



Zpravodaj

Slezského klubu stomiků Ostrava

srpen 2015

Rekondice 23.9. - 27.9.2015

Vážení přátelé,

rekondiční pobyty organizuje náš klub od roku 1993. Po dvou letech se opět vracíme na známá místa v lázních Karlova Studánka. Stejně jako před dvěma lety bude pobyt zaměřen zejména na rehabilitace, vycházky, relaxaci a odpočinek. Věřím, že si společně užijeme hezký lázeňský pobyt se vším, co k tomu patří.



Karlova Studánka jsou lázně s dvousetletou tradicí. Lázně obklopené horskou přírodou se pyšní nejčistším vzduchem ve střední Evropě, celkovou atmosféru dotváří roubené lázeňské budovy.



Hudební pavilon.

K přírodním léčivým zdrojům patří kromě klimatu také přírodní oxid uhličitý a minerální voda, která slouží k přípravě uhličitých koupelí i rašelinových zábalů, k inhalaci a k pití. Mezi oblíbená místa patří bazén s teplou slanou vodou (32 až 34°C), podvodními lehátky, lavicemi a

masážními proudy. Najdete tu také vířivku, finskou saunu, tepidarium a solnou jeskyni. Lázeňský park zdobí umělý vodopád a geologická expozice hornin z oblasti Jeseníků.

Podařilo se nám pro členy klubu získat dotaci Magistrátu města Ostravy a Magistrátu města Havířova, dotaci Moravskoslezského kraje na rehabilitace, grant Nadace OKD a po hlasování na internetu uspěl také náš projekt u České spořitelny.

Vynaložili jsme velké úsilí, aby se Vám pobyt opravdu líbil. Opět jsme navštívili místo pobytu, abychom dojednali podrobnosti pobytu. Věříme, že se zde setká co nejvíce stomiků, abychom mohli efektivně využít dotace a nemuseli nevyužité prostředky vracet.

Výbor Slezského klubu stomiků Ostrava

Základní informace

Termín: 23.9. – 27.9.2015. Pobyt začne ve **středu** obědem a bude ukončen **po obědě** v **neděli**. Doporučujeme příjezd po 11. hodině. Oběd bude ve 13 hodin. Po něm Vás seznámíme s programem.

Místo konání: Státní léčebné lázně Karlova Studánka.

Kontakt:
Recepce - nepřetržitý provoz
Tel.: +420 554 798 111
Web: www.horskelazne.cz/

Ubytování a stravování: Účastníkům budou vyhrazeny dvě lázeňské budovy Bezruč a Opava vzdálené od sebe jen přes silnici. Budou obsazována max. 2 lůžka v pokoji.

Registrace účastníků od 11 hodin v přízemí domu Bezruč vpravo v klubovně.

Stravování je zajištěno v jídelně lázeňského domu Libuše cca 150 m od ubytování v 1. patře. Je zde k dispozici výtah. Pro rychlou obsluhu 105 osob v jeden čas se jeví jako výhodnější jednotná strava. Ponechali jsme naprosto stejný jídelníček, jako byl před dvěma lety. Doufáme, že si

pamatujete, co jste měli. Pokud vyžadujete bezlepkovou nebo jinou dietu, vyznačte to do přihlášky!

Oběd ve středu bude ve 13 hodin. V další dny snídaně v 8, oběd ve 12, večere v 18 hodin.



Lázeňský dům Bezruč.

Doprava vlastním autem: Z Ostravy jedete přes Opavu, Bruntál do Karlovy Studánky. S autem lze přijet k lázeňským domům pro vyložení zavazadel. Parkování jen na centrálním parkovišti, parkovné 50 Kč/den. Je výhodné, pokud více osob pojede jedním autem.

Doprava vlakem, autobusem: Rychlíkem R 1130 do Bruntálu, odjezd z Ostravy Svinova v 8:09. Z Bruntálu v 9:40 autobusem do Karlovy Studánky, příjezd 10:41. Nebo autobusem odjezd z ÚAN Ostrava v 7:55, přestup v Bruntálu na autobus v 9:40. V Bruntálu nemusíte přecházet z vlakového na autobusové nádraží.

Možnosti rehabilitace: Rehabilitace budou probíhat v Letních lázních asi 50 m od ubytování.



Letní lázně.

Předpokládáme, že většina účastníků bude absolvovat 1 masáž a 1 koupel.

