



Lithuanian Cancer Patient Coalition | POLA



Lithuanian Cancer Patient Coalition POLA

- ✿ One of the **largest umbrella non-governmental organisations** in Lithuania
- ✿ Operational since **2012-01-03**
- ✿ Uniting **30 oncology-related NGOs**, including cancer patients' societies and organisations, providing assistance to people affected by cancer
- ✿ Representing community of **30 000 cancer patients**, who applied for POLA card membership and are registered in the POLA database

POLA mission:

improve quality of life of cancer patients and their caregivers and grant them more joy of living

- ✿ We represent and protect interests of cancer patients in public authorities in various areas of policy making
- ✿ We educate the society on how to reduce the risks of developing cancer
- ✿ We teach patients how to actively engage in their treatment process
- ✿ We organise free seminars, training, various therapies and conferences dedicated to patients



BOARD MEMBERS

1. **Gediminas Žižys** – POLA president since March 20th, 2022, responsible for patients' rights advocacy; former POLA Vice-President, also founder of Lithuanian Society of Prostate Cancer
2. **Virginija Šetkienė** – POLA Vice-President - cooperation with other NGOs, implementation of cancer prevention programs and early diagnosis, raising awareness of POLA and access to our services in rural areas;
3. **Virginija Kuršvietienė** - questions of POLA awareness in the regions, common projects with municipalities
4. **Jūratė Matikovienė** – responsible for nursing and patients' home care issues
5. **Stanislava Mickevičienė** – dissemination of cancer prevention programs, engaged work with municipalities and communication issues
6. **Jurga Misevičienė** - incontinence issues, medical aid, patients' skin care issues, including assistance to patients with stoma
7. **Paulius Rakštys** – POLA fundraising issues, also questions of assistance and information to Ukrainian oncology patients who have withdrawn from the war

ADVISERS

1. **Šarūnas Narbutas** – POLA Senior adviser for patients' rights advocacy (lawyer, life sciences expert, former president of POLA 2013-2020)
2. **Richard Cervin** – POLA adviser for palliative care issues

DIRECTOR

Neringa Čiakienė – former volunteer of POLA, Board member of POLA (2015-2018), experienced manager, former diplomat, expert in EU affairs and horizontal coordination



GEDIMINAS ŽIŽYS
POLA President
Email: gediminas.zizys@pola.lt



STANISLAVA MICKEVIČIENĖ
Member of the Board
Email: stanislava.mickeviciene@pola.lt



ŠARŪNAS NARBUTAS
POLA Senior Adviser
Email: sarunas.narbutas@pola.lt



VIRGINIJA ŠETKIENĖ
POLA Vicepresident
Email: virginija.setkiene@pola.lt



JURGA MISEVIČIENĖ
Member of the Board
Email: jurga.miseviciene@pola.lt



RIČARDAS CERVIN
POLA Adviser
Email: richard.cervin@pola.lt



VIRGINIJA KURŠVIETIENĖ
Member of the Board
Email: virginija.kursvietiene@pola.lt



PAULIUS RAKŠTYS
Member of the Board
Email: paulius.rakstys@pola.lt



JŪRATĖ MATIKOVIENĖ
Member of the Board
Email: jurate.matikoviene@pola.lt



POLA DIRECTOR
Strategic partnerships
Phone: +370 630 60636
Email: info@pola.lt

CONTACT US

POLA Office:

Kalvarijų 300, Vilnius LT-08318, Lithuania

Phone: +370 630 60636

E-mail: info@pola.lt

Website: <https://pola.lt/>

7 employees



NERINGA ČIAKIENĖ
Director

Email: neringa@pola.lt



FAUSTA ŠIMONĖLYTĖ
Legal Counsel

Email: fausta@pola.lt



JOLITA VYŠNIAUSKIENĖ
POLA Card Project Leader

Email: jolita@pola.lt



AGNĖ ŠVAINICKIENĖ
Project Manager

Email: agne@pola.lt



IRENA ŠVEDIENĖ
POLA Community Coordinator

Email: irena@pola.lt



JŪRATĖ POVILAVIČIENĖ
Project Coordinator

Email: jurate.povilaviciene@pola.lt



VALDA LUKOŠEVIČIENĖ
Head of Communication

Email: komunikacija@pola.lt

TEAM

offices in
Vilnius,
Kaunas,
Alytus

80 active volunteers



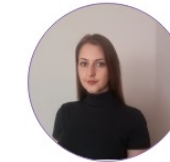
DALIA, VILNIUS
POLA kortelės sąrašų koordinatore



DALĖ, KAUNAS
POLA kortelės sąrašinė



IRENA, KAUNAS
POLA konsultacijų sąrašinė



JURGITA, VILNIUS
POLA konsultacijų sąrašinė



DANGUVOLĖ, ROKIŠKIS
POLA kortelės ambasadorė



RIMAS, TRAKAI
POLA kortelės ambasadorius



REGINA, VILNIUS
POLA kortelės sąrašinė



DANA, KLAIPĖDA
POLA kortelės sąrašinė



GENUTĖ, MARIJAMPOLĖ
POLA konsultacijų sąrašinė



ANDRA, PANEVĖŽYS
POLA konsultacijų sąrašinė



KAZYS, VILKAVIŠKIS
POLA kortelės ambasadorė



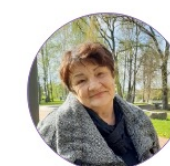
VIRGINIJA, VILNIUS
POLA kortelės ambasadorė



AUŠRA, VILNIUS
POLA kortelės sąrašinė



RITA, ŠIAULIAI
POLA kortelės sąrašinė



ALDONA, MARIJAMPOLĖ
POLA konsultacijų sąrašinė



ASTA, BIRŠTONAS
POLA kortelės ambasadorė



KRISTINA, KĖDAINIAI
POLA kortelės ambasadorė



AUŠRA, ALYTUS
POLA kortelės sąrašinė



AUŠMA, VILNIUS
POLA kortelės sąrašinė



VIDA, ŠIAULIAI
POLA kortelės sąrašinė



NIDA, KLAIPĖDA
POLA konsultacijų sąrašinė



DAIVA, BIRŽAI
POLA kortelės ambasadorė



KRISTINA, ELEKTRĖNAI
POLA kortelės ambasadorė



LINA, KLAIPĖDA
POLA kortelės sąrašinė



RĖTA, VILNIUS
POLA kortelės sąrašinė



ALDONA, MARIJAMPOLĖ
POLA kortelės sąrašinė



LINA, KLAIPĖDA
POLA konsultacijų sąrašinė



JOVITA, KLAIPĖDA
POLA kortelės ambasadorė



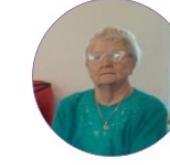
LINA, JURBARKAS
POLA kortelės ambasadorė



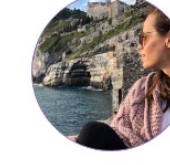
LJUDMILA, ROKIŠKIS
POLA kortelės sąrašinė



EVELINA, VILNIUS
POLA kortelės sąrašinė



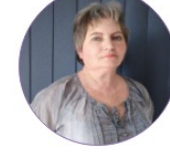
DANUTĖ, MARIJAMPOLĖ
POLA kortelės sąrašinė



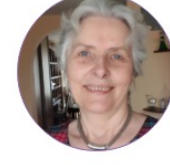
BRIGITA, VILNIUS
POLA konsultacijų sąrašinė



