

# 10 ΧΡΟΝΙΑ SAIL FOR PINK

Η μεγαλύτερη ενημερωτική εκστρατεία στη Β. Ελλάδα  
για την πρόληψη & έγκαιρη διάγνωση  
του Καρκίνου του Μαστού



10<sup>th</sup> SailforPink

Ξανά στη Θεσσαλονίκη από κοντά...  
αλλά και σε όλη την Ελλάδα διαδικτυακά!

ΜΑΙΟΣ 2022-  
ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ 2022

ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ 2022



ΦΥΣΙΚΑ & ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΑ  
PRE-EVENTS



ΝΕΑ ΠΑΡΑΛΙΑ  
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

# Κυριακούλα Δερεκενάρη

Πρόεδρος Συλλόγου Γυναικών με Καρκίνο Μαστού  
«Άλμα Ζωής» Ν.Θεσσαλονίκης

Σας καλούμε όλους, ελάτε να διαδώσουμε το μήνυμα της πρόληψης, ελάτε να βάψουμε ροζ τη Θεσσαλονίκη. Τη Θεσσαλονίκη που είναι πάρα πολύ όμορφη να την κάνουμε πολύ πιο ωραία εκείνη την ημέρα, περνώντας αυτό το μεγάλο μήνυμα σε όλες τις γυναίκες, σε όλους τους Θεσσαλονικείς και όχι μόνο!



# 10 χρόνια SAIL FOR PINK

9

9 συνεχείς διοργανώσεις  
από το 2013



2 χρόνια διαδικτυακά και  
Sail For Pink... goes online



40.000+ Συμμετέχοντες  
500+ ομάδες



100+ Ιστιοπλοϊκά  
600+ άτομα σε σκάφη



100+ Χορηγοί  
& υποστηρικτές



1000+ Εθελοντές



Χιλιάδες **δικά σας θετικά μηνύματα** υπέρ  
της πρόληψης και της έγκαιρης διάγνωσης  
του Καρκίνου του Μαστού



# 2 χρόνια διαδικτυακά **SAIL FOR PINK... goes online**

- Περισσότερες από **9.000 συμμετοχές**
- Περισσότερες από **20 πόλεις & 5 νησιά** σε όλη την Ελλάδα και **3 χώρες** στο εξωτερικό
- **160+ ομάδες** από οικογένειες, φίλους, εταιρείες, Δήμους κλπ
- Περισσότερες από 2000 **φωτογραφίες** συνέθεσαν τις δύο διαδικτυακές εκστρατείες
- **Πόπη Τσαπανίδου, Μελίνα Ασλανίδου, Χάρης Ρώμας, Ηλίας Κόζας, Μαρία Σολωμού** είναι μερικοί από τους επώνυμους καλλιτέχνες που μας στήριξαν και έστειλαν μαζί μας το θετικό μήνυμα της πρόληψης
- Πάνω από **40 χορηγοί**, υποστηρικτές και **14 χορηγοί επικοινωνίας** πίστεψαν ξανά σε εμάς και μας υποστήριξαν.
- Εθελοντές προσέφεραν τον χρόνο τους και πάνω από **300 γυναίκες survivor**, έστειλαν το δικό τους αισιόδοξο και ηχηρό μήνυμα για την πρόληψη.



Ο δικός μας τρόπος όχι μόνο να δείξουμε πώς η ελπίδα για έναν κόσμο χωρίς Καρκίνο του Μαστού είναι **πάντα ζωντανή** - παρά τις προκλήσεις που επέβαλε για 2 χρόνια η πανδημία Covid-19 - αλλά και να στείλουμε το μήνυμα πώς το έργο και οι προσπάθειές μας για ενημέρωση και πρόληψη του Καρκίνου του Μαστού **δε θα τεθούν ποτέ «σε παύση»**.

# Pink My Team

ΦΤΙΑΞΕ ΤΗ ΔΙΚΗ ΣΟΥ ΟΜΑΔΑ



Η ΕΛΠΙΔΑ είσαι εσύ!



10<sup>th</sup> SailforPink

# Ως Αρχηγός της ομάδας...



Δίνω όνομα στην ομάδα μου και συγκεντρώνω όσους περισσότερους φίλους, συνεργάτες, συγγενείς μπορώ!



Συγκεντρώνω τις συμμετοχές όλων των μελών της ομάδας, συμπληρώνοντας τα στοιχεία τους και τα στέλνω στο [klenti@almazoiesthes.gr](mailto:klenti@almazoiesthes.gr) ή επικοινωνώ με την υπεύθυνη ομάδων στο 2310285181. Εναλλακτικά και στην σελίδα μας [www.almazoiesthes.gr](http://www.almazoiesthes.gr)



Αναλαμβάνω την κατάθεση της ομαδικής δωρεάς στους τραπεζικούς λογαριασμούς που διατηρεί ο Σύλλογος



Με την ομαδική συμμετοχή, παραλαμβάνω από τον Σύλλογο (σε προκαθορισμένο ραντεβού) τα συλλεκτικά T-shirt ή βραχιόλια "Sail for Pink" που θα μοιράσω στην ομάδα μου



Η ομάδα είναι πανέτοιμη!!! Σας περιμένουμε όλους την **Κυριακή 9 Οκτωβρίου 2022**, στη Νέα Παραλία Θεσσαλονίκης, για να γιορτάσουμε ΜΑΖΙ τη σπουδαιότητα της πρόληψης κι έγκαιρης διάγνωσης!



Τραβήξτε μια ομαδική φωτογραφία με το συλλεκτικό t-shirt ή βραχιόλι "Sail for Pink" **ΟΠΟΥΔΗΠΟΤΕ!** Μοιραστείτε τη φωτογραφία στα Social Media, με το δικό σας **θετικό μήνυμα** για την πρόληψη

# Φτιάξε την ομάδα σου... όπου κι αν είσαι!



Δε μένεις στη Θεσσαλονίκη ή δεν έχεις της δυνατότητα να έρθεις στη Νέα Παραλία και θέλεις να συμμετέχεις; Το 10ο Sail For Pink «ταξιδεύει» διαδικτυακά σε όλη την Ελλάδα και σε θέλει **συνταξιδιώτη!**



Βασικός σκοπός του Sail For Pink είναι να μεταφέρουμε το μήνυμα της σπουδαιότητας της πρόληψης **σε κάθε γυναίκα, σε κάθε οικογένεια σε όλη την Ελλάδα!** Και με τη διαδικτυακή σας συμμετοχή **ενισχύετε** την προσπάθειά μας για ένα κόσμο ΧΩΡΙΣ Καρκίνο του Μαστού!

## Πώς θα συμμετέχει η ομάδα σας;



Ως αρχηγός ακολούθησε τα παραπάνω βήματα δήλωσης συμμετοχής.



Στην παραλαβή των συμμετοχών σας (συλλεκτικό t-shirt ή βραχιόλι) συμπληρώνεις αποστολή με courier και τον τόπο παράδοσης.

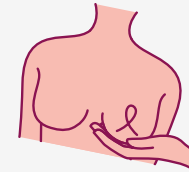


- Τραβήξτε μια ομαδική φωτογραφία/video με το συλλεκτικό t-shirt ή βραχιόλι "Sail for Pink" στον τόπο σας ή όπου εσείς επιθυμείτε!
- Μοιραστείτε τη φωτογραφία στα Social Media με το δικό σας **θετικό μήνυμα** για την πρόληψη.
- Μη ξεχάσετε... @almazoisthessalonikis, @sailforpink και #10XroniaSailForPink



# Κατηγορίες Ομάδων

- **Εταιρείες:** Κάθε εταιρεία μπορεί να κινητοποιήσει τους εργαζομένους της να συμμετάσχουν στην ομάδα της εταιρείας τους ή οι εργαζόμενοι σε μια εταιρεία μπορούν να φτιάξουν μια ομάδα για την εταιρεία τους.
- **Δήμοι/Περιφέρειες:** Από όλη την Ελλάδα
- **Δομές Υγείας:** Νοσοκομεία, Διαγνωστικά Κέντρα, Κλινικές κ.α
- **Αθλητικά Σωματεία/ Γυμναστήρια:** Περιλαμβάνει όλους τους χώρους άθλησης
- **ΜΚΟ/ Σύλλογοι:** Περιλαμβάνει Πολιτιστικούς Συλλόγους, Ενώσεις, Ομοσπονδίες, Μη Κυβερνητικές Οργανώσεις
- **Εκπαιδευτικά Ιδρύματα:** Περιλαμβάνει Ιδιωτικά και Δημόσια Εκπαιδευτικά Ιδρύματα κάθε βαθμίδας
- **Ατομική πρωτοβουλία:** Κάθε άτομο άνω των 18 ετών μπορεί να συγκεντρώσει φίλους, συγγενείς και συναδέλφους και να φτιάξει την ομάδα του



Γυναίκες με εμπειρία  
**Καρκίνου Μαστού**

Κάθε γυναίκα με εμπειρία Καρκίνου Μαστού, μπορεί με ατομική της πρωτοβουλία να συγκεντρώσει φίλους, συγγενείς και να φτιάξει την ομάδα της.



# Κανονισμοί Συμμετοχής

- Ο ελάχιστος αριθμός των μελών της ομάδας είναι τα **10 άτομα**.
- Η συμβολική δωρεά κάθε ατόμου είναι **6.00 ευρώ** με δώρο το συλλεκτικό T-Shirt ή βραχιόλι "Sail For Pink"
- Ο Αρχηγός κάθε ομάδας -που αναλαμβάνει να γράψει ο ίδιος μέλη στην ομάδα του- ενημερώνει για τους όρους συμμετοχής και έχει τη σύμφωνη γνώμη των μελών της ομάδας
- Μπορούν να γραφτούν ως μέλη στην ομάδα και άτομα που δε θα θελήσουν να συμμετέχουν στην πορεία ελπίδας στη Νέα Παραλία Θεσσαλονίκης
- Ο αρχηγός οφείλει να ενημερώσει τα μέλη της ομάδας για τον τρόπο παραλαβής των T-Shirts
- Όταν γίνονται δωρεές από τα μέλη κάθε ομάδας, οι αποδείξεις αποστέλλονται στον αρχηγό της ομάδας και εκείνος της διανέμει αντιστοίχως



# Ιδέες για να γίνουμε περισσότεροι

## »» **Sharing is caring**

- Αξιοποιώ τα Social media που χρησιμοποιώ και ζητώ την στήριξη των φίλων μου κάνοντας Share υλικό από τα Social Media του Συλλόγου.
- Δημιουργώ μια ομάδα στο Facebook για την συμμετοχή της ομάδας μου στην Εκστρατεία SAIL FOR PINK και προσκαλώ όλες τις επαφές μου
- Ζητώ από όλους τους φίλους μου να προωθήσουν την εκδήλωση και στις δικές τους επαφές



## »» **Learning is caring**

- Ζητώ από το Άλμα Ζωής Ν. Θεσσαλονίκης να μου στείλει δωρεάν ενημερωτικό υλικό για τον Καρκίνο του Μαστού στα γραφεία της Εταιρείας, του Σχολείου, του χώρου εργασίας μου
- Οργανώνω μία ενημερωτική ημερίδα για την πρόληψη του Καρκίνου του Μαστού στα γραφεία της Εταιρείας, του Σχολείου ή του χώρου εργασίας μου σε συνεργασία με το Άλμα Ζωής και προωθώ ταυτόχρονα τις συμμετοχές στο Sail For Pink.

# Η Ελπίδα είσαι εσύ!

## Οι ομάδες είναι σημαντικές για εμάς!



Η φωτογραφία κάθε ομάδας θα φιλοξενηθεί στο site και στα Social Media του Συλλόγου «Άλμα Ζωής» Θεσσαλονίκης



Οι ομάδες θα αναρτώνται στην ιστοσελίδα του Συλλόγου



Οι μεγαλύτερες ομάδες από κάθε κατηγορία θα βραβεуютούν

Βγάλτε μια ομαδική φωτογραφία/video με τα συλλεκτικά T-Shirt ή βραχιόλια πριν την πορεία Ελπίδας. Μαζί με το δικό σας μήνυμα για την πρόληψη μπορείτε να μας κάνετε mention στα Social Media [@almazoisthessalonikis](https://www.instagram.com/almazoisthessalonikis) ή να μας τα προωθήσετε στο [info@almazoisthes.gr](mailto:info@almazoisthes.gr)

Με σειρά κατάταξης (από τη μεγαλύτερη στην μικρότερη) και η μεγαλύτερη ομάδα κάθε κατηγορίας θα εμφανίζεται στην αρχική εικόνα της κατηγορίας της.



# Η Ελπίδα είσαι εσύ!

## Γιατί να μας υποστηρίξετε



Συμβάλετε στην  
**προαγωγή** της  
**πρόληψης** και  
**έγκαιρης διάγνωσης**



Συμβάλετε στην  
**ενημέρωση όλων των**  
**γυναικών στην Ελλάδα**  
για τον Καρκίνο του  
Μαστού



Συμβάλετε στην  
**ενημέρωση** για τα  
**δικαιώματα** των  
γυναικών με εμπειρία  
Καρκίνου Μαστού

Ο Σύλλογος Γυναικών με Καρκίνο Μαστού «Άλμα Ζωής Ν.Θεσσαλονίκης» είναι μη κυβερνητική – μη κερδοσκοπική οργάνωση. Τα **αποκλειστικά** και μοναδικά του έσοδα είναι οι συνδρομές των μελών του, τακτικών και αρωγών και οι δωρεές και χορηγίες των φίλων του και των ανθρώπων που αναγνωρίζουν το έργο του.

Είναι ιδιαίτερα σημαντικό για εμάς να έχουμε κοντά μας **ευαισθητοποιημένους ανθρώπους** που πιστεύουν σε αυτήν τη σημαντική προσπάθεια που ξεκινήσαμε το 2008, εδώ στη Θεσσαλονίκη.

Θέλοντας να φτάσουμε όσο πιο μακριά το μήνυμά μας πως **«Ο Καρκίνος του Μαστού μπορεί να ΝΙΚΗΘΕΙ, αρκεί να διαγνωστεί έγκαιρα»**, σας ζητάμε να **στηρίξετε** την πρωτοβουλία μας.



# Η Ελπίδα είσαι εσύ!

## ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΑ ΑΥΤΗ... ΕΙΜΑΣΤΕ ΜΑΖΙ!

**Κατερίνα Λέντη**

Ψυχολόγος-Ψυχοθεραπεύτρια Gestalt  
Υπεύθυνη Ομάδων Sail For Pink



2310-285181



klenti@almazoiesthes.gr



Μείνετε κοντά μας

