



we can

Women's Empowerment
Cancer Advocacy Network

Инструменты адвокати́рования -

Рак груди и шейки матки

Educate.

Advocate.

Share.

Reach out.

Contents

I. РАК - ОБЗОР.....	3
ПОНИМАНИЕ ОСНОВ.....	3
ЧТО НЕОБХОДИМО ЗНАТЬ О РИСК-ФАКТОРАХ	4
ПРЕВЕНЦИЯ/ПРЕДОТВРАЩЕНИЕ, СКРИНИНГ И ДИАГНОСТИКА	5
Раннее Обнаружение и Скрининг.....	6
Диагностические Тесты.....	7
III. С ЧЕГО НАЧАТЬ.....	7
ШАГ 1: Оценка группы населения.....	7
ШАГ 2: Деятельность, направленная на принятие коллективного решения по адвокатируеманию	8
III. ИДЕИ ПО АДВОКАТИРОВАНИЮ.....	8
IV. РАЗРАБОТКА ПЛАНА ПО АДВОКАТИРОВАНИЮ	13
V. Культивирование\поощрение донора.....	22
VII. СОВЕТЫ	23
VIII. Ресурсы	24
VII. ПРИЛОЖЕНИЕ 1: ПРИМЕР ПУБЛИЦИСТИЧЕСКОЙ СТАТЬИ.....	25
Пример публицистической статьи	25

I. РАК - ОБЗОР

- Что такое «рак»?
- Что такое «риск-факторы»?
- Что такое «превенция, раннее выявление и скрининг»?

ПОНИМАНИЕ ОСНОВ

Что такое «рак»?

Существует много типов рака, но все они начинаются с роста и размножения аномальных клеток организма, и такой процесс становится неконтролируемым. Такой аномальный рост отличается от обычного роста, так как вместо умирания клетки продолжают расти и формируют аномальные клетки, которые проникают в другие ткани. Клетки становятся раковыми в силу повреждения/нарушения ДНК. Если ДНК поврежден в здоровых клетках, клетка исправляет нанесенный вред или умирает, но в раковых клетках ДНК остается поврежденным и вместо умирания, они начинают воспроизводить клетки с таким же поврежденным ДНК. Несмотря на то, что возможно унаследовать поврежденный ДНК, наибольший вред причиняется во время обычной (нормальной) репродукции клеток или в силу факторов окружающей среды. Зачастую клетки формируют уплотнения или опухоли (но не все уплотнения и опухоли раковые) и рак часто именуют по той части тела, где он возник. Все раки вызваны бесконтрольным ростом аномальных клеток, но существуют много разновидностей рака, которые ведут себя по разному, и, соответственно, требуют различного лечения.

Что такое «рак груди»?

Когда аномальные клетки формируют злокачественную опухоль в груди, то это называют раком груди. Женская грудь состоит из т.н. лобул (железы, производящие молоко), протоков (миниатюрные трубки, которые доставляют молоко из лобул в сосок), и стромы (жировая и соединительная ткани, окружающие протоки и лобулы, кровеносные сосуды и лимфатические узлы). Большинство раков груди, это рак протоков (дуктальный рак); они возникают из клеток, составляющих протоки. Существует и лобулярный рак, который начинается в клетках, создающих лобулы. Один из путей распространения рака являются лимфатические узлы, малые клетки иммунной системы, соединенные с лимфатическими сосудами (как и вены, они перекачивают лимфатическую жидкость из груди). Раковые клетки груди могут проникнуть в эти сосуды и расти в лимфатических узлах (подмышки, внутри грудной клетки или около ключицы). Если раковые клетки обнаруживают в лимфатических узлах, то велика вероятность того, что клетки распространились в кровотоки и в другие части тела. Тем не менее, не все уплотнения груди являются раковыми.

Что такое «рак шейки матки»?

Если рак возникает в тканях шейки матки, органе, соединяющемся с маткой (утроба, где растет ребенок во время беременности) и влагалищем (канал выхода плода), его называют раком шейки матки. Как правило, это медленно растущий рак, симптомы которого могут не обнаружиться при обычном Пап-тесте (Папаниколау) – процедуре, при которой соскребаются клетки шейки матки и изучаются под микроскопом. Рак шейки матки почти всегда вызван человеческой папилломавирусной инфекцией (HPV).

ЧТО НЕОБХОДИМО ЗНАТЬ О РИСК-ФАКТОРАХ

Что такое «риск-фактор»?

У разных типов рака разные риск-факторы. Риск-фактор это то, что оказывает влияние на вероятность заболевания. Важно понимать, что наличие одного или более риск-факторов не означает, что вы заболеете раком, а некоторые заболевают без проявления каких-либо риск-факторов, но всегда полезно знать о более распространенных факторах, что поможет Вам снизить риск заболевания. Существует несколько разных риск-факторов, как то: поведенческий, окружающая среда, биологический и генетический. Некоторые факторы - как, например, поведение - можно изменить, а некоторые – как, например, возраст – изменить невозможно.