ALDUTĖ, UKMERGĖ
POLA kortelės ambasadorė



ROMA, MARIJAMPOLĖ
POLA kortelės ambasadorė



MONIKA, JONAVA
POLA kortelės sąrašinė



VILIJĄ, VILNIUS
POLA kortelės sąrašinė



RĖTA, VILNIUS
POLA kortelės sąrašinė



LINA, VILNIUS
POLA konsultacijų sąrašinė



AURELIJA, KAUNAS
POLA kortelės ambasadorė



NIJOLĖ, ŠIAULIAI
POLA kortelės ambasadorė



SIGITA, KLAIPĖDA
POLA kortelės sąrašinė



GRAŽINA, VILNIUS
POLA kortelės sąrašinė



EVANGELINA, VILNIUS
POLA renginių sąrašinė



MARIUS, VILNIUS
POLA konsultacijų sąrašinė



DAIVA, MOLETAI
POLA kortelės ambasadorė



RASA, MAŽEIKIAI
POLA kortelės ambasadorė



VALERIJUS, MARIJAMPOLĖ
POLA kortelės sąrašinė



RENATA, VILNIUS
POLA kortelės sąrašinė



IRENA, KAUNAS
POLA konsultacijų sąrašinė



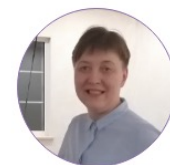
LAIMA, VILNIUS
POLA konsultacijų sąrašinė



DALĖ, LAZDIJAI
POLA kortelės ambasadorė



STANISLAVA, UTENA
POLA kortelės ambasadorė



VITALIJA, ŠIAULIAI
POLA kortelės sąrašinė



MIELĖ, VILNIUS
POLA kortelės sąrašinė



LIVILA, KAUNAS
POLA konsultacijų sąrašinė



GRAŽINA, VILNIUS
POLA konsultacijų sąrašinė



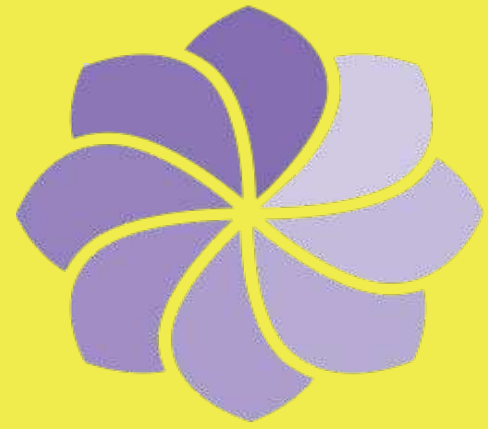
DALĖ, PANEVĖŽYS
POLA kortelės ambasadorė



DAIVA, TAURAGĖ
POLA kortelės ambasadorė



ERNESTA, PAKRUOJIS
POLA kortelės ambasadorė



Main Initiatives

4. COMMUNITIES ON FACEBOOK

- Since 2020 more than 3400 persons diagnosed with breast, lung, prostate cancer and melanoma were brought together to active and caring patient communities on Facebook

1. POLA CARD

- POLA card project is implemented since 2013
- POLA card is membership card for POLA community (cancer patients and their family members), serving as a loyalty and discount card providing a possibility to engage into the programmes of POLA and its partners
- 130 business partners and 80 cultural institutions providing discounts

5. PATIENCE ADVOCACY

- POLA is actively engaged in legislative process by indicating the problems and proposing solutions
- POLA takes part in working groups, commissions, different working bodies of state institutions

2. SEMINARS, THERAPY SESSIONS

- POLA provides free education for cancer patients and their caregivers on different subjects
- During 2021 - 27 online events (3452 participants), 57 events (478 participants) were held

6. ENSURED TAILORED ASSISTANCE FOR THOSE WITH INDIVIDUAL NEEDS

- POLA provides community members with the personalized help they need: offers free specialist consultations on legal issues, also consultations of psychologists, advice on lifestyle and nutrition.

3. EDUCATIONAL VIDEOS, BOOKLETS AND LEAFLETS

- POLA educational videos and booklets and leaflets aim is to provide qualified and practical advice on various issues relevant to cancer patients

7. POLA MOBILE APPLICATION

- POLA app allows POLA card holders to quickly and conveniently track the side effects of their illness or treatment, as well as anonymously compare side effects with other patients with the same diagnosis

EDUCATIONAL VIDEOS

PURPOSE

To provide competent and practical information on specific patient-relevant topics.

