której realizowany jest projekt Dziewczęcej Grupy Nieformalnej „MOKOSZ”.

*Niniejszy projekt jest realizowany przy wsparciu Wspólnoty Europejskiej w ramach programu „MŁODZIEŻ”. Treści tego projektu niekoniecznie odzwierciedlają stanowisko Wspólnoty Europejskiej, czy Narodowej Agencji i instytucje te nie ponoszą za nie odpowiedzialności.*

## SPIS TREŚCI

### WSTĘP

str.3

### NASZE SPOTKANIA

*Sama w obliczu problemów*

*- rola kobiet w trudnych sytuacjach społecznych*

str.5-7

### WYNIKI ANKIETY

*Nowa Wieś*

str.8

### PYTANIA DO GOŚCI

str.9-10

### RAK TO NIE WYROK

*Zaufaj swoim dloniom*

*Rak piersi*

*Walka po walce*

str.11-14

### PRACA

*Działalność gospodarcza w UE*

str.15-16

### PRAWA KOBIET

*Zgwałcenie*

str.17-19

### URODA

*Problem przethuszczonych włosów*

str.20

### ANKIETA

*Formularz*

str.21-22

## ANKIETA

PROJEKT PT. „DZIŚ DLA SIEBIE SAMEJ – LEPSZE JUTRO RAZEM”

REALIZOWANY PRZEZ DZIEWCZĘCĄ GRUPĘ NIEFORMALNĄ „MOKOSZ”  
FINANSOWANY ZE ŚRODKÓW NARODOWEJ AGENCJI PROGRAMU „MŁODZIEŻ”

Przeprowadzenie niniejszej ankiety ma na celu zbadanie oddźwięku działań podjętych podczas realizacji projektu w środowisku lokalnym (część I) oraz rozpoznanie potrzeb i problemów kobiet (część II)

### Część I

#### 1. Co skłoniło Cię do sięgnięcia do dwumiesięcznika?

- zainteresował mnie temat
- namówiła mnie koleżanka
- ciekawość
- przypadek

#### 2. Czy widzisz potrzebę wydawania takich publikacji?

- tak, są bardzo pożyteczne
- są potrzebne
- to całkiem dobry sposób na zabicie czasu dla czytających
- myślę, że to strata czasu

#### 3. Jak oceniasz dobór tematów i zawartość informatora?

- trafione
- tematy w porządku, informator średnio
- informator w porządku, dobór tematów nie najlepszy
- zupełnie mi się nie podoba

#### 4. Jak czujesz się w przypadkowej grupie osób?

- nie mam problemów z zawieraniem znajomości
- jeśli większość to moi znajomi, czuję się dobrze
- jeśli wszyscy się znają, powoduje to brak swobody
- nie lubię spotkań w przypadkowych grupach

#### 5. Czy lektura informatora zmieniła Twoje podejście do poruszonego tematu?

- autorzy przekonali mnie do swoich racji
- myślę, że przedstawiony punkt widzenia ma jakiś sens
- muszę to jeszcze przemyśleć
- nie dowiedziałam się niczego nowego

ciąg dalszy ankiety na następnej stronie

## NASZE SPOTKANIA

deptywała” ścieżki do różnych urzędów, żeby zapewnić godny byt swojej córeczce. Nie załamała jej nawet postawa ojca dziecka, któremu musiała udowodniać ojcostwo sądownie, poprzez badania genetyczne. Jak pani Zofia, która sa-



motnie wychowuje trójkę dorastających dzieci, mając do dyspozycji tylko swoją rentę chorobową. Opowiadała o sytuacjach, gdy musiała jednoosobowo zastąpić dzieciom i ojca i matkę. Czy tak, jak pani Halina, która w walce z chorobą nowotworową pokazała, jak wielka siła kryje się w każdej kobiecie. Zajęła się profilaktyką raka piersi. Jako osoba, która zna chorobę z własnego doświadczenia stała się bardziej wiarygodna. Zapraszając te osoby na nasze spotkanie pokazałyśmy, że z mobbingiem, przemocą, samotnym

macierzyństwem i ciężką chorobą można sobie poradzić, szczególnie będąc kobietą. Na przykładach życia tych wszystkich pań pokazałyśmy, jak wiele znaczy cierpliwość, wytrwałość, a przede wszystkim chęć życia. Zamiast suchych wykładów i analizy danych statystycznych zaproponowałyśmy uczestnikom naszego spotkania konfrontację z rzeczywistymi problemami i sposoby na sprostanie im. Pani Teresa opowiedziała o strategii tworzenia własnej firmy, choćby jednoosobowej. Omówiła drogę jaką należy pokonać, by stać się przedsiębiorcą, o pułapkach w jakie można wpaść przez niewiedzę i jak ich uniknąć. Pani Aneta w opowiedzianej przez siebie historii podkreśliła znaczenie reakcji środowiska na przemoc wobec kobiet i dzieci. W jej przypadku stanowisko otoczenia było bierne, sąsiedzi przechodzili obojętnie, gdy mąż ją bił i poniżał.



## PRAWA KOBIET

Brak w Polsce dokładnych danych określających liczbę popełnianych zgwałceń, ale można podejrzewać, że liczba ta jest w rzeczywistości wielokrotnie wyższa od policyjnych statystyk. Praktyka stosowania prawa w sprawach o gwałt znajduje swoje odzwierciedlenie również w liczbie skazań na bezwzględną karę pozbawienia wolności oraz wysokości orzekanych kar. Jak wskazują statystyki, z roku na rok maleje liczba orzekanych kar bezwzględnego pozbawienia wolności: z 68,3% w roku 1993 do 60,6% w roku 1997. Większość orzekanych kar dla gwałcicieli to wyroki w granicach dolnego zagrożenia. Nawet w wypadku zgwałceń zbiorowych i popełnionych ze szczególnym okrucieństwem (art. 168 §2) można również zaobserwować tendencję orzekania kar w dolnych granicach zagrożenia. Pomimo że przestępstwo zgwałcenia z art. 168 §1 do 1998 r. uznawane było za zbrodnię, gdzie dolna granica zagrożenia wynosiła 3 lata, w około 20% skazań orzekano nadzwyczajne złagodzenie kary (poniżej dolnego ustawowego zagrożenia). W ponad 50% przypadków skazań orzeczono kary do 5 lat pozbawienia wolności, a w 1997 roku w zaledwie 12% wypadków orzeczono kary powyżej 5 lat pozbawienia wolności. Wiele kobiecych organizacji pozarządowych protestowało i nadal protestuje przeciw tak niskim karom za przestępstwo gwałtu.

### **Pomoc dla ofiar gwałtu**

Kobiety, które padły ofiarą gwałtu, mają znaczne trudności z uzyskaniem specjalistycznej pomocy psycholo-

gicznej. Tylko niektóre ośrodki specjalizują się w pomocy dla ofiar seksualnej przemocy. Wąskie jest również grono psychologów, którzy potrafią we właściwy sposób zająć się specyficznymi problemami, jakich doświadczają zgwałcone kobiety. Brak zorganizowanego systemu pomocy i poradnictwa dla ofiar gwałtu jest najprawdopodobniej jedną z przyczyn, dla których zgwałcone kobiety tak rzadko wnoszą oskarżenie przeciw sprawcom. Kobiety zgwałcone mogą znaleźć fachową pomoc prawną i psychologiczną tylko w nielicznych organizacjach kobiecych oraz możliwość uzyskania wsparcia ze strony wolontariuszki w kontaktach z policją i sądem. Brakuje telefonów zaufania, w których kobiety mogłyby uzyskać profesjonalne wsparcie i poradę. Telefony zaufania, które są dostępne to: telefon zaufania dla kobiet w ciąży i matek małych dzieci, biuro informacji i interwencji „Rodzić po ludzku” - (0 22) 635 30 92; Telefon zaufania „La Strada” Prewencja Handlu Kobietami - (0 22) 628 99 99; Policyjny anonimowy telefon zaufania - 0 800 677 777; Niebieska Linia – Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie - 0 801 120 002; Ogólnopolski telefon zaufania AIDS „Bądź z nami” - (0 22) 622 50 01; Ogólnopolski telefon zaufania dla osób z problemem narkotykowym - 0 801 99 99 90; Ogólnopolskie pogotowie dla ofiar przemocy w rodzinie - 0 800 200 002; Pomarańczowa Linia – pomaga rodzicom, których dzieci piją - 0 801 14 00 68.

## ANKIETA - WYNIKI (NOWA WIEŚ)

### Część I - oddźwięk działań podjętych podczas realizacji projektu w środowisku lokalnym

1. Co skłoniło Cię do wzięcia udziału w spotkaniu?  
*30% pań przyszło na spotkanie z ciekawości, a 60% ponieważ zainteresował je temat.*
2. Czy widzisz potrzebę przeprowadzania takich spotkań?  
*70% osób ankietowanych odpowiedziało, że takie spotkania są bardzo pożyteczne.*
3. Jak oceniasz dobór gości i przygotowanie prowadzących?  
*90% oceniło dobór gości i przygotowanie prowadzących jako trafione.*
4. Jak czułaś się w grupie osób uczestniczących w spotkaniu?  
*90% uczestniczek dobrze się czuło na spotkaniu, ponieważ większość osób to ich znajomi*
5. Czy to spotkanie zmieniło Twoje podejście do poruszonego tematu?  
*40% uczestniczek stwierdziło, że prowadzący przekonali ich do swoich racji, 60% - że przedstawiony punkt widzenia ma jakiś sens.*

### Część II - rozpoznanie potrzeb i problemów kobiet

6. Jaki temat spotkania zainteresowałby Cię najbardziej?  
*80% uczestniczek najbardziej interesuje się prawami kobiet, a pozostałe w równej części promocją zdrowego stylu życia i problemem zwalczania bezrobocia.*
7. Jaka forma oddziaływania jest dla Ciebie najciekawsza?  
*spotkania za najciekawszą formę uznano aż 90%*
8. Czy uważasz, że ta i podobne inicjatywy korzystnie wpływają na aktywność kobiet w Twojej miejscowości?  
*70% pań uznało, że takie spotkania są potrzebne.*
9. Jaki problem najbardziej utrudnia kobietom aktywne życie społeczne w Twojej miejscowości?  
*brak funduszy na organizację życia społecznego w Nowej Wsi to zasadniczy problem zdaniem 60%, dla 30% największym utrudnieniem jest brak zainteresowanych życiem społecznym.*
10. Czy chciałabyś sama współtworzyć podobne inicjatywy w przyszłości?  
*zdecydowanie tak odpowiedziało tylko 20% zebranych, odpowiedzi „jestem zainteresowana” oraz „ja się do tego nie nadaję” udzieliło po 40% pań.*

## PRAWA KOBIET

### Zgwałcenie

*Przepaść między literą prawa i praktyką jego stosowania*

**Polski kodeks karny traktuje gwałt jako przestępstwo przeciwko wolności seksualnej i obyczajowości. Jest ono ścigane z oskarżenia publicznego, ale może być wszczęte dopiero na wniosek osoby pokrzywdzonej. Artykuł 197 (dawny 168) brzmi następująco: §1. Kto przemocą, groźbą bezprawną lub podstępem doprowadza inną osobę do obcowania płciowego, podlega karze pozbawienia wolności od roku do lat 10. §2. Jeśli sprawca, w sposób określony w §1, doprowadza inną osobę do poddania się innej czynności seksualnej albo wykonania takiej czynności, podlega karze pozbawienia wolności od 3 miesięcy do lat 5.**

Kwalifikowana postać przestępstwa zgwałcenia zagrożona jest karą pozbawienia wolności od lat 2 do 12 i zachodzi wówczas, gdy sprawca działa bądź ze szczególnym okrucieństwem, bądź wspólnie z inną osobą. Należy zaznaczyć, że po 1998 r. kara za kwalifikowaną postać zgwałcenia została obniżona, a przestępstwo uznano za występki, a nie zbrodnie, jak to było wcześniej. Poza tym rozwiązania kodeksowe wydają się nowoczesne, przepisy nie wymieniają płci ofiary i sprawcy przestępstwa, obejmują zgwałcenia homoseksualne, małżeńskie, a także zgwałcenia dokonane na prostytutkach. Przepisy nowego kodeksu karnego różnią się od poprzednich. Nie ma wprawdzie w tej kwestii wytycznych Sądu Najwyższego, ale terminologia i literatura ograniczają znaczenie podstawowej definicji gwałtu. Obcowanie płciowe, o którym mowa w §1, jest rozumiane jako „stosunek seksualny” i nie uwzględnia innych czynności seksualnych, o których mowa w §2, który przewiduje za te czynności znacznie niższe kary. Zmiana klasyfikacji czynu oraz terminologii może wpłynąć na obniżenie kar dla gwałcicieli. Są też pozytywne zmiany. Poprzedni kodeks uznawał gwałt za

zbiorowy, jeśli uczestniczyło w nim co najmniej trzech napastników; obecnie wystarczy dwóch. Ponadto, co ważniejsze, teraz ofiara gwałtu, złożąwszy doniesienie o przestępstwie, nie może już wycofać swojej skargi, co z pewnością wpłynie na zmniejszenie liczby wycofań, wymuszanych bardzo często przez



## PYTANIA DO GOŚCI

1. Nazywam się **Teresa Pomykała**
2. Urodziłam się dawno temu.
3. Jestem zodiakalnym Bykiem
4. Pracuję jako księgowa
5. Przeważnie wstaję o godzinie 8.00
6. Nie mam ulubionego koloru
7. Moja ulubiona bajka to „Singbad”
8. Moje ulubione miasto to Człuchów
9. Moją ulubioną książką jest „W pustyni i w puszczy”
10. Mój ulubiony film to „Pierwsza miłość”
11. Gdybym przez jeden dzień mogła być kimś innym zostałabym księgową
12. Moim życiowym sukcesem jest decyzja o rezygnacji z umowy o pracę i otworzenie własnej firmy, w której działam już 11 lat.
13. Gdybym złowiła złotą rybkę to zażyczyłabym sobie wyjazd do Egiptu.
14. Sytuacja kobiet w Polsce jest przeciętna
15. Gdybym mogła starałabym się pomagać kobietom
16. Nigdy się nie nudzę
17. Gdy jest mi smutno biorę się za czytanie zaległej prasy
18. Najlepiej się bawię z przyjaciółmi
19. Lubię kiedy kobieta ładnie wygląda
20. Gdyby kobieta startowała w wyborach prezydenckich miałaby dużą szansę wygrać

1. Nazywam się **Iwona Gawin**
2. Urodziłam się 25. 10. 1980 r. w Bytowie.
3. Jestem zodiakalnym Skorpionem
4. Jestem na urlopie wychowawczym
5. Przeważnie wstaję o godzinie 8.30
6. Moim ulubionym kolorem jest beż i zielen
7. Moja ulubiona bajka to „Kubuś Puchatek”
8. Moje ulubione miasto to Łeba
9. Nie mam ulubionej książki
10. Mój ulubiony film to „Shrek”
11. Gdybym przez jeden dzień mogła być kimś innym zostałabym osobą, która wiele może zdziałać by pomóc innym
12. Moim życiowym sukcesem jest to, że w trudnych sytuacjach potrafiłam sobie poradzić, a to wszystko dla dobra dziecka
13. Gdybym złowiła złotą rybkę to zażyczyłabym sobie szczęścia dla moich dzieci, przyszłości bez trudnych sytuacji
14. Sytuacja kobiet w Polsce jest trudna, bo wiele kobiet nie wie gdzie udać się po pomoc
15. Gdybym mogła starałabym się pomagać kobietom
16. Gdy się nudzę to bawię się z dzieckiem
17. Gdy jest mi smutno przytulałam się do córki
18. Najlepiej się bawię z dziećmi
19. Lubię kiedy kobieta walczy o swoje prawa i nie pozwala się poniewierać
20. Gdyby kobieta startowała w wyborach prezydenckich popierałabym ją. Niech ludzie wiedzą, że kobiety mają takie same prawa jak mężczyźni.

## PRACA

### DZIAŁALNOŚĆ GOSPODARCZA W UE

Działalność gospodarcza osób fizycznych i przedsiębiorstw regulowana jest przez prawa poszczególnych państw członkowskich, Traktat Rzymski oraz dyrektywy Rady. Przepisy dotyczące swobody prowadzenia działalności gospodarczej na terenie UE umożliwiają jej prowadzenie we wszystkich krajach członkowskich. Podstawą prowadzenia przedsiębiorstwa we wspólnotach jest tzw. prawo wejścia i pobytu na terytorium państwa członkowskiego (Dyrektywa Rady nr 73/184).

Swoboda przepływu osób oraz działalności gospodarczej w UE obejmuje prawo dostępu do prowadzenia działalności gospodarczej, zarówno na zasadach samozatrudnienia, jak i zakładania i prowadzenia przedsiębiorstw i nie dyskryminuje przedsiębiorcy ze względu na posiadane obywatelstwo. Obywatele UE nie mogą być pozbawieni następujących praw:

1. Prawa do zawierania umów o dzieło, najmu, dzierżawy i innych umów.
  2. Prawa do składania ofert i uczestnictwa w zamówieniach publicznych.
  3. Prawa do uzyskiwania koncesji i zezwoleń.
  4. Prawa do nabywania, korzystania i dysponowania prawami oraz majątkiem ruchomym i nieruchomym.
- Warunkiem prowadzenia działalności gospodarczej w krajach członkowskich UE jest zachowanie przepisów ustalonych w prawodawstwie kraju, w którym rejestrowana jest firma i z zastrzeżeniem postanowień dotyczących kapitału (różnych dla poszczególnych państw).

W różnych krajach obowiązują odmien-

ne procedury przy rejestracji firmy i wymagane są różne dokumenty, a także obowiązują różne systemy podatkowe i stawki podatku dochodowego, stawki podstawowe VAT (najniższe w Luksemburgu i Niemczech - 15%, najwyższe w Danii i Szwecji - 25%). Rolę doradców przy zakładaniu firm w krajach UE pełnią radcy handlowi ambasad i przedstawiciele zagranicznych izb gospodarczych. Przedsiębiorca powinien także zapoznać się wcześniej z zagadnieniami prawa pracy kraju, w którym chce rozpocząć działalność gospodarczą.

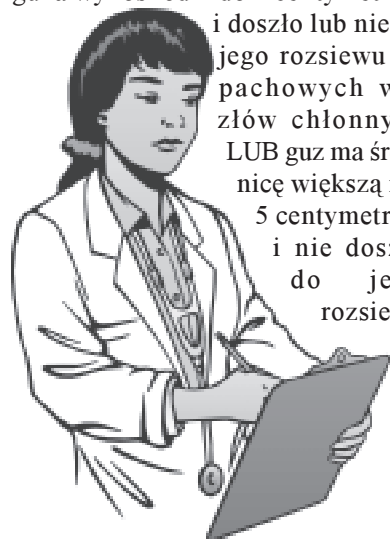
Osoby fizyczne nie będące jeszcze obywatelami państw członkowskich UE obowiązują uzyskanie pozwolenia na pracę (wydawane z reguły na rok). Wg prawa UE prowadzenie samodzielnej działalności zarobkowej w państwach członkowskich może mieć formę działalności wtórnej (założenie przedstawicielstwa lub oddziału firmy już istniejącej) lub działalności pierwotnej.

W 1991 roku w Układzie Europejskim podpisanym przez Polskę, zawarte zostały szczegółowe zasady obowiązujące firmy zagraniczne rozpoczynające działalność w Polsce i przedsiębiorstwa polskie chcące założyć i prowadzić firmę na terytorium wspólnoty (dotyczyło tylko podmiotów gospodarczych). Układ Europejski określa także definicję przedsiębiorstwa polskiego i przedsiębiorstwa wspólnotowego. Przedsiębiorstwo polskie to takie, które zostało założone zgodnie z przepisami obowiązującymi w Polsce oraz posiada swoją siedzibę, a także prowadzi

## Rak piersi

Naukowcy poczynili znaczne postępy w kierunku lepszego poznania raka piersi i sposobów jego leczenia. Chociaż skutki tej choroby są ciągle bardzo poważne, opracowanie metod jej wczesnego wykrywania oraz innowacyjnych terapii doprowadziło do spadku umieralności związanej z chorobą. Poniżej wymieniono najważniejsze z aktualnych faktów i liczb charakteryzujących omawiany nowotwór.

*Stopnie zaawansowania raka piersi*  
Rak przedinwazyjny (łac. carcinoma in situ): Istnieją 2 rodzaje raka przedinwazyjnego. Rak wewnątrzprzewodowy stwierdza się, gdy komórki raka zlokalizowane są w wyściółce przewodu. Rak zrazikowy istnieje z kolei wtedy, gdy komórki raka zlokalizowane są w obrębie zrazików.  
**STOPIEŃ I:** Guz ma średnicę nie większą niż 2 centymetry i nie doszło do jego rozprzestrzenienia się poza pierś.  
**STOPIEŃ II:** Guz ma średnicę nie większą niż 2 centymetry, jednak doszło do jego rozsiewu do pachowych węzłów chłonnych LUB średnica guza wynosi od 2 do 5 centymetrów



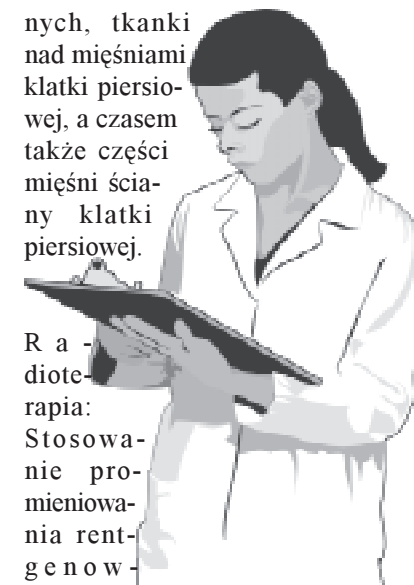
i doszło lub nie do jego rozsiewu do pachowych węzłów chłonnych LUB guz ma średnicę większą niż 5 centymetrów i nie doszło do jego rozsiewu

do pachowych węzłów chłonnych.  
**STOPIEŃ IIIA:** Guz ma średnicę mniejszą niż 5 centymetrów i doszło do jego rozsiewu do pachowych węzłów chłonnych, przy czym węzły te są zrośnięte ze sobą lub z innymi strukturami, LUB guz ma średnicę większą niż 5 centymetrów i doszło do jego rozsiewu do pachowych węzłów chłonnych.  
**STOPIEŃ IIIB:** Naciek nowotworowy tkanek w okolicy gruczołu piersiowego (skóry lub ściany klatki piersiowej, w tym żeber i mięśni klatki piersiowej).  
**STOPIEŃ IIIC:** Zajęcie przez nowotwór węzłów chłonnych przymostkowych i pachowych bądź też węzłów chłonnych pod- lub nadobojczykowych. Pierwotny guz raka może mieć dowolne rozmiary.  
**STOPIEŃ IV:** Rak rozsiany (z odległymi przerzutami).  
Zapalny rak piersi: Zapalny rak piersi stanowi szczególną, rzadko występującą odmianę omawianego nowotworu. Pierś jest zaczerwieniona i nadmiernie ocieplona, co jest objawem stanu zapalnego. Na skórze piersi mogą pojawiać się pęknięcia lub zagłębienia, tak jak na skórze pomarańczy. Nawrót: Rak pojawił się ponownie po zakończeniu leczenia.

Przeżywalność: Względna przeżywalność kobiet z rozpoznanym rakiem piersi (łącznie we wszystkich stadiach) wynosi około 86 % po 5 latach od postawienia diagnozy. Wartości względnej przeżywalności pięcioletniej według stadiów choroby są następujące: 97%, jeżeli rak zostanie rozpoznany w stadium zaawansowanym miejscowo, 79%, jeżeli rak zostanie rozpoznany w stadium zaawansowanym regionalnie (z zajęciem otaczających tkanek), a 23 %, jeżeli rak zostanie rozpoznany w stadium rozsiaśnym (z przerzutami).  
Leczenie raka piersi: Sposób leczenia raka piersi zależy od rodzaju i stadium zaawansowania choroby, a także od tego, czy pacjentka przeżyła menopauzę, czy nie. Standardowymi metodami terapeutycznymi są: leczenie chirurgiczne, radioterapia, chemioterapia i hormonoterapia.  
**Operacje oszczędzające** Resekcja guza: Usunięcie guza w obrębie piersi, czasem z marginesem otaczającej tkanki. Częściowa lub segmentalna mastektomia: Usunięcie raka oraz marginesu tkanki wokół guza, jak też warstwy tkanek pomiędzy guzem a mięśniami klatki piersiowej. Na ogół usuwa się także węzły chłonne.  
**Inne rodzaje leczenia operacyjnego** Radykalna lub prosta mastektomia: Pełna resekcja piersi, mięśnia piersiowego oraz usunięcie węzłów chłonnych pachowych. Modyfikowana radykalna mastektomia: Usunięcie piersi, części pachowych węzłów chłon-

nych, tkanki nad mięśniami klatki piersiowej, a czasem także części mięśni ściany klatki piersiowej.

**R a - diote - rapia:** Stosowanie promieniowania rentgenowskiego o wysokiej energii w celu zabicia komórek nowotworowych i zmniejszenia objętości guzów.  
**Chemioterapia:** Podawanie leków przeciwnowotworowych dożylnie lub doustnie.  
**Hormonoterapia:** Blokowanie działania naturalnych hormonów (estrogenów i progesteronu) na komórki nowotworowe, co hamuje ich rozwój. Hormonoterapia może być zastosowana, jeżeli w testach laboratoryjnych zostanie stwierdzona obecność receptorów hormonalnych w obrębie raka piersi. Podobnie jak chemioterapia, także ten sposób leczenia może niekorzystnie wpłynąć na różne komórki całego organizmu.  
**1 National Cancer Institute. What You Need To Know About™ Breast Cancer, <http://www.cancer.gov/cancerinfo/wyntk/breast> Pfizer Oncology**



## RAK TO NIE WYROK

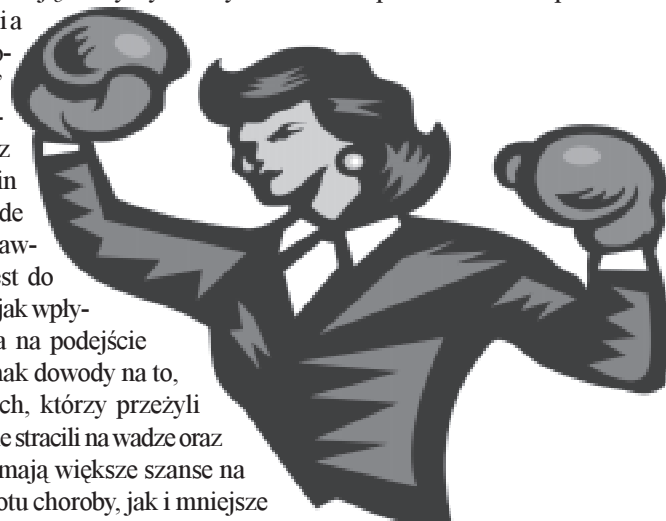
### Walka po walce

Niektóre z kobiet, u których wykryto raka piersi i skutecznie go wyleczono, mogą nie być w stanie zmienić swego trybu życia na bardziej zdrowy. W związku z tym większy nacisk powinien zostać położony na propagowanie zdrowego stylu życia.

„Nasze dane wskazują, że wykrycie i wyleczenie raka piersi nie zawsze prowadzi to zaadoptowania przez kobiety zdrowego stylu życia”

- mówi Dr Bernadine M. Pinto z Miriam Hospital in Providence, Rhode Island. Tak naprawdę jednak nie jest do końca wiadomo, jak wpływa choroba raka na podejście do życia. Są jednak dowody na to, że ci spośród tych, którzy przeżyli raka i jednocześnie stracili na wadze oraz zaczęli ćwiczyć mają większe szanse na uniknięcie nawrotu choroby, jak i mniejsze ryzyko zachorowalności na inne choroby (takie, jak: choroba sercowo-naczyniowa, otyłość, osteoporoza itd.).

Spośród kobiet, u których wcześniej wykryto raka, 3 wierzło, że mogą wpłynąć na rozwój choroby poprzez wykonywanie odpowiednich ćwiczeń, zaś 85% twierdziło, iż mają wpływ na chorobę dzięki stosowaniu diety. Warto jednak zauważyć, iż, podczas gdy większość (94%) badanych potwierdziło wykonywanie stosownych ćwiczeń, więcej niż połowa cierpiała na otyłość, zaś 55% przyznało, iż aż 30% ich diety zajmują związki tłuszczopochodne. Ogólnie rzecz biorąc, otyłe kobiety są mniej wytrwale w wykonywaniu ćwiczeń motywując to np. zmęczeniem albo we wstrzymywaniu się od jedzenia niektórych rzeczy, np. podczas przyjęć. Pomiędzy otyłymi 60% powiedziało, że jest w trakcie zmiany diety, zaś 70% z nich przyznało, iż to choroba spowodowała, że podjęli próbę zmiany ich stylu życia. Inne źródła podają, że 1/3 kobiet konsumuje wysokotłuszczowe produkty przy jednoczesnym wykonywaniu zaleconych ćwiczeń, zaś 22% przyznało się do tego, że spożywa wysokotłuszczowe produkty wykonując ćwiczenia w dużo mniejszym stopniu niż zalecają lekarze. W związku z tym wzrasta liczba osób, przeżywających w walce z rakiem -mówi dr Pinto- Czynniki ryzyka związane ze stylem życia powinny stać się obiektem szczególnego zainteresowania u osób, które pokonały raka”



## RAK TO NIE WYROK

### Zaufaj swoim dłoniom

Kobiety poniżej 30 roku życia badając piersi same rozpoznają u siebie zmiany. Badając swoje piersi raz w miesiącu po pewnym czasie tak dobrze znana jest ich budowa, że jakakolwiek zmiana może być łatwo rozpoznawalna. Używając palców można rozpoznać zmiany wielkości grochu.

Badanie jest szybkie i proste - dzięki niemu jesteście w stanie uratować własne piersi. Sprawdzaj swoje piersi zaraz po krwawieniu miesięcznym, każdego miesiąca. Oglądaj stojąc przed lustrem dokładnie sprawdzaj kolor, rozmiar oraz budowę piersi. Obrzęk, wciągnięcie skóry, brodawki dośrodkowe, zmarszczenia skóry mogą być objawami nowotworu. Obejrzyj piersi również z rękami opuszczonymi na biodrach oraz podniesionymi w górę. Uciśnij lekko każdy z sutków i sprawdź czy nie ma wydzieliny. Niewielka ilość przezroczystej, nieco zielonkawej lub mlecznej może być prawidłowa. Obfity wyciek lub krwisty może być podejrzany. Poczuj. Stojąc pod prysznicem lub leżąc na łóżku podnieś jedną rękę nad głowę, a drugą ręką małymi palcami sprawdzaj piersi od dołu do góry, a także w środku piersi. Poszukuj zgrubień, grudek, guzków. Zbadaj też okolice pod pachami, a także nad piersiami, a także pod pachami. Skonsultuj się z lekarzem jeśli zauważysz jakiegokolwiek zmiany. Pamiętaj jednak, że większość zmian nie jest złośliwa.

stoj, nieco zielonkawej lub mlecznej może być prawidłowa. Obfity wyciek lub krwisty może być podejrzany. Poczuj. Stojąc pod prysznicem lub leżąc na łóżku podnieś jedną rękę nad głowę, a drugą ręką małymi palcami sprawdzaj piersi od dołu do góry, a także w środku piersi. Poszukuj zgrubień, grudek, guzków. Zbadaj też okolice pod pachami, a także nad piersiami, a także pod pachami. Skonsultuj się z lekarzem jeśli zauważysz jakiegokolwiek zmiany. Pamiętaj jednak, że większość zmian nie jest złośliwa.



Zalecenia profilaktyczne Polskiego Komitetu Zwalczenia Raka dla kobiet dotyczące wczesnego wykrywania raka gruczołu piersiowego (kobiety zdrowe)

WIEK(LATA)	ZALECENIE
20-25	samokontrola piersi
35-39	badanie piersi przez lekarza przynajmniej raz w roku oraz przynajmniej jedna mamografia w ciągu 5 lat
40-49	mammografia co 2 lata
50-...	badanie piersi przez lekarza 1-2 razy w roku, mammografia raz w roku

## PRACA

działalność na terenie Polski. Przedsiębiorstwo wspólnotowe to takie, które zostało założone zgodnie z regulacjami wspólnotowymi, siedzibę posiada w jednym z krajów członkowskich UE i w tym kraju prowadzona jest jego działalność.

Innym rozwiązaniem po akcesji (1 maj 2004) dla polskich firm i przedsiębiorców jest możliwość świadczenia na unijnym rynku różnego rodzaju usług. Są to prace, które można dopasować do umów cywilnych, a najlepiej do polskiej umowy o dzieło. Z krajów członkowskich UE jedynie Austria i Niemcy zastrzegły sobie okres przejściowy na usługi budowlane i pokrewne oraz sprzątanie, czyszczenie obiektów, usługi ogrodnicze i inne.

Podstawą świadczenia usługi w danym kraju jest umowa o dzieło pomiędzy firmą polską, a kontrahentem zagranicznym. Przygotowanie prawidłowej umowy wymaga bardzo dobrej znajomości prawa, szczególnie traktatu akcesyjnego i orzeczeń Europejskiego Trybunału Sprawiedliwości. Istotnym jest, że od pracownika polskiej firmy nie powinno być wymagane pozwolenie na pracę, ponieważ jest on delegowany do wykonania usługi przewidzianej w kontrakcie. Wyjeżdżający pracownicy są już zatrudnieni przez polskiego pracodawcę i to polska firma płaci im pensje i składki na ubezpieczenie w polskim ZUS, a także ponosi ryzyko wynikające np. z choroby pracownika.

Instytucje, które pomagają przy zakładaniu przedsiębiorstw w poszczególnych krajach:  
Austria: Państwowa Agencja ds. Promocji Inwestycji Zagranicznych, tel. +43 1 588580, [www.aba.gv.at](http://www.aba.gv.at)  
Belgia: Ministerstwo Gospodarki, Departament Inwestycji Zagranicznych, tel. +32 2 2065864, [www.mineco.gov.pl](http://www.mineco.gov.pl)  
Dania: Duńska Izba Handlowa, tel. +33 950500, [www.commerce.dk](http://www.commerce.dk)  
Konfederacja Małych i Średnich Przedsiębiorstw, tel. +33 932000, [www.hvr.dk](http://www.hvr.dk)  
Finlandia: Biuro ds. Inwestycji Zagranicznych w Finlandii, tel.+358(0) 9 6969125, [www.investinfinland.fi](http://www.investinfinland.fi)  
Francja: Agencja „Inwestuj we Francji”, [www.investinfrancena.org](http://www.investinfrancena.org)  
Grecja: Hellenic Centre for Investment, tel.+301 3242070, [www.elke.gr](http://www.elke.gr)  
Hiszpania: Dyrekcja Generalna ds. Handlu i Inwestycji, tel. +31 91 3493656, [www.mcx.es](http://www.mcx.es)  
Holandia: Holenderska Agencja Inwestycji Zagranicznych, tel. +31 703798818, [www.minez.nl/nfia](http://www.minez.nl/nfia)  
Irlandia: Industrial Development Agency, tel. +353 1 6034000, [www.idaireland.com](http://www.idaireland.com)  
Luksemburg: Izba Handlowa, tel.+352 4239391, [www.cc.lu](http://www.cc.lu)  
Niemcy: Izba Przemysłowo - Handlowa, tel.+49 2281040, +49 30 23856 -47/-48  
Portugalia: Centrum Formalności Przdsiębiorcy, tel.+351 21 7232300, [www.cfe.iapmei.pl](http://www.cfe.iapmei.pl)  
Szwecja: The Swedish National Board of Trade, tel. +46 8 69048 00, [www.kommers.se](http://www.kommers.se)  
Wielka Brytania: Brytyjsko - Polska Izba Handlowa, tel. +44 20 759 10057  
Włochy: Izba Przemysłowo - Handlowo - Rolnicza, tel. 06 520821, [www.unioncamere.it](http://www.unioncamere.it)

(oprac. na podstawie poradników Centrum Karier Akademii Górniczo-Hutniczej w Krakowie)

## PYTANIA DO GOŚCI

1. Nazywam się **Aneta Gryś**
2. Urodziłam się 01.06.1981 r. w Człuchowie.
3. Jestem zodiakalnym Bliźniakiem
4. Jestem mamą, wychowuję dwóch synów
5. Przeważnie wstaję o godzinie 7.00
6. Moim ulubionym kolorem jest błękit
7. Moja ulubiona bajka to „Gumisie”
8. Moje ulubione miasto to Poznań
9. Książka, którą najbardziej lubię to „Drabina do Nieba”
10. Mój ulubiony film to „Pojutrze”
11. Gdybym przez jeden dzień mogła być kimś innym została bym swoim tatą
12. Moim życiowym sukcesem jest podjęcie decyzji o rozwodzie
13. Gdybym złowiła złotą rybkę to zażyczyłabym sobie szczęścia dla siebie i moich synów
14. Sytuacja kobiet w Polsce jest karygodna
15. Gdybym mogła starałabym się wspierać kobiety w trudnych sytuacjach życiowych
16. Synowie nie pozwalają mi na nudę
17. Gdy jest mi smutno śpiewam
18. Najlepiej się bawię z moimi synami
19. Lubię kiedy kobieta jest atrakcyjna, dba o siebie
20. Gdyby kobieta startowała w wyborach prezydenckich głosowałabym na nią. Ponieważ myślę, że bardziej byłaby otwarta na problemy kobiet i utozsamiałaby się z naszymi problemami, co w skutku dawałoby wsparcie dla potrzebujących.

- 
1. Nazywam się **Zofia Urbańczyk**
  2. Urodziłam się 01.11.1957 w Człuchowie
  3. Jestem zodiakalnym Skorpionem
  4. Jestem na rencie chorobowej
  5. Przeważnie wstaję o godzinie 4.30
  6. Moim ulubionym kolorem jest biały
  7. Moja ulubiona bajka to „Jacek i Agatka”
  8. Moje ulubione miasto to Poznań
  9. Moją ulubioną książką jest Pismo Święte
  10. Nie mam ulubionego filmu
  11. Gdybym przez jeden dzień mogła być kimś innym zostałabym swoją własną matką
  12. Moim życiowym sukcesem jest odwaga i dewiza, by zawsze iść do przodu
  13. Gdybym złowiła złotą rybkę to zażyczyłabym sobie szczęścia.
  14. Sytuacja kobiet w Polsce jest przerażająca
  15. Gdybym mogła dałabym kobietom więcej odwagi
  16. Gdy się nudzę czytam książki
  17. Gdy jest mi smutno płaczę w ukryciu
  18. Najlepiej się bawię ze swoimi dziećmi
  19. Lubię kiedy kobieta jest szczęśliwa
  20. Gdyby kobieta startowała w wyborach prezydenckich byłabym „za”

## PRAWA KOBIET

sprawców. Slabym punktem tego przepisu jest uzależnienie rozpoczęcia postępowania od inicjatywy osoby pokrzywdzonej. Według polskiego prawa karnego, zgwałcenie należy do kategorii przestępstw wnioskowych; oznacza to, że ściganie następuje tylko i wyłącznie na wniosek osoby pokrzywdzonej. Niestety nie tylko przepisy prawne budzą zastrzeżenia i wątpliwości. Jeszcze więcej uwag krytycznych można skierować pod adresem praktyki stosowania prawa. Rozmija się ona bowiem zasadniczo z literą prawa. Często przedstawiciele prawa, kierując się uprzedzeniami i stereotypami, doszukują się prowokacyjnych zachowań ze strony kobiet i obwiniają je za to, co się stało. Praktyki te budzą poważne zastrzeżenia z punktu widzenia przestrzegania podstawowych praw człowieka wobec ofiar gwałtu. Ustalając winę oraz wymiar kary, sąd bierze również pod uwagę takie czynniki, jak ubiór i zachowanie kobiety, ewentualny wpływ środków odurzających. Uwzględnia się też wcześniejszą znajomość ofiary i sprawcy oraz charakter tej znajomości. Pomimo braku dokładnych danych dotyczących przestępstwa zgwałceń w Polsce, możemy przypuścić, że podobnie jak w innych krajach przeważają tu zgwałcenia, do których dochodzi pomiędzy osobami, które się znają. Sytuacja taka stanowczo utrudnia postępowanie dowodowe, ponieważ sprawca najczęściej utrzymuje, że stosunek seksualny odbył się za obopólną zgodą.

### Gwałty w małżeństwie

Równie często do zgwałcenia docho-

dzi w małżeństwie. Wiele kobiet jest przekonanych, że mąż ma nieograniczone prawo do ich ciała i w każdej chwili może żądać współżycia seksualnego niezależnie od ich woli. Muszą one uzmysłwić sobie, że bycie żoną nie znaczy być niewolnicą. Drugą stroną jest również fakt, że kobiety zdają sobie sprawę, jak trudne jest udowodnienie gwałtu małżeńskiego; mąż zawsze może powołać się na obopólną zgodę odbycia stosunku, a jedynymi świadkami takiego zdarzenia często bywają wyłącznie dzieci. Zarówno przed 1990 rokiem, jak i obecnie zgłoszenia przypadków zgwałcenia małżeńskiego zdarzają się sporadycznie. To traumatyczne doświadczenie wywołuje w kobietach bardzo silne poczucie wstydu i wyalienowania oraz przekonanie, że zgłoszenie przestępstwa ściągnie na ich głowy dodatkowe komplikacje. Niestety typowe dla organów ścigania jest kwalifikowanie zgwałcenia małżeńskiego jako przemoc domowej; takie podejście znacznie liberalizuje odpowiedzialność karną za zgwałcenie, ponieważ kara z artykułu 184 (207) kodeksu karnego za znęcanie się jest niższa niż kara za zgwałcenie. Tendencja podciągania pod przemoc domową każdego rodzaju przemocy w rodzinie przybiera czasem wręcz karykaturalny wymiar. Powodem rzadkich zgłoszeń gwałtów są w dużej mierze niedostatki polskiego systemu prawa karnego i nieprzyjazne nastawienie organów ścigania do ofiar zgwałceń, a także poczucie strachu, winy i wstydu, w dużej części wpojone kobietom przez tradycję i kulturę.

## NASZE SPOTKANIA

Bliska załamania nie miała znikąd wsparcia. Jak sama zaznacza udało jej się wyjść z piekła tylko dzięki pomocy rodziców. Jej przykład jest dowodem na to, że wsparcie z zewnątrz jest niezwykle potrzebne w



takich sytuacjach. Czasami wystarczy dobre słowo, lub zwyczajne zauważenie problemu, tym bardziej, że nie zawsze są obok rodzice ofiary przemocy. Iwona podkreśliła rolę samozaparcia w dążeniu do wyznaczonego celu. Zwróciła uwagę na to, że często niewiedza jest przyczyną załamania kobiet w trudnych sytuacjach życiowych. Zofia pod-



kreśliła wartość dobrego kontaktu rodzica z dziećmi. Mówiła o po-

święceniu, które sprawia, że skutki braku jednego z rodziców stają się mało istotne.

Wybór formy spotkania okazał się trafny, panie, które mimo niesprzyjającej pogody wzięły udział w dyskusji, były zachwycone, czego dowodem są wyniki ankiety przeprowadzonej wśród nich. Publikujemy je na kolejnych stronach naszego informatora.

Dziękujemy wszystkim, którzy wzięli udział w zorganizowanym przez nas spotkaniu w Nowej Wsi. Podziękowania kierujemy także do pani soltys Heleny Krawczyk oraz pani Małgorzaty Pszczoły prowa-



dzającej świetlicę wiejską. Gorąco dziękujemy także naszym gościom, którzy bezinteresownie poświęcili swój czas i dzieląc się swoimi doświadczeniami sprawili, że dyskusja była tak interesująca. Dziękujemy wszystkim, którzy wsparli realizację naszej inicjatywy.

*Dziewczęca Grupa Nieformalna MOKOSZ*

### *Problem przetłuszczonych włosów*

Przetłuszczające się włosy to nie lada problem, już kilka godzin po umyciu tracą puszystość, wyglądają na zaniedbane i brudne. Problem przetłuszczających się włosów nierzadko dotyczy osób, które mają krótką fryzurkę. Związane jest to z faktem, że takie włosy częściej czesemy, poprawiamy i ich dotykamy, rozprowadzając w ten sposób wydzielinę łojową.

Częściej też używamy do ich stylizacji pianek i żeli. Charakterystyczne dla włosów tłustych jest również to, że są cienkie i wiotkie - na skutek gromadzenia się wody pod zbyt grubą powierzchnią sebum. Przetłuszczanie się włosów najczęściej jest jednak skutkiem zwiększonej produkcji tłuszczu przez gruczoły łojowe skóry głowy. Ta nadczynność gruczołów łojowych może być uwarunkowana genetycznie, ale wiadomo też, że dodatkowo ich pracę pobudza stres, pocenie się, zła dieta czy kuracje hormonalne. Włosy ze skłonnością do przetłuszczania się nie wolno „przetrzymać” bez mycia. Nie prawdą jest, że w ten sposób tendencja skóry do łojotoku zmniejsza się. Według dermatologów „przetrzymywanie” przetłuszczonych włosów i skóry głowy może doprowadzić do nasilenia objawów i pojawienia się żółtawych nawarstwień wydzieliny łojowej, zwanych przez pacjentów „strupami”. Medycznie stan ten nazywa się łupieżem tłustym owłosionej skóry głowy. Łupież tłusty często wymaga intensywniejszego leczenia farmakologicznego. Objawem niepożądanym w tej sytuacji jest także zdrapywanie



„strupków” razem ze sklejonymi włosami, przez co - przy nasilonej postaci łupieżu tłustego - obserwujemy ogniska wyłysienia, które jednak po usunięciu przyczyny ulegają powolnemu odrostowi. Regularne korzystanie z płukanek ziołowych z tataraku, chmielu lub brzozy może skutecznie ograniczyć zwiększone wydzielanie sebum. Włosom z tendencją do przetłuszczania się nie służy gorąca woda (wysoka temperatura przyspiesza przetłuszczanie włosów) oraz stylizacja na gorąco (np. lokówka przesusza końcówki włosów, jednocześnie pobudzając do pracy gruczoły łojowe). Preparaty z cebuli wcierane w skórę głowy ograniczają nadmierne przetłuszczanie się włosów, powstawanie łupieżu i poprawiają ukrwienie skóry głowy.

### SAMA W OBLICZU PROBLEMÓW

– ROLA KOBIETY W TRUDNYCH SYTUACJACH SPOŁECZNYCH Piąte z naszych spotkań tematycznych miało miejsce w świetlicy wiejskiej w Nowej Wsi (gmina Przechlewo). Tematem przewodnim była rola kobiety w trudnych sytuacjach społecznych, ale poruszyliśmy również tematykę profilaktyki raka piersi. Naszymi gośćmi były kobiety, które umiały przebrnąć przez niełatwe chwile w życiu.

Tak jak pani Teresa, która kilka lat temu przeciwstawiając się mobbingowi w pracy, zrezygnowała z etatu i założyła własną działalność gospodarczą. Jak sama twierdzi była to najlepsza decyzja w jej życiu. Nie poddała się presji otoczenia, postanowiła walczyć o własne prawa i nie pozwoliła traktować się przedmiotowo przez pracodawcę. Jak Aneta, która mimo, że nie miała żadnego wsparcia poza własnymi rodzicami,

odeszła od męża-tyrana, zabierając ze sobą dwójkę dzieci. Przeciwstawiła się przemocy, na którą nikt nie reagował, bo „to ich prywatna sprawa”. Dzięki swojej odwadze mogła wrócić do normalnego życia, a dzieciom stworzyć dom pełen ciepła, mimo że bez ojca. Tak, jak Iwona, która nie poddała się, gdy została sama będąc jeszcze w ciąży bez środków do życia. Jako samotna matka cierpliwie i skutecznie „wy-



### Część II

**6. Jaki temat zainteresowałby Cię najbardziej?**

- prawa kobiet
- problem zwalczania bezrobocia
- promocja zdrowego stylu życia
- rozrywka, uroda, kosmetyki, itp.

**7. Jaka forma oddziaływania jest dla Ciebie najciekawsza?**

- spotkania bezpośrednie
- publikacje
- wykłady
- warsztaty

**8. Czy uważasz, że ta i podobne inicjatywy korzystnie wpływają na aktywność kobiet w Twojej miejscowości?**

- tak
- myślę, że takie publikacje są potrzebne
- uważam, że na moją aktywność nie mają wpływu, ale może przydadzą się innym
- nie

**9. Jaki problem najbardziej utrudnia kobietom aktywne życie społeczne w Twojej miejscowości?**

- brak miejsca
- brak funduszy
- brak zainteresowanych uczestnictwem w życiu społecznym
- brak porozumienia w rodzinie

**10. Czy chciałabyś sama współtworzyć podobne inicjatywy w przyszłości?**

- zdecydowanie tak
- jestem zainteresowana
- nie przekonuje mnie to
- ja się do tego nie nadaję

Wypełnioną i wyciętą ankietę prosimy przesłać na adres:  
 Dziewczęca Grupa Nieformalna „MOKOSZ”  
 przy LIDZE KOBIEŃ POLSKICH w Człuchowie  
 ul. Szkolna 1  
 77-300 Człuchów

Drogie Kobiety!

Zachęcamy do lektury przedostatniego już informatora wydawanego w ramach realizacji projektu „Dziś dla siebie samą – lepsze jutro razem”, który jest wspierany przez Narodową Agencję Programu MŁODZIEŻ. Tradycyjnie można tu znaleźć informacje o profilaktyce raka piersi, a dokładnie o badaniach piersi i o zdrowiu kobiety w każdym wieku. Ponadto zawarliśmy w tym numerze wiadomości na temat prowadzenia firmy w Unii Europejskiej. Wraca na nasze łamy rubryka „Pytania do gości”. Zaproszone specjalnie na spotkanie w Nowej Wsi kobiety udzieliły interesujących odpowiedzi na znane z poprzednich numerów pytania. Oprócz tego na pytania tym razem ankietowe i anonimowo odpowiadały wszystkie uczestniczki tego spotkania. Wyniki ankiety również przedstawione są w tym numerze. Jak zwykle ostatnią kartkę broszurki stanowi formularz ankiety skierowanej do Was, drogie Czytelniczki. Serdecznie zachęcamy do wypełniania jej i przesyłania na podany adres.

Cieszymy się, że zainteresowanie naszą inicjatywą wciąż wzrasta, o czym świadczą telefony z prośbą o zorganizowanie podobnych spotkań nawet z odległych miejscowości. Niestety jesteśmy zobowiązane przestrzegać harmonogramu, a nasze możliwości oddziaływania poza projektem są niewielkie. Mamy jednak nadzieję, że przynajmniej w małym stopniu wynagrodzi to lektura informatora, który dociera prawie do każdej wsi na terenie powiatów człuchowskiego i chojnickiego.

Kolejne, ostatnie już spotkanie odbędzie się pod koniec maja w Raciążu, miejscowości leżącej na granicy powiatów chojnickiego i tucholskiego. Poruszymy tam temat „Kobieta opoką rodziny”.

DZIEWCZĘCA GRUPA NIEFORMALNA „MOKOSZ”