Je možné využít krásný bazén. Bazén má lehce slanou vodu, obsahuje různé trysky, masáže pod vodou, bublinky, perličková lehátka, plavání v protiproudu atd. K dispozici je sauna, pára, tepidarium. Je to jedinečná možnost pro ty, kteří ještě koupání v bazénu nevyzkoušeli.

Z dotace Moravskoslezského kraje každému účastníkovi uhradíme procedury nebo vstupy do bazénu do výše 400 Kč. Pokud budete čerpat více než 400 Kč, doplatíte rozdíl.

Ceny některých procedur:

Klasická masáž částečná.....	210,- Kč
Uhličitá koupel	250,- Kč
Vířivá koupel, končetinová	150,- Kč
Minerální bahno SAKI, bedra	150,- Kč
Minerální bahno SAKI, bedra+páteř ..	200,- Kč
Minerální bahno SAKI, obě kolena.....	180,- Kč
Vstup do bazénu (1 hodina).....	80,- Kč

Úplný ceník a rozpis kapacitních možností bude k dispozici na členské schůzi a při registraci.

Bude přítomen MUDr. Karel Tyrpekl, chirurg z Chebu. Jedná se o velmi vstřícného doktora, který má velké pochopení pro stomiky. Je místopředsedou Českého ILCO. Přijede i jeho paní Mgr. Andrea Tyrpeklová, fyzioterapeutka, která vás seznámí s cvičením břišní stěny po operaci. Její článek naleznete v ILCO Zpravodaji 2/2011. Máme se na co těšit.

Budou pozváni zástupci stomiků ze Slovenska a Polska. Budete mít jedinečnou šanci k výměně zkušeností. V lázních je stálá lékařská služba.

Přednášky a prezentace: Budou probíhat v salonku lázeňského domu Libuše pro cca 80 osob. Dohodnuté termíny přednášek St. 25.9. 19-21 hod., Čt. 26.9. 9-11 hod., Pá. 27.9. 9-11 hod. V sobotu prezentace neplánujeme.

Sportovní a kulturní vyžití: V okolí lázní je řada značených vycházkových okruhů. Znáмым a navštěvovaným místem v lázních je také uměle vybudovaný vodopád na řece Bílá Opava. V horní, tedy západní části obce se nachází geologická expozice kamenů z Jeseníků a ještě dřevěná Kaple sv. Huberta.



Na Pradědu před dvěma lety.

Z Karlovy studánky směrem k Pradědu vede naučná stezka Bílé Opavy, po které můžete dojít až k chatě Barborka.

V sobotu 26.9. od 13 hod. plánujeme výlet do lázní Jeseník, který bude spojený s oslavou Světového dne stomiků.

Společenský večer se bude konat v pátek 25.9. od 19 do 24 hod. v Hudebním pavilonu. Hrát bude vám dobře známý Eda Rakus. Tombolu v tomto roce neplánujeme.

Další informace o programu získáte na členské schůzi. Program bude také vyvěšen v přízemí domu Bezruč.

Cena pobytu: Podařilo se nám pro stomiky získat dotaci z Magistrátu města Ostravy (50 000 Kč) pro členy s bydlištěm v Ostravě, z Magistrátu města Havířova jsme získali dotaci 7 500 Kč pro členy z Havířova, u Nadace OKD jsme získali 49 000 Kč, jen pro členy z oblastí postižených důlní činností a ve veřejném hlasování na internetu jsme uspěli s grantem u České spořitelny (50 000 Kč). Moravskoslezský kraj podpořil rehabilitace a pronájmy (max. 50% skutečných nákladů) částkou 27 000 Kč.

OSTRAVA!!!



H A V Í Ř O V



Moravskoslezský kraj



Předpokládáme, že pobyt bude také podpořen firmami. Smluvní cena za ubytování a stravu se zvýšila na 620 Kč za osobu a den.

Počítáme s těmito náklady pro 105 osob:

<i>Ubytování a strava</i>	260 400,- Kč
<i>Oběd neděle</i>	12 600,- Kč
<i>Rehabilitace</i>	43 000,- Kč
<i>CofeeBreak</i>	11 025,- Kč
<i>Pronájmy, bazén</i>	17 000,- Kč
<i>Organizační náklady, přeprava</i>	16 000,- Kč
<i>CELKEM</i>	360 025,- Kč

Celkové náklady za pobyt pro jednu osobu budou 3429 Kč. Dotovaná cena pro stomika je stejná jako v loňském roce **1000 Kč** (podmíněná účastí na přednáškách). Je možno vzít s sebou partnera, který uhradí částku **1700 Kč**, pokud je členem našeho klubu. Cena pro ostatní bude **2800 Kč**.

Pokud využijete příspěvek za prodej kytiček, cena se Vám ještě sníží. Zbylé náklady budou uhrazeny ze sponzorských darů. Věříme, že díky dotacím je cena pro stomika dostupná každému.

V případě neúčasti bude vrácena částka snížená o storno poplatky.

Příhlášky a peníze: Na členské schůzi dne 25.8.2015 se budete moci závazně přihlásit a zaplatit částku 1000 Kč, případně

1000 + 1700 (2700) Kč při účasti s partnerem.

Jestliže nemůžete přijít na členskou schůzi nebo poslat peníze a přihlášku po někom jiném, spojte se telefonicky s pokladníkem paní Paskonkovou (kontakty na konci Zpravodaje) a **dohodněte se na řešení, nejpozději však do 26.8.2015!** Po tomto datu nabídneme volná místa ostatním klubům.

Přihlášky – ostatní kluby: Účastníci z mimoostravských klubů předají přihlášku a finanční úhradu předsedovi příslušného klubu. O příspěvcích klubů na tyto rekondice a konečné ceně pro stomiky rozhodnou jejich výbory. Kluby uhradí naší organizaci 2 800 Kč za účastníka (můžeme pro ně využít pouze grant Nadace České spořitelny).

Těšíme se na setkání.

Grantový program České spořitelny

Česká spořitelna vypsalala grantový program, ve kterém mohl klient podpořit neziskovou organizaci, ve které pracuje jako dobrovolník.

Podal jsem projekt: Zdravotně postižený senior potřebuje informace a rehabilitaci do programu Pomoc seniorům při zapojení do společnosti. S cílem podpořit rekondiční pobyt v lázních Karlova Studánka.

Tento projekt spolu s dalšími 30 projekty postoupil do druhého kola. Veřejné hlasování na internetu rozhodovalo o tom, které projekty získají podporu. Získali jsme celkem 342 hlasů a obsadili v hlasování 15. místo. Celkovou částkou 1 milion Kč bylo podpořeno právě 15 projektů a tak jsme požadovanou podporu získali. Hurá!!!

Děkujeme všem, kteří se do hlasování zapojili.

doc. Pavel Kreml

Jak dopadl letošní Květinový den

13. května se uskutečnil již 19. ročník Českého dne proti rakovině, který jsme si zvykli nazývat Květinový den. Tuto akci organizuje Liga proti rakovině, která v letošním roce slaví 25 let svého trvání. Její zakladatel pan profesor Dienstbier (+2012) považoval prevenci a výchovu ke zdravému způsobu života za nejlevnější lék. Prodejem žlutého kvítku měsíčku lékařského se podařilo za ta léta shromáždit a následně rozdělit už přes 250 milionů korun. Získané prostředky se pak vkládají do péče o

pacienty, do onkologického výzkumu, přístrojového vybavení onkologických pracovišť, nejvíc jich ale míří právě do preventivních projektů.

Náš Slezský klub stomiků, který je členem LpR, se do této sbírky zapojuje již 15 let. Máme radost z toho, že se vás do prodeje přihlásilo více než v minulých letech a podařilo se otočit počty prodaných kytiček v poměru ke studentům. V minulosti to bývalo tak, že většinu kytiček nám prodali studenti SZŠ v Ostravě Vítkovicích a Gymnázia v Maticní ulici v Ostravě.

Letos 29 našich členů prodalo 3395 kytiček a studenti nám prodali 2105. Celkem jsme tedy prodali 5500 kusů a utržili jsme za ně 124 948 Kč. Z toho nám LpR třetinu peněz vrátí na naši činnost, takže jsme si svým vlastním přičiněním a samozřejmě s velkou pomocí studentů obou škol vydělali téměř 42 tis. Kč.



Tento snímek a článek o prodeji kytiček v našem klubu vyšel ve zpravodaji Ligy proti rakovině Praha, číslo 2, červen 2015.

K této sbírce mají lidé důvěru a květinu si rádi kupují. Určitě tomu napomohla i propagace v televizi, kde se o sbírce letos hovořilo v sobotním večerním zábavném programu, který má zcela jistě vysokou sledovanost. To byl ze strany organizátorů skvělý tah. Hodnotíme také, že LpR reagovala na naše připomínky a sbírka se konala ve dvou dnech, a tak i když letos studenti prodali všechny kytičky už během dopoledne prvního dne, bylo více času na dokončení prodeje a odevzdání sběrných vaků. Přes drobný ranní deštík to nakonec nebylo špatné, prodávalo se dobře a nikdo se nesesetkal s nějakou vyloženě špatnou reakcí ze strany kupujících.

Co nás ale velmi nemile zaskočilo, bylo chování vedení velkých obchodních řetězců jako Tesco, Globus a Lidl, které zakázalo prodej před jejich prodejny a jejichž ochranky vyhazovaly prodejce z těchto míst. Napsali jsme LpR podnět,

aby se dotázala ředitelů zmíněných firem, co je vede k tak negativnímu postoji vůči této sbírce. Že by to byla obava z toho, že zákazník dá 20 Kč nám a o to méně pak utratí u nich?! To je při jejich obratu opravdu úsměvné. A zároveň smutné, k jakým prostředkům sahají v honbě za větším ziskem.

Lidé dnes sice musí obracet každou korunu, ale kdo chce, ten si kytičku koupí a naopak. Nejčastěji dávali jen těch doporučených 20 Kč, ale mnozí dali i větší částku, takže průměr za jednu kytičku byl letos 22,72 Kč. A jak dopadla naše „vnitroklubová soutěž“ o nejúspěšnějšího prodejce? Co se počtu prodaných kytiček týče, nejvíce jich prodala Hedvika Juřinová (495), J. Strachon a M. Švidrnoch (300), N. Kubíková (200) a P. Kreml (150). Nejvíce členů (13) prodalo po 100 ks a 9 po 50 ks.



Ty se nepodařilo přesvědčit, aby koupili kytičku.

A kdo měl nejlepší tržby? No jako každoročně zvítězil náš předseda Pavel Kreml, jehož průměr za kytičku činil 33,28 Kč! Jako druhý se umístil Milan Švidrnoch (27,75), třetí Soňa Krčmářová (27,66), čtvrtý skončil Jarek Opletal (25,89), páté místo obsadila Miluška Mlýnková (25,73) a šesté Dagmar Ulmanová (25,25). Všem výhercům blahopřejeme a samozřejmě děkujeme všem, kdo se zapojili a pomohli jakýmkoliv způsobem.

Především děkujeme Hedvice Juřinové, která se i letos o všechno obětavě postarala (s nemalým příspěvkem svého manžela Josefa). Moc děkujeme i vedení obou ostravských škol a jejich studentům za velikou pomoc našemu klubu. Všichni prodávající členové klubu budou mít za odměnu rekondiční pobyt nebo jinou klubovou akci o něco levnější, protože tím chceme ocenit jejich snahu přispět vlastním úsilím do společné klubové pokladny. Děkujeme

také všem těm, kdo by se rádi zapojili, ale zdraví či ostych jim to nedovolí, a tak si alespoň na schůzi kytičku koupili.

A nezbyváá než si přát, aby nám zdraví dovolilo zapojit se do sbírky i v příštím roce!

Za výbor klubu Alena Nečasová

Setkání na zámku v Raduni 2.5.

Další hezké setkání 100miků a jejich příznivců v tomto roce se tentokrát konalo na zámku v Raduni, které sobotu 2. května 2015 pořádal klub stomiků z Opavy.



Zámek a oranžerie v Raduni.

Vzhledem k tomu, že na tyto akce se těší mnoho z nás, tak účast byla opět veliká. Sešlo se nás celkem 48 ze všech našich spřátelených klubů. Počasí z rána sice moc neprálo, ale nepršelo a nakonec se ukázalo sluníčko a bylo opravdu moc hezky. Na programu byla prohlídka zámku a návštěva zámecké oranžerie se zahradou.

Na zámku nás přivítala příjemná průvodkyně, která nás hodinu provázela zámkem a seznamovala s historií a současností zámku Raduň. Bylo to zajímavé, poučné a také jsme se všichni zasmáli vtipné poznámce jednoho z nás, kterou pronesl nad velkým gobelínem vyšivaným hedvábím, na který nás upozornila průvodkyně, větu, že pod ním složil píseň W. Matuška „ Tam za vodou v rákosí “, protože na tomto obraze bylo vyšívané rákosí a krásné bílé volavky. V druhé části jsme pak zhlédli exponáty oranžerie s hezkou zámeckou zahradou. Na závěr, jak již bývá zvykem, jsme se sešli v nedaleké restauraci Raduňka, dali jsme si chutný oběd, nějaké to občerstvení a po družné debatě jsme se všichni v odpoledních hodinách rozjeli spokojeni domů. Byl to zase jeden příjemně strávený den s přáteli 100miky.

Květoslava P.

Trojsetkání stomiků na hranici 9.-10.5.

Původně příhraniční spolupráce stomiků Ostravska a regionu Katowice se rozvinula v širší mezinárodní setkání v blízkosti hranic tří států. V organizaci jednotlivých setkání se pravidelně střídají jednotlivé státy.

Po loňském setkání v Bojnici byla řada na polských stomicích. Organizace se ujala předsedkyně klubu v Katowicích Janina Szczepanowska (Nina). Polští stomici nemají příliš mnoho zkušeností s pořádáním větších klubových akcí, na jaké jsme zvyklí my. Vybraný hotel Sosna ve Wisle měl už nejlepší léta za sebou, hlavně chyběla restaurace, kde by se daly dokoupit nápoje.



Účastníci před hotelem Sosna ve Wisle.

Akce se zúčastnilo více než 100 osob, největší byla naše delegace se 43 účastníky v čele s předsedkyní ILCO paní Marií Ředinovou. Slavnostní nástupy musely být zredukovány, neboť nás v sobotu odpoledne čekala „przejazdka Ciuchcią MARTUSIA w ciekawe miejsca w Wisle“. Jen několik našich členů bydlících blízko hranic vědělo, co je to ciuchcią. Jedná se o turistický vláček tažený napodobeninou lokomotivy.



Tak tohle je „čukča“.

Byla to nejlepší část setkání. Wisla má krásné okolí. Postupně jsme se dopravili pod velký skokanský můstek, na který se dalo vyjet

lanovkou. Pod dojezdem skokanů vede tunelem silnice. Pak nás vyvezli nahoru k prezidentskému zámečku, prohlídka končila v centru Wisly.

Hlavním večerním programem byla nepřetržitá diskotéka. V neděli po ukončení setkání jsme se ještě zastavili na Rovnici, která se salašemi a kolibami připomíná naše Pustevny. Je to opravdu krásné místo.

Příští trojsetkání organizuje opět náš klub. Bude se konat v hotelu Relax v Rožnově pod Radhoštěm 28.-29.5.2016. Věříme, že se nám s vaší pomocí podaří připravit zajímavý program.

doc. Pavel Kreml

Fotky od Broni Tučného naleznete v galerii

<http://stomici1.galerie.cz/6429793-trojsetkani-wisla-9-10-5-2015>

Smažení vaječiny ve Velké Polomi

V loňském roce jsme navázali na zdejší krajovou tradici smažení vaječiny o Svatodušní neděli, což je sedmá neděle po Velikonocích a Milan Švidrnoch pro nás připravil vaječinu s programem na střelnici Sýkorník ve Velké Polomi. Všem se nám tam moc líbilo, a protože Milan byl ochoten to zorganizovat i letos, tak jsme se rozhodli v této pěkné tradici pokračovat.

Ale letos byla druhá polovina května příznivá možná tak pro zemědělce (studený máj – v stodole ráj), pro nás však určitě ne. Střelnice „Sýkorník“ byla 24. května rozbahněná, přšelo a byla hrozná zima, a tak musel Milan Švidrnoch s lítostí naše setkání přemístit do místní Sokolovny.



Country kapela CWOKBAND.

Nebylo to tam ale vůbec špatné, naopak! Sál byl příjemně vytopený, a když jsme nemohli venku sportovat s lukem a šípem, o to více jsme se mohli hýbat při tanci na parketu, protože nám

opět přišla zahrát a zazpívat skvělá Milanova country kapela CWOKBAND.

Vaječinu jsme usmažili venku ve dvou kotlíkách, padlo na ni 210 vajec (krásných žluťoučkých domácích), zdravá voňavá pažitka od Švidrnochů tomu dala ríz, dobrý chleba, no jak říkávala Bohunka: „Tým by nás moh Pánbíček trestat“! Ke kávě byly výborné valašské frgály, které z Palačova přivezl Pavel Kreml, později se venku na roštu ogrilovaly i špekáčky a aby nám to všechno dobře strávilo, na to jsme mysleli už doma a přivezli si sebou to, co nám na to zabírá.



Hlavně dobře míchat.

Co bylo ale nejlepší, to byla dobrá nálada, možnost popovídat si a pobavit se společně s naší stomickou rodinou. Pro mě osobně a myslím, že pro všech téměř 60 lidí z našeho klubu, Opavy i Jičína, to byla krásně prožitá svatodušní neděle a ukončení doby velikonoční.

Za celý výbor a jistě za všechny účastníky moc