

**Vážené paní ředitelky, vážení páni ředitelé, vážení pedagogičtí a nepedagogičtí pracovníci,**  
rádi bychom Vás, Vaše studenty, studentky, žáky, žačky a děti pozvali k **zapojení do výtvarné aktivity Puntíkového dne.**

O co jde?

O **lupénce** panuje řada mýtů. Kromě fyzických projevů bolí pacienty i na duši, je spojená se **sociálním stigmatem a obtížným postavením na trhu práce.** Lidí s lupénkou žije v Česku více než čtvrt milionu, jsou tedy všude kolem nás.

**Cílem akce je informovat veřejnost** o povaze tohoto chronického zánětlivého autoimunitního onemocnění celého organismu, jehož projevy jsou viditelné na kůži, ale kromě ní postihuje i nehty a klouby.

**Hlavním poselstvím kampaně** je sdělení, že **lupénka není infekční**, a že lidé – včetně dětí – s tímto onemocněním mají právo na plnohodnotný život bez stigmatizace a vyčleňování.

**Puntíkový den je nástroj pro šíření osvěty a vyvracení mýtů!**

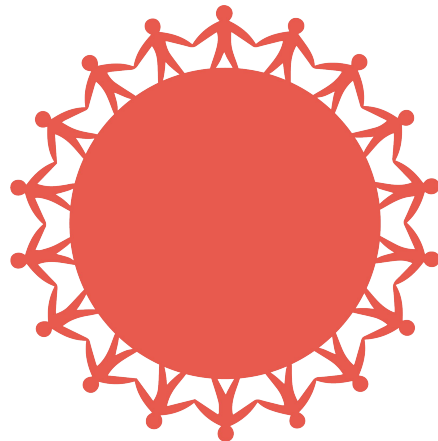
Lupénka není nakažlivá, předsudky ano.

### Jak se zapojit do výtvarné aktivity Puntíkového dne?

- V průběhu října 2026 uspořádejte ve vašem kolektivu Puntíkový den,
  - oblečte se do puntíkováného oblečení nebo doplňků,
  - vytvořte velký lidský puntík – kruh z lidí, kteří vědí, že lupénka není infekční a všichni kamarádi patří do party,
  - s puntíky lze také malovat, vystřihovat, téma puntíků lze propojit např. s chemií, matematikou, programováním nebo uspořádat projektový den na téma autoimunitních onemocnění, fantazii se meze nekladou. Na [puntikovyden.cz/aktivita](https://puntikovyden.cz/aktivita) najdete tipy na osvědčené aktivity s malými dětmi, které jsme sami vyzkoušeli na workshopech ve školách.
- vše **zaznamenejte a zašlete přes digitální formulář [soutez.puntikovyden.cz](https://soutez.puntikovyden.cz)**.
  - pro vítězná díla jsme **připravili zajímavé ceny**,
  - vaše výtvary budeme sdílet v našich komunikačních kanálech (web, sociální sítě), zasláním fotografií dává autor svolení k jejich zveřejnění v rámci propagace Puntíkového dne,
- zapojit se mohou školní i mimoškolní kolektivy i jednotlivci.

### Jaký to má význam?

- díky Puntíkovému dni **snadno otevřete téma lupénky i jiných odlišností** ve svých kolektivech,
- puntík je srozumitelný symbol, odlišnosti v puntících jsou snadno představitelné,
- při společné tvorbě se studenti **edukují** a zasláním fotografií **podpoříte šíření osvěty** napříč ČR.



## Co je psoriáza neboli lupénka?

- Jde o autoimunitní onemocnění (imunitní systém se obrací proti vlastnímu organismu a ničí tak i buňky těla vlastní).
- Jedná se o chronické zánětlivé onemocnění celého organismu s viditelnými projevy na kůži.
- Toto onemocnění není infekční.
- Postihuje kromě kůže i nehty a klouby (psoriatická artritida, někdy také psoriatická nemoc).
- Nejčastěji se poprvé objeví mezi 15. a 35. rokem života, ale může se projevit v jakémkoli věku.
- Lupénka se dá léčit, ale nedá se zcela vyléčit.
- Postihuje 125 miliónů lidí na celém světě (v ČR cca 265 000).



Děkujeme za Váš čas a energii a těšíme se již sedmým rokem na Vaši účast.

Za **Revenium, z.s.** Zdenka Burešová a Petr Šimandl