Каковы риск-факторы рака груди?

Исследование выявило несколько риск-факторов, которые могут повысить вероятность заболевания раком:

- Станение
- Ранний возраст при первой менструации (до 12 лет)
- Запоздалая менопауза (за 55 лет)
- Запоздалое появление первого ребенка
- Нерожавшие женщины
- Никогда не кормившие грудью
- Личный случай рака груди или какого-либо неракового заболевания груди
- Рак груди у членов семьи (мать, сестра, дочь)
- Плотные груди
- Высокая доза радиотерапии груди (в юном возрасте)
- Избыточный вес (повышение риска рака груди после менопаузы)
- Длительное применение гормоно-заместительной терапии (эстроген и прогестерон комбинированно)
- Изменения генов BRCA1 или BRCA2, связанных с раком груди
- Употребление алкоголя (более одного стакана в день)
- Сидячий образ жизни/нерегулярная физическая нагрузка

Каковы риск-факторы рака шейки матки?

Исследование выявило несколько риск-факторов, которые могут повысить вероятность заболевания раком шейки матки:

- Курение – активное и пассивное
- Большое количество родов (3 или более полных беременностей)
- Полный срок беременности в юном возрасте (до 17 лет)
- Иммуносупрессия (ВИЧ/СПИД)
- Хламидиевая инфекция
- Избыточный вес
- История рака шейки матки в семье
- Длительное использование оральных контрацептивов (Примечание: важно обсудить с провайдером перевешивает ли польза потребления ОК потенциальный риск. А так же, исследование показывает, что риск снижается с момента прекращения приема ОК)

ПРЕВЕНЦИЯ/ПРЕДОТВРАЩЕНИЕ, СКРИНИНГ И ДИАГНОСТИКА

Что такое «превенция/предотвращение рака»?

Превенция – действия, направленные на сокращение вероятности заболевания или условий. Предотвращение рака предполагает избегание риск-факторов, повышающих факторы (прекращение курения, здоровое питание), участие в программах скрининга и вакцинация (в некоторых случаях) (как в случае с HPV вакциной для предотвращения рака).

На основании серьезных фактов, следующие меры являются эффективными для избежания человеческой папилломавирусной инфекции, и, соответственно, рака шейки матки:

- Половое воздержание
 - Эффект увеличения: воздержание предотвращает HPV инфекцию
- Защита доступа и/или сперматоцидный гель во время коитуса
 - Эффект увеличения: защита доступа снижает случаи рака, относительный риск 0.4
- На основании фактов, вакцинация от HPV-16/HPV-18 эффективна для предотвращения HPV инфекции, и, таким образом, и рака
 - Эффект увеличения\расширения: вакцинация от HPV-16/HPV-18 снижает заболеваемость и хронические заболевания с эффективностью 91.6% и 100%. Эффективность сроком более 6-8 лет не известна.

Что такое «скрининг рака»?

Скрининг рака означает проверку на болезнь на этапе, когда симптомов еще нет. Так как скрининг помогает обнаружить заболевание на ранней стадии, то вероятность

излечения или лечения намного больше. Примеры анализов (тестирования) скрининга рака – клиническое обследование груди или маммограмма (грудь), колоноскопия (толстый кишечник), и Пап-тест, HPV тест или Визуальное обследование кислой кислотой (шейка).

Раннее Обнаружение и Скрининг

Раннее обнаружение рака груди означает, что рак обнаружен на начальной стадии заболевания. Скрининг означает проверку по риск группам для выявления женщин с аномалиями груди, предполагающими рак до проявления каких-либо признаков или симптомов заболевания. Используются три основных теста при скрининге рака груди. Поговорите с Вашим врачом о нужных для Вас анализах/тестах и о том, когда нужно их сделать. Методы будут зависеть от существующих ресурсов.

- **Информированность о раке груди:** информированность о раке груди включает знание прошлого семьи и риск-факторов и того, что является нормальным (приемлемым) в отношении вашей груди, т.е. «знай, что ты нормальна». Это включает размер и форму груди, вдавленные соски, припухлость, покраснение, теплота, или не прпропадающая боль, новые выделения, углубления, складки или другие изменения кожи или соска.
- **Клиническое обследование груди:** клиническое обследование груди врачом, медсестрой или другим провайдером здравоохранения, который использует руки для прощупывания уплотнений или других изменений.
- **Маммограмма:** маммограмма – это рентгеновское исследование груди, применяемое для обнаружения рака груди на ранней стадии, когда намного легче лечить и до того, пока опухоль не стала слишком ощутимой или пока не появились симптомы (не доступно во многих случаях)

Скрининг рака шейки матки является способом выявления аномальных клеток шейки матки, включая предраковые повреждения (лизии) шейки матки и ранние стадии рака шейки матки. Скрининг рака шейки матки предполагает два типа скрининговых тестов: цитологический тест, известный как Папаниколау, или Пап-тест, и HPV тест. Основной целью скрининга при применении Пап-теста является выявление аномальных клеток, которые могут трансформироваться в рак, если их оставить без лечения. Пап-тест может обнаружить и раковые клетки при регулярном обследовании обследуемой популяции; те не менее, Пап-тест обнаруживает аномальные клетки до того как они станут раком. Альтернативой цитологическому исследованию является визуальный осмотр с помощью Кислой кислоты (VIA).