9 DIFFERENT TOPICS (DURATION ~15 min.)

- (1) Tips on improving patients' health literacy
- (2) Exercises for the management and prevention of hands and legs lymphedema and peripheral neuropathy
- (3) Tips on taking care of a family member who is in a severe condition
- (4) Nutrition after gastric removal surgery
- (5) Stoma: care and tips
- (6) Oral health: care and tips
- (7) Oncologist advice: lymphedema
- (8) Oncologist advice: nutrition
- (9) Oncologist advice: Tamoxifen treatment

All videos are posted on the POLA website:

<https://pola.lt/pagalba-sau/>



Also on social media Facebook, Youtube:

https://www.youtube.com/channel/UCXpEbs_Jjv9huuwCQtT6t4A

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

POLA administrated Facebook closed groups:

[Gyvenimas sergant krūties vėžiu,](#)

[Gyvenimas sergant melanoma,](#)

[Gyvenimas sergant prostatos vėžiu,](#)

[Gyvenimas sergant plaučių vėžiu](#)

EDUCATIONAL BOOKLETS

CONTINUED INITIATIVE

Content – based on „Macmillan Cancer Support“, „Cancer Research UK“, a book „Life after Cancer“, information of Ministry of Health

5 NEW BOOKLETS

1. Tips on how to be active member of health care team during and after treatment.
2. Health of bones
3. Nursing and supportive medical care services at home, palliative care for oncology patients
4. How to recover after cancer treatment: exhaustion and tiredness; deterioration of concentration and memory; mood swings and anxiety; nausea and vomiting; oral care; dry mouth; change in taste and smell; swallowing disorder; diarrhea; constipation; hiccups
5. How to recover after cancer treatment: lymphedema management; skin care and radiotherapy; skin care and chemotherapy; nail damage and chemotherapy; cracked lips and herpes; urinary incontinence

E-VERSIONS OF BOOKLETS

All e-versions of booklets are being sent by e-mail to our database, also published on POLA website: <https://pola.lt/pagalba-sau/>

Hard copies delivered to POLA members, volunteers, Public health bureaus, Disability and working capacity assessment offices.



Pagalba sau

POLA mobilioji programėlė

Bendra informacija

Edukaciniai video

Edukaciniai leidiniai

Apie leidinius

Patarimai apie gyvenseną

Kaip atpažinti vėžio simptomus

Apie diagnostiką ir gydymą

Slauga, paliatyvi pagalba

Renginių medžiaga

Gydymo metodai

Tyrimų metodai

Prevencija

Renginiai

POLA el. parduotuvė



LT

EN

RU



PROVISION OF INDIVIDUAL ASSISTANCE FOR CANCER PATIENTS

Cancer patients and their relatives face various difficulties. They require the advice of professional lawyers (for social and financial assistance), as well as individual counseling from psychologists, nutritionists, and lifestyle experts to improve their physical and emotional well-being.

Since 2017, POLA provides with free advice
for cancer patients and their families.

Consultations provided in 2021:

Psychologist	330
Nutritionist	270
Evaluation of other treatment options	50
Legal	207

<https://pola.lt/konsultacijos/>

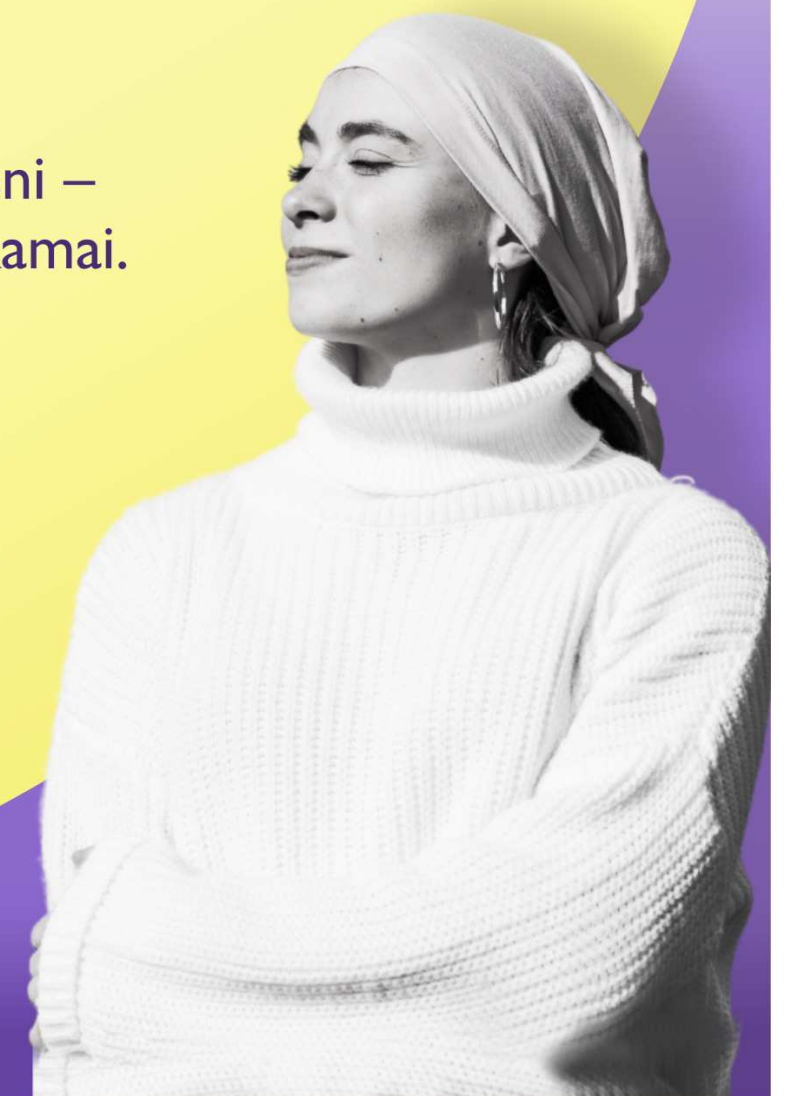
***Susidūrėte su onkologine liga?
Turite neatsakytų
klausimų?***

Šiame kelyje Jūs ne vieni –
konsultuokitės nemokamai.
Kreipkitės į POLA.

+370 605 88191

konsultacijos@pola.lt

www.pola.lt/konsultacijos



CANCER PREVENTION VISUALS

Lapkritis

SKRANDŽIO VĖŽIO SUPRATIMO MĖNUO

Kasmet Lietuvoje nustatoma beveik 900 naujų skrandžio vėžio atvejų.

Dažniausiai pasireiškia 60-75 m. amžiaus žmonėms, tačiau vis dažniau suserga ir jauno amžiaus pacientai.

Antra mirties priežastis pagal dažnumą tarp visų sričių vėžio tiek pasaulyje, tiek ir Lietuvoje.

Pradžioje ši liga nebyli, simptomai nejuntami - kas antram pacientui nustatoma jau išplitusi liga.

Nepavėluok pasitikrinti, kreipkis į savo šeimos gydytoją.



Storosios žarnos vėžys
specifinių simptomų neturi.

Pasitikrink – tai gali išgelbėti gyvybę!

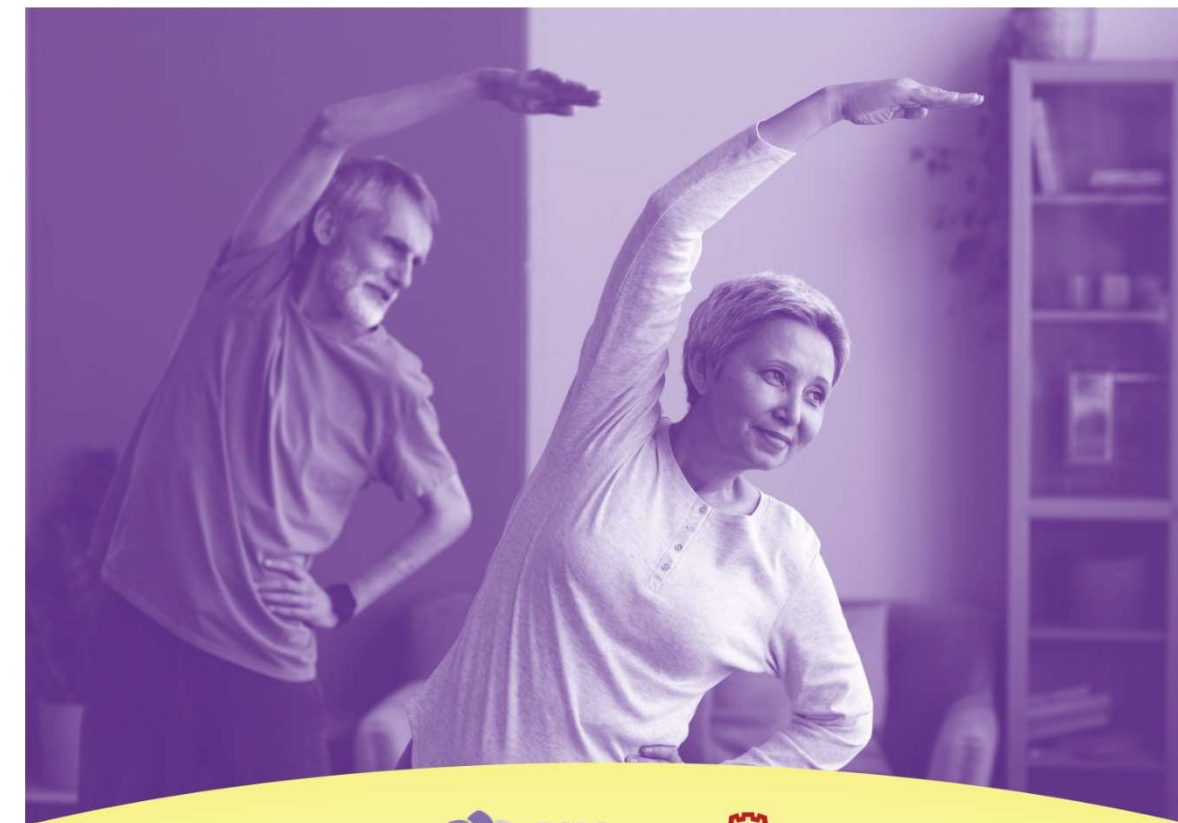
50-74 m. amžiaus vyrų ir moterų rizika susirgti storosios žarnos vėžiu yra didžiausia.

Anksti nustatytas storosios žarnos vėžys išgydomas.

Pasitikrink ir paragink tikrintis savo artimuosius, net jei jautiesi sveikas!



Sveikatai palanki mityba – vienas svarbiausių veiksnių, mažinančių vėžio riziką



Fizinis aktyvumas – nauda visam organizmui. Pradėti sportuoti niekada nevėlu!

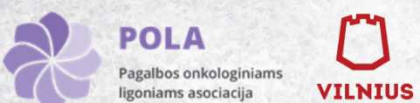
Kaip fizinis aktyvumas gali padėti susirgus vėžiu?

Stiprina organizmą ir imunitetą

Gerina nuotaiką

Padedą apsaugoti nuo osteoporozės

Sumažina nuovargį ir stresą



Kaip pradėti aktyviau gyventi?



Aktyvus vaikščiojimas



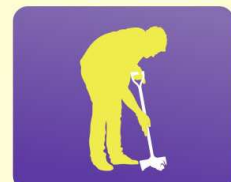
Namų ruošos darbai



Šeimos žaidimai



Kai kurios jogos ir pilateso rūšys



Sodininkystė (pvz., kasti kastuvu ar šakėmis)



Komandiniai žaidimai (tenisas, futbolas)



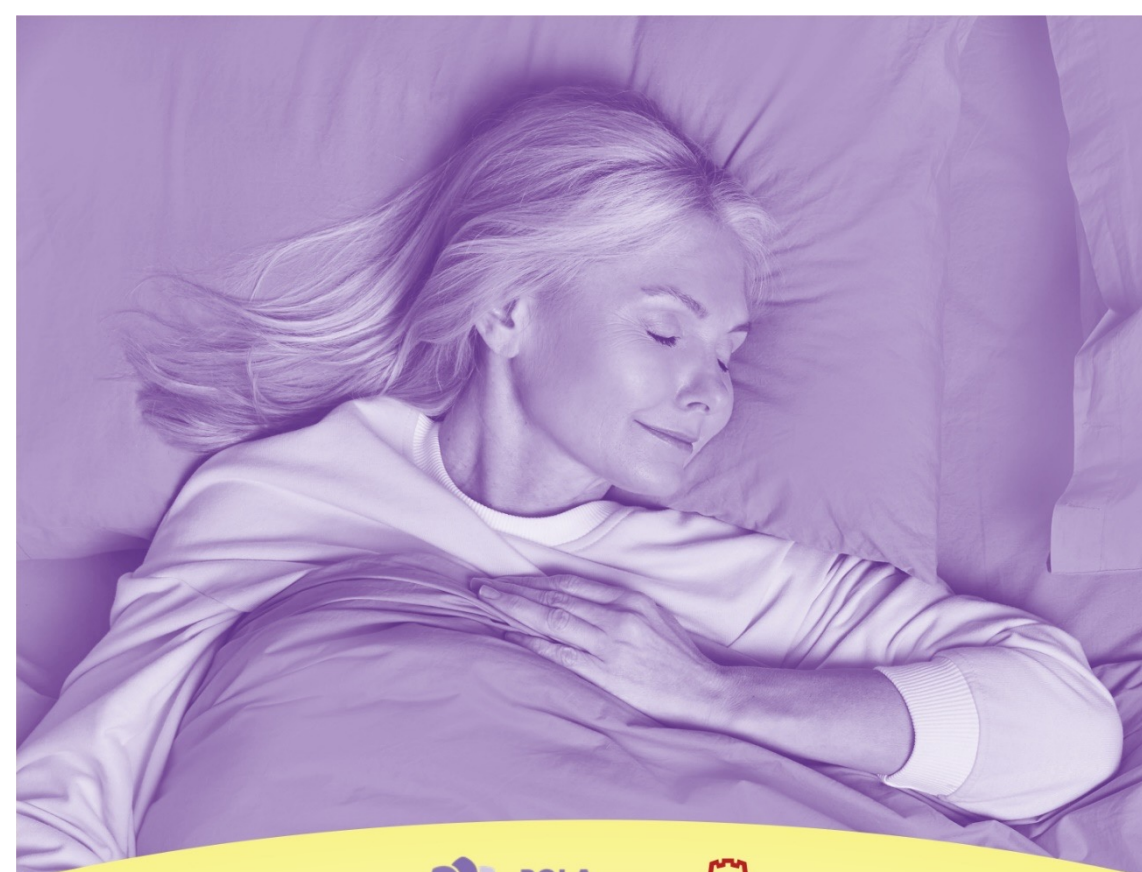
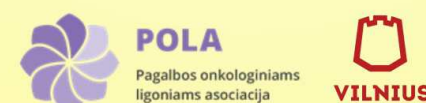
Šokiai



Važiavimas dviračiu



Plaukimas ir vandens aerobika



Kokybiškas miegas – būtina sveikatos sąlyga



Niekada nevėlu mesti rūkyti ir sumažinti vėžio riziką!



POLA

Pagalbos onkologiniams ligoniams asociacija

Kartu sveikti lengviau



Thank you!

