

S rekondičním pobytem na Červenohorském Sedle můžeme být spokojení

Rekondiční pobyt je vyvrcholením všech klubových akcí v roce a ten letošní byl již sedmnáctý. Opět jsme se vrátili do Jeseníků a v hotelu Červenohorské sedlo jsme ve dnech 30.9. - 4.10.2009 prožili několik krásných podzimních dnů.

Hotel nám poskytl pěkné ubytování ve dvoulůžkových pokojích se sociálním zařízením a TV, vynikající stravování, místnost pro přednášky, dobře organizačně zvládnutou nabídku rehabilitačních procedur, krásný velký bazén (i když pro některé zde bylo poněkud chladno) a prostory pro společenskou zábavu. Počasí bylo sice chladné a občas i deštivé, ale většinou každé odpoledne se vyčáslilo a my mohli vyrazit na procházky do okolních kopců a obdivovat krásu barev podzimní přírody. Skalní houbaři našli i nějaké ty úlovky, i když to letos nebylo nijak slavné. Ale o tom přece rekondice nejsou a bohatý program nám přinesl hlavně nové poznatky, aktivní odpočinek a dobrou zábavu. Pobytu se zúčastnilo 107 osob z klubů Ostrava, Opava, Nový Jičín, Přerov a Kroměříž a 6 hostů ze zahraničí – 2 stomičky z Polska a 4 hosté ze Slovenska, mezi kterými nechyběl náš tradičně milý host – předseda SLOVILCO pan Ján Čačko s manželkou. Nechyběli samozřejmě zástupci firem se stomickými pomůckami. Mezi účastníky se i letos objevilo několik nových stomiků, kteří byli na rekondici poprvé.

A co všechno jsme zažili? Každý den dopoledne (v den příjezdu odpoledne) jsme se mohli seznámit s novinkami v sortimentu stomických pomůcek pěti firem: Dansac, Incom Trading, ConvaTec, Coloplast a B-Braun. Stomici získali informace o stomických produktech, nejruznější informační materiály a vzorky pomůcek. Velmi důležitá byla diskuse a výměna zkušeností, protože každý stomik má jiné problémy a požadavky. Je velmi důležité mít možnost nalézt pomůcku, která mu bude vyhovovat co nejlépe. S prezentací vystoupila rovněž firma A.L.P. Ecology s odstraňovači zápachu. Zástupci firem se nevěnovali pouze prezentaci svých výrobků, ale do programu zařadili i zajímavé soutěže a kvízy o ceny. Soutěžili mezi sebou zástupci jednotlivých klubů a vládla dobrá nálada a pohoda. Zvláště se nám líbila soutěž „Klokanů“. Hodnotilo se vylučování sudoku a hlavně zhotovení masek s logem firmy. U toho jsme se moc nasmáli a hlavně si všichni zavdali výbornou slivovičkou, pochutnali si na skvělém nezdravém uzeném masíčku a valašských frgálech.

Zajímavá byla také čtvrtěční beseda se členem Horské služby na Červenohorském sedle panem Formánkem, který nás poučil, jak se chovat na horách a jakou máme mít základní výbavu, abychom neohrozili své zdraví či mohli pomoci v nouzi ostatním.

Odpoledne jsme využívali k vycházkám do okolí. Ve čtvrtek pod vedením Arnolda Kubínka z klubu Nový Jičín, v pátek nás vedl Josef Juřina z Ostravy a v sobotu se několik aut vydalo k nedalekým jeskyním Na Pomezí. Ostatní šli na individuální procházku nebo si šli zaplavat do bazénu. Nedílnou součástí našich rekondičních pobytů jsou rehabilitace. V nabídce byla klasická masáž, masáž končetin a někteří si pochvalovali i masáž medovou. Celkem bylo poskytnuto 69 procedur. Jedna procedura jistě nevyřeší všechny problémy stomika, ale podstatné je, že si to můžeme vyzkoušet a o to pak budeme mít menší obavy z návštěvy nějakého rehabilitačního centra po návratu domů. K dispozici nám byl 12m dlouhý a 6m široký bazén. Zejména noví stomici si mohli vyzkoušet, že s dobrými pomůckami se nemusí vyhýbat koupání a plavání. Byla to také nová zkušenost i pro personál rehabilitací a bazénu, že i takto postižení lidé mohou díky novým technologiím pomůcek jejich služeb bez problémů využívat.

Problémy s ošetřováním stomie mohli účastníci konzultovat se dvěma stomasestrami Nad'ou Kubíkovou a Ivou Pokornou. Někteří využili možnosti konzultace s psychologem doc.

Čermákem, který je sám stomikem a velmi dobře rozumí psychickým problémům, které musí každý stomik překonávat.

K rekondicím tradičně patří i večerní zábava s programem, hudbou a tancem. Potěšitelné je, že se do tohoto programu aktivně zapojuje stále více lidí. Ve středu nám moc hezky hrál náš člen Josef Dolíška a o program se postarali stomici z Nového Jičína, kteří vyzkoušeli naše znalosti v soutěžním zeměpisném kvizu.

Druhý den jsme měli diskotéku, kterou zajistil hotel a která se nám nelíbila. Ještě že jsme se nasmáli při kulturním programu, který nacvičili stomici z Opavy. I tentokrát jsme zavítali na Pražskou s jeho svérázným nářečím a do programu se opět zapojili všichni účastníci z Opavy. Je fajn, že stomici nečekají, až je někdo bude bavit, ale jsou schopní pobavit se sami.

Hlavní večerní program s tombolou jsme tentokrát přesunuli na pátek, což se velice osvědčilo. Hrál opět pan Dolíška a pobavit nás přišli členové výboru ostravského klubu s přispěním dvou již stálých hereckých posil z Opavy. Hlavní hvězdou byl šejk Chalíf ibn Salam z Bahrajnu v podání skvělého Sváti Čermáka. Jeho harém se úspěšně podařilo rozprodat a legrace to byla myslím veliká. O další vtipnou scénku se pak postarala firma ConvaTec, které sekundovali hoši z firmy A.L.P. „Kluci v akci“ nám názorně předvedli vítězný recept ze soutěže, kterou vyhlásila firma ConvaTec. Bylo to sloní žrádlo a všichni jsme mohli ochutnat, jak skvěle to kluci připravili a hlavně okořenili svými vtipy a naším smíchem. Pak se tancovalo a losovalo 159 cen, které byly v tombole. Tečkou za večerem plným smíchu byla cena pro absolutního vítěze tomboly, kterou vyhrála Martina Mainzerová z ConvaTecu. Velmi se radovala z vyhlídkového letu nad Alpami, ale pouze do té doby, než zjistila, že se s pomocí několika silných mužů „proletěla“ nad sklenicemi různých velikostí, které obsahovaly Alpu neboli Francovku.

V sobotu jsme si připomněli Světový den stomiků, který byl letos vyhlášen pod heslem „Podat pomocnou ruku“. Prezentaci měly firmy Coloplast a B-Braun. Poslední, už klidnější a pohodový večer, nám velice zpříjemnil Marek Dvorník z B-Braunu. Dříve závodně tančil a nyní se věnuje výuce společenských tanců. Ukázky z latinsko-amerických tanců i klasiky nám předvedli jeho svěřenci Šárka Vaculíková a Pavel Zahradníček. Bylo to úžasné, ale to ještě nebylo všechno. Následovala výuka tanců pro zájemce z našich řad. Sobotní večer jsme zahájili již tradiční dražbou dortu, který věnovali manželé Mlýnkovi a dražili ho Křemílek s Vochoomůrkou z Opavy. Vydražený dort jsme pak snědli všichni a tato výborná sladká tečka ukončila příjemný pobyt na Červenohorském sedle.

V neděli po snídani jsme poděkovali všem organizátorům a pracovníkům hotelu, protože organizačně byl pobyt velmi dobře zajištěn a dle vyjádření samotných účastníků klaplo vše na jedničku. Rozloučili jsme se s hosty a kamarády a rozjeli se do svých domovů. Nezbyvá než doufat, že se podaří získat finanční prostředky, abychom se všichni mohli setkat na rekondičním pobytu v roce 2010.

Fotografie z rekondičního pobytu naleznete na stránkách klubu

www.ILCO.cz/Ostrava

Rekondiční pobyt byl podpořen grantem Nadace OKD (65 000,-) a dotacemi Magistrátů měst Ostrava (50 000), Havířov (7 000,-), a městské části Svinov (4 000,-) a příspěvky zúčastněných firem. Všem srdečně děkujeme.

Těšíme se na příští rok!

Alena Nečasová

jednatelka Slezského klubu stomiků Ostrava