- **Вагинальное обследование:** Пока женщина находится на кресле, медик вводит инструмент, называемый «медицинское зеркало» во влагалище для его расширения так, чтобы открывался обзор верхней части влагалища и шейки матки. Эта процедура позволяет медику сделать забор клеток шейки матки. Клетки забирают деревянной или пластмассовой ложечкой (скребком) и/или щеткой, а затем их готовят для Пап-тестом одним из двух способов. В традиционном Пап-

тесте мазок помещают на стеклянный слайд микроскопа и добавляют фиксатор. В случае автоматического жидкостного цитологического исследования, клетки шейки матки, собранные щеточкой или другим инструментом, помещаются на виалку жидкого консерванта. Слайд или виалка отправляется в лабораторию на анализ.

- **Визуальный осмотр с применением Кислой кислоты:** медик смазывает шейку уксусом, т.е. кислой кислотой, чтобы посмотреть изменяется ли цвет каких-либо зон. Нормальная ткань шейки не изменяется под воздействием уксуса, а поврежденная ткань – какую обнаруживают в предраковых или раковых лезиях – белеет. Медики затем могут удалить поврежденные ткани при помощи криотерапии или другого метода, или можно сделать биопсию для последующих действий.

Диагностические Тесты

Существует несколько видов диагностических тестов, которые можно применить для обследования нарушений или подозрительных уплотнений, обнаруженных при скрининге груди. В дополнение к диагностической маммограмме, Ваш врач может использовать следующие методы (если они доступны):

- **Ультразвук груди:** для ультразвукового обследования груди используются звуковые волны (это не рентген и не излучает радиацию) для получения изображения внутри груди и может помочь с обследованием изменений в груди, которые можно прощупать, но они не видимы при маммограмме. Это также может помочь дифференцировать между злокачественными и доброкачественными уплотнениями;
- **Биопсия (груди и шейки матки):** Биопсию можно проводить с использованием иглы или посредством хирургической операции для удаления части или всей опухоли, или ткани, для обследования под микроскопом. Тип биопсии зависит от размера и расположения подозрительной зоны. Биопсия – единственный способ для точного определения доброкачественности или злокачественности клеток.

III. С ЧЕГО НАЧАТЬ

ШАГ 1: Оценка группы населения

- В случае неимения центра, разработайте полный список учреждений, где женщины смогут пройти скрининг в вашем сообществе
- Оцените недостатки информации, доступной на местных языках
- Определите недостатки вашего сообщества (внизу перечислены некоторые вопросы)
 - Насколько они информированы о раке груди?
 - Существует ли программа скрининга?
 - Рекомендуют скрининг ли терапевты первичного уровня здравоохранения?

- Какие варианты лечения существуют?
- Каков реферальный механизм?
- Как пациент ориентируется в системе здравоохранения?
- Есть ли группы выживших? Оказывается ли им достаточная помощь?
- Существуют ли услуги консультирования и реабилитации для пациентов с раком груди?
- Какие права пациентов гарантированы медицинским законодательством? Закреплены ли законом доступ к лечению и палиативной помощи?

ШАГ 2: Деятельность, направленная на принятие коллективного решения по адвокатию

Что значит быть «адвокатом»?

Быть адвокатом значит активно поддерживать и защищать идею. Существует много способов, будь то государственных или частных. Адвокатию – это значит добиться изменений, и каждый, кто хочет добиться перемен, может быть адвокатом.

Существует много способов участия в адвокатию рака и наилучший вариант для Вас и Вашего сообщества зависит от нескольких факторов, включая Ваши интересы, навыки, нужды сообщества и т.д.

Личная оценка:

- Что Вам интереснее всего?
- Какие навыки вы можете привнести?
- Какие навыки Вы хотели бы развить?
- Какую роль Вам комфортнее всего выполнять?
- Что удобнее: личное/частное адвокатию или общественное/государственное?
- Сколько времени Вы можете уделять адвокатию рака груди?

III. ИДЕИ ПО АДВОКАТИЮ

Ниже приведены некоторые категории адвокатию. Каждая категория сопровождается вопросами для того, чтобы легче было оценить, что имеет для Вас значение. Просмотрите работы и ответьте на вопросы, а затем обсудите в группе:

1. Адвокатию в поддержку пациента

Как у человека, пережившего рак, у Вас особое мнение и опыт, которым Вы – при желании - можете поделиться. Такого рода разговор с другой женщиной с глазу на глаз,

может помочь этой женщине получить больше информации о заболевании. А также, возможно и :

- поделиться Вашей историей с друзьями, семьей и соседями в неформальной обстановке или при частной встрече для повышения информированности о скрининге и выживании;

- помочь в основании или согласиться на добровольное сотрудничество в паре с только что диагностированной женщиной с целью выслушать ее проблемы и поговорить с ней о своем опыте диагностики, лечения и выживания

→ Вопросы для персональной оценки или оценки деятельности:

- Что бы Вам хотелось знать до диагноза? После диагностики? Во время лечения? После лечения?
- К кому бы Вы прислушались? Почему?
- Как бы это изменило Ваш опыт?
- Что удивило Вас течение всего периода?
- Удобно ли Вам делиться своим опытом с незнакомцами? Членами семьи? Друзьями?

2. Связи с сообществом/Образование и Адвокатирование Информированности

Если Вам не доставляет дискомфорт более публичная роль и Вы желаете связаться с женщинами, Вы можете не знать как рассказать им/преподать информацию о риск-факторах, превенции и выявлении, Вы можете примерить функцию адвокатирования в сообществе:

- Помочь в создании или усилении существующих групп поддержки
- Писать статьи и\или участвовать в презентациях по вопросам рака груди
- Поговорить с Вашим работодателем о предоставлении образовательных материалов/проведении заседаний на эту тему на рабочем месте
- Связаться с Вашим доктором или лечащим центром и выяснить есть ли какие-либо группы, к которым Вы могли бы присоединиться, поддержать или создать

→ Вопросы для персональной оценки или оценки деятельности:

- Какого рода поддержка/помощь существует на данный момент в Вашей стране?
- Как Вы об этом узнали?
- Адекватна ли эта помощь?
- Какая помощь/поддержка предлагается?
- Какая помощь оказалась самой полезной/приемлемой для Вас?
- Как освещается рак груди в СМИ\новостях? Как это можно улучшить?

- Доступна ли информация о раке груди и программах скрининга на Вашей работе?
- Насколько активен Ваш лечебный центр в плане образования/информирования женщин о раке груди?
- Какую информацию Вам хотелось бы получить от Вашего провайдера?
- Получали ли Вы полноценные ответы провайдера на заданные Вами вопросы?
- Знал ли он/она о возможном оказании помощи раковым пациентам после лечения?

3. Связи с общественностью/Медиа Адвокатирование

Если Вы заинтересованы в повышении информированности общественности о раке груди и воздействии заболевания, Вы можете присоединиться к общественным кампаниям:

- Расширить и повысить собственный уровень знаний
- Участвовать или стать добровольцем/волонтером местного события\работы (Гонки за лечением, эстафета жизни и др.); связаться с местными организациями и выяснить что они делают в Месяц Информированности о Раке Грудь, проводимом в Октябре каждого года, или в Международный День Рака 4 Февраля.
- Побеседовать со СМИ об информированности о раке груди

→ Вопросы для персональной оценки или оценки деятельности:

- Посещали ли Вы мероприятие по раку в Вашем сообществе? Почему «да» или «нет»?
- Если посещали, то участвовали ли?
- По Вашему мнению, участие способствует повышению информированности?
- Желали ли Вы повысить уровень информированности?
- Как Ваше участие помогло поспособствовать повышению уровня информированности?
- Как Вам показалось: знало ли общество о мероприятии?
- Как можно улучшить такого рода мероприятия?
- Знаете ли вы других не участвовавших в мероприятии женщин, перенесших рак, которые приняли бы участие если бы Вы их пригласили?
- Знаете ли Вы о другом подобном мероприятии, посвященном повышению уровня информированности о раке груди?
- Как освещают СМИ вопросы женского здоровья и рака груди?
- Есть ли какое-нибудь СМИ, для которого Вы могли бы писать?
- Есть ли какая-либо история, которую необходимо осветить?

4. Адвокатирование Сбора Средств

Сбор средств от частных лиц и компаний в Вашем сообществе для поддержания информированности о раке груди, лечения и адвокатирования еще не очень распространенная практика:

- Исследуйте компании, которые заинтересованы в женском здоровье, или с большим количеством работниц и предложите им свои идеи
- Узнайте о культивировании\поощрении донора подумайте какое содействие Вы можете оказать существующим группам поддержки или новым группам такого рода в сборе средств

→ Вопросы для персональной оценки или оценки деятельности:

- Какие аспекты рака груди интересуют Вас больше всего в плане сбора средств на оказание помощи? (группы поддержки, лечение, исследование и т.д.)
- Какие компании или люди, заинтересованные в донорстве и поддержке этой работы, вспоминаются Вам в этой связи?
- Почему вклад в это дело может заинтересовать потенциальных доноров? Какая им от этого польза?
- Какой посыл могли бы Вы использовать для того, чтобы заинтересовать потенциальных доноров в этой работе?
- Знаете ли Вы о группах, работающих над этим вопросом и готовых принять пожертвование;
- Что значит для Вас «культивирование\поощрение донора»?
- Что бы Вам хотелось узнать о сборе средств и культивировании донора?
- Как Вы планируете распознать и работать с такими донорами?

5. Адвокатирование Политики

Как правило много министров (здравоохранения, образования, финансов и другие) и выбранные должностные лица участвуют в планировании контролирования рака , но слушают ли они таких людей как Вы?

- Существует ли в Вашей стране План по контролю рака? Вы его видели?
- Свяжитесь с соответствующими советами здравоохранения и выясните как Вы можете участвовать в разработке политики
- Свяжитесь с местными, региональными и государственными выбранными должностными лицами скажите им, что Вы думаете о скрининге рака груди и лечении этого заболевания в Вашем сообществе
- Свяжитесь с Министерством Здравоохранения и расскажите им о существующей ситуации

→ Вопросы для персональной оценки или оценки деятельности:

- Знакомы ли Вы с настоящим законодательством о здравоохранении?
- Интересна ли Вам эта тема?
- Почему политики должны выслушать Вас?
- Каковы Ваш посыл?
- Знакомы ли Вы с какими-нибудь политиками?
- Знаете ли вы какую-нибудь организацию гражданского общества, работающую по вопросам адвокати́рования?
- Получили ли Вы пользу от муниципальных или федеральных программ, направленных на оказание помощи женщинам с раком груди? Если да, то свяжитесь с ними и скажите им об этом. Как Вы можете помочь?

6. Адвокати́рование Политической Деятельности

Выборы являются возможностью включения женского здоровья в политическую программу действий

- Задайте вопрос выбранным должностным лицам о статусе женского здоровья и рака груди и о том, что они готовы сделать для поддержания здоровья женщин
- Ищите партнерские организации, которые могут быть заинтересованы в повышении уровня политической информированности о женском здоровье и подумайте о возможном Вашем вкладе

→ Вопросы для персональной оценки или оценки деятельности:

- Говорят ли выбранные должностные лица о женском здоровье и раке груди?
- Связывались ли Вы с каким-либо выбранным должностным лицом с целью обсудить здоровье женщин?
- Почему выбранные должностные лица или кандидаты должны беспокоиться о женском здоровье?
- Информированы ли выбранные должностные лица и проблемах здоровья женщин?
- Кто участвует активно в женском здоровье? (гражданское общество или государственная политика)
- Какой вклад можете внести Вы в эту работу?

Вы можете добиться перемен. Вам решать как добиться этого.

IV. РАЗРАБОТКА ПЛАНА ПО АДВОКАТИРОВАНИЮ

После рассмотрения нескольких типов адвокатиrowания наступило время подумать о приемлемом для Вас способе и разработке плана. Привденные внизу формы более пригодны для масштабной общественной деятельности, но, тем не менее, полезно подумать о ниже приведенных вопросах даже если Вам интересна деятельность малого масштаба. В любом случае, это поможет Вам проделать свою домашнюю работу и составить план, который, как минимум, содержит: миссию, стратегию, цели, работы, индикаторы, оценку\мониторинг, рассмотрение и отчетность.

1. Первый этап: определение проблемы

Описание проблемы	Основная причина проблемы	На кого это влияет? (факты)	Возможный вопрос адвокатиrowания и работа

2. Выявление и Анализ Заинтересованных Лиц

Заинтересованное лицо – это любое частное лицо, группа или организация, которая заинтересована в программе или конкретном вопросе. У проектов разные заинтересованные лица; некоторые имеют власть над проектом, а на некоторых проект может повлиять, но они внесут вклад в осуществление проекта или будут препятствовать ему. Необходимо подумать на кого влияет проект и кто будет участвовать (См. Гипотетический пример внизу)

Пример выявления заинтересованных лиц

Заинтересованное лицо («за» и «против»)	Основанная заинтересованность в вопросе	Способность (повлиять на решение) и мотивация	Позиция (чемпион, сочувствующий, против, не решил)	Влияние	Возможные стратегии участия
Женщина с раком груди	личное здоровье, финансовая информация	Способность (потенциал) различна, мотивация высокая	Сочувствующий	Низкий-средний	Делиться опытом, адвокатирование, повысить понимание и очевидность выживания
Школы	Женщины – работающие учителя	Средний потенциал и мотивация	Нерешивший	Средний	Участие в образовании и информированность и по раннему выявлению и лечению
Продуктовый магазин	Женщины – основные клиенты/потребители	Средний потенциал	Сочувствующий	Средний	Повышение информированности и финансирования для оказания помощи в лечении
Министерство Финансов	Стоимость скрининга и лечения	Высокий потенциал и низкая мотивация	Против	Высокий	Предоставление доказательств политикам по нагрузке и пользе\стоимости эффективности раннего выявления в сравнении с поздним выявлением

Заполните таблицу. Это поможет Вам определить заинтересованных лиц\партнеров (Вам может потребоваться больше страниц

Заинтересованное лицо	Заинтересованность в вопросе	Потенциал и мотивация	Позиция	Влияние	Возможные стратегии участия

Возможные заинтересованные лица

- менеджеры программ и сотрудники
- коалиции, заинтересованные в вопросе
- местные и международные партнеры адвокатиования
- Финансовые агентства, как, например другие правительства и международные организации
- Министерство здравоохранения
- Образовательные организации, школы и учителя
- Университеты и образовательные учреждения
- Городское, местное или региональное правительство
- Частные предприятия и бизнес ассоциации
- Система здравоохранения и медицинское сообщество
- Религиозные организации
- Организации сообщества
- Частные граждане
- Представители населения, на которых непропорционально повлияла эта проблем

3. Составление целей и задач адвокатиования

Задачи нужно составлять по принципу SMART (конкретный, измеряемый, достижимый, реалистичный, своевременный). Оцените свои задачи на соответствие указанному принципу (можно начать с малого).

Приблизительная цель адвокатиования:

Приблизительная задача\работа #1:

Приблизительная задача\работа #2:

Приблизительная задача\работа #3:

Заполните эту таблицу, чтобы убедиться, что Ваши цели и задачи не требуют ревизии и корректировки:

SMART	Задача 1	Задача 2	Задача 3
Конкретный – уточните, чего Вы хотите добиться			
Измеряемый – Вы можете измерить\оценить, выполняете ли Вы свою задачу			
Достижимый – достижимы\исполнимы ли поставленные Вами задачи?			
Реалистичный- возможно ли реально выполнить задачу существующими ресурсами?			
Сроки- Когда, в какие сроки вы хотите выполнить задачу			

Перепроверенная\скорректированная цель:

Скорректированная задача #1:

Скорректированная задача #2:

Скорректированная задача #3:

4. Составление Сообщения (Посыл)

До начала разговора с заинтересованными лицами, Вам необходимо составить сообщение/посыл для вашей деятельности\программы. Воспользуйтесь ниже приведенными вопросами для составления Вашего сообщения. Помните, что Вам, возможно, надо будет учитывать разные типы заинтересованных лиц (сочувствующие (поддерживающие) и недоброжелатели (неконструктивные))

Составление сообщения	
Описание вопроса\проблемы	
Масштаб проблемы	
Негативное воздействие проблемы на население или заинтересованное лицо	
Что может сделать заинтересованное лицо для разрешения вопроса?	

При составлении сообщения Вы должны задуматься и о тоне Вашего сообщения. Должно ли оно быть эмоциональное или рациональное? Позитивное или негативное? Не забывайте об аудитории при составлении сообщения.

Сообщение:

После составления сообщения наступает время подумать о его передаче. Существует множество способов передачи сообщения, и Вы можете использовать несколько из них. Ниже перечислены некоторые способы:

- Пресс-рилиз\пресс-конференция
- Перечень фактов\базовая информация
- Письма в газеты (редакционная статья, письма редактору, публицистическая статья)
- Общественное мероприятие
- Спикер\докладчик высокого ранга\чемпион

5. Составление Плана Действий

После определения и оценки заинтересованных лиц, определения задачи и составления сообщения наступает время составления плана действий. Используйте форму, которая поможет Вам в составлении плана из 3-х действий\задач и учете основных моментов.

Задача	Сроки	Директор\руководитель действия	Партнеры	Бюджет\источник	Ожидаемый результат

6. Мониторинг и Оценка

Мониторинг и оценка проведенных работ необходима для того, чтобы следовать намеченному пути и узнать требуются ли какие-либо изменения или усовершенствования. Используйте форму для составления плана мониторинга и оценки работ:

Задача\работа	Индикаторы	Отправная точка	Цель	Способ проверки

V. Культивирование\поощрение донора

Если Вы осуществляете или планируете проект, требующий финансирования, важно подумать о диверсификации источников финансирования и доноров. Даже если в Вашей местности не существует традиция частных пожертвований в сферу общественного интереса, это не означает, что не стоит использовать такие методы. Ниже приведены советы для составления плана для привлечения и культивирования\поощрения доноров. Помните, что необходимо учитывать и малые пожертвования и взносы, Вы сможете привлечь внимание, повысить интерес и финансирование посредством малых взносов. У Вас всегда должен быть план:

1. Координатор доноров\связное лицо – если даже в Вашей организации нет профессионального фандрейзера или менеджера доноров, Вы должны назначить такого человека для координации работ и культивирования доноров.
2. Отслеживание доноров – координатор должен быть ответственен за отслеживание доноров и их информирование об изменениях и запланированных мероприятиях. Он/она же составляет базу данных наиболее важных доноров (это может быть обычная таблица Excel)
3. Каждое мероприятие – это хорошая возможность для культивирования доноров – не пропустите их! Это означает, что Вы должны действовать стратегически и подготовиться к мероприятию и последующим действиям. Если у Вашей организации есть Совет, удостоверьтесь, что члены Совета информированы и помнят о культивировании доноров. Координатор доноров должен информировать доноров и удостовериться, что они посетят мероприятие. Некоторые доноры могут быть заинтересованы в спонсорстве мероприятия, поэтому необходимо информировать их о таких возможностях.
4. Образовательные возможности – удостоверьтесь, что люди, посещающие Ваше мероприятие уйдут с него более информированными.
5. Последующие действия – свяжитесь с донорами своевременно (в течение недели) после мероприятия очень важно для того, чтобы выразить благодарность. Периодически нужно им сообщать о том как продвигается проект или работа посредством бюллетеня или неформальной подачи информации; это помогает удерживать (вовлекать) их и также выразить благодарность.
6. Ожидать неожиданного – неизвестно, кто может стать донором или как может закончиться неожиданная встреча или освещение в прессе. Следите за прессой и людьми, которые заинтересовались Вашей работой (даже если они не внесли финансовый вклад). Помните, что они присматриваются к Вам дабы убедиться, что вы надежный партнер и Вам можно дать денег.

VII. СОВЕТЫ

Адвокатирование требует практики. Зачастую Вы просите людей сделать что-то новое или изменить поведение, а для этого требуется план, решимость, направление, мотивация и надежда. Формы и таблицы помогут Вам продумать процесс, но ниже приведены советы из «Chip and Dan Health»:

- 1) Простота: помните об основной мысли Вашего посыла, о чем оно?
- 2) Ищите «яркие пятна» и выясните почему они успешны
- 3) Ориентируйтесь на решения, а не на проблемы
- 4) Определите окончательную цель
- 5) Используйте чувства, гордость и эмоции
- 6) Думайте о конкретном поведении – будьте конкретными
- 7) Сократите перемены – помните о простоте и двигайтесь к цели шаг за шагом
- 8) Обязательно добивайтесь краткосрочных успехов, т.к. это поможет сохранить мотивацию людей
- 9) Как узнать насколько Вы успешны?
- 10) Практика
- 11) Используйте истории для воодушевления и мотивации
- 12) Культивируйте ощущение идентичности и положительных перемен
- 13) Определяйте чемпионов

VIII. Ресурсы

Сеть Адвокатирования Рака для расширения прав женщин

<http://www.womenscanceradvocacy.net/en.html>

Национальный Институт Рака для Глобального Здоровья

<http://www.cancer.gov/aboutnci/organization/global-health>

Программа стипендий по Превенции Рака

<https://cpfp.cancer.gov/summer/summer.php>

Американское Общество Рака

<http://www.cancer.org/Cancer/BreastCancer/DetailedGuide/breast-cancer-risk-factors>

Сеть Действий по Раку <http://acscan.org/volunteer>

Центр по Контролю Заболеваний

Рак Грудь http://www.cdc.gov/cancer/breast/basic_info/risk_factors.htm

Рак Шейки Матки http://www.cdc.gov/cancer/cervical/basic_info/index.htm

Центр по Кантролю Заболеваний, Введение в Программу Оценки Программ
Общественного Здравоохранения

<http://www.cdc.gov/getsmart/program-planner/Step1.pdf>

Союз Международного Контроля Рака (UICC)

<http://www.uicc.org/>

Международное Партнерство для Контроля Рака

<http://www.iccp-portal.org/>

PATH

<http://www.path.org/>

RHO Вебсайт по Арку Шейки Матки <http://www.rho.org/>

«Heath Brothers»

<http://heathbrothers.com/>

Составитель: Элисон Дваладзе (dvaladze@uw.edu)

Директор, Глобальная Стратегия, Партнерство и Адвокатирование

WE CAN

Seattle Cancer Care Alliance, Университет Вашингтона

Box 358081

825 Eastlake Ave. East

Seattle, WA 98109

wecan@uw.edu

<http://www.womenscanceradvocacy.net>

Twitter: [wecan_Seattle](#)

Facebook: [Women's Empowerment Cancer Advocacy Network \(WE CAN\)](#)

VII. ПРИЛОЖЕНИЕ 1: ПРИМЕР ПУБЛИЦИСТИЧЕСКОЙ СТАТЬИ

Пример публицистической статьи

«Грузия может стать лучше для своих матерей» или: «Грузию сделают лучше ее матери»

Автор: Элисон Дваладзе [Пример]

Женщины являются кормильцами в 39% семей Грузии; в сравнении с мужчинами – 36% и оба являются кормильцами – 20% семей. Тем не менее, многие столпы экономической стабильности страдают и умирают от рака груди, что является основной причиной смертности и заболеваемости среди женского населения Грузии и основной причиной смертности женщин в репродуктивном возрасте (15-49).

Количество случаев в Грузии выше чем в Восточной Европе и уровень смертности превышает тот же уровень в странах бывшего СССР. Существующий 5-летний уровень выживаемости женщин с диагнозом рака груди также низок: 18%. Такая совершенно ненужная потеря грузинских матерей, жен, сестер и дочерей производит волновой эффект и вызывает социальные и экономические потери (ущерб), который нельзя игнорировать и который нельзя оставить незамеченным бизнес сообществом Грузии. Борьба с раком груди является и борьбой с бедностью, так как потеря женщины в Грузии может привести семью в бедности. Местные неправительственные организации, Национальный Скрининговый Центр, Законодательный Орган Тбилиси, Первая Леди Сандра Рулоффс и международные доноры заслуживают похвалы за проведенную работу и усилия, направленные на создание и внедрение скрининговой программы и повышение информированности; тем не менее, только раннее выявление не может искоренить эту проблему. Наступило время, чтобы грузинский бизнес понял и признал, что это и в их интересах присоединиться к борьбе против рака, и эта борьба должна быть значительной, стратегической и систематической, и она спасет жизни и внесет вклад в исполнение долгосрочной задачи по сокращению смертности от рака груди в Грузии.

Лечение до сих пор не доступно многим женщинам. Частные компании страхования отказываются покрывать стоимость лечения за исключением хирургического вмешательства, так что даже те женщины, которым повезло и заболевание выявили на ранней стадии и попали в 30% женщин с частным медицинским страхованием, зачастую не могут осилить и оплатить необходимому химио- или радиологическую терапию. А это означает, что большинству женщин лечение недоступно, что уменьшает стимул прохождения скрининга и продолжает цикл поздней диагностики, что требует более дорогостоящего лечения, которое не дает нужных результатов. Это способствует и продолжению заблуждения о том, что рак это смертный приговор. К тому же, женщины, которые проходят через хирургическое вмешательство, не знают когда они вылечатся зачастую страдают от дебилизирующей лимфадемы из-за недостатка информации,

отсутствия палиативного ухода и недостаточной коммуникации между пациентом и провайдером.

В 2007 году общественный опрос о корпоративной социальной ответственности показал, что респонденты назвали «нужды экономически уязвимых групп» и «помощь в усовершенствовании сектора здравоохранения» приоритетными сферами стратегии ответственного бизнеса; бизнес не должен игнорировать представления и приоритеты сотрудников и клиентов. Участие в борьбе против рака груди окажет положительное воздействие на грузинских женщин и это же является интересом бизнеса. Это не призыв к символическим взносам и пожертвованиям, а обязательство партнерства между государственными и частными организациями для спасения жизней и семей.

Несмотря на то что, это кажется крупной проблемой, грузинскому бизнесу необходимо решать конкретные вопросы и проблемы. Наряду со строительством новых больниц и учреждений по уходу, необходимо внедрять и специальные центры по уходу за раковыми больными, распространять информацию и создавать соответствующую среду в палатах. Наряду с финансированием центров физического здоровья, требуется тренинг провайдеров и консультантов для оказания помощи и поддержки женщинам в пост-раковый период и в период ненужных побочных эффектов как лимфодема. Фонд в поддержку обеспечения доступа к лечению уязвимого населения спасет жизни, так как поможет с транспортировкой и обеспечением жилья на время лечения. Финансирование для групп поддержки, которые собирают женщин, больных раком, очень важно, так как без финансовой поддержки эти группы не смогут проводить программы, спасающие жизни и обеспечивающие более низкий уровень заболеваемости. Поддержка таких групп в приобретении новых навыков для обеспечения более высокого уровня адвокатирования, принесет свои плоды.

Несвоевременная утрата матерей Грузии должна стать поводом для беспокойства всех членов общества. Грузия может быть лучше. Полноценная, правильно разработанная корпоративная ответственность окажет более серьезное воздействие на получение устойчивых результатов, чем отдельные взносы и пожертвования различных организаций. Такие неправительственные организации как «HERA» в Кутаиси и организации, участвующие в поддержке женщин с раком груди – такие как Клуб Женщин-победителей, Национальный Скрининг Центр, UNFPA (Фонд Народонаселения ООН), Посольство Польши, USAID и другие принимали участие в таких работах в течение нескольких лет и являются отличным ресурсом для поиска возможности партнерства между государственными и частными организациями. «Global Compact Network» в Грузии является еще одним ценным ресурсом для дальнейшего продвижения ответственных инициатив. Требуются единые усилия в борьбе с раком груди, чтобы увеличить количество выживших женщин, вырастить будущие поколения, поддержать экономический рост Грузии и внести вклад в расцветание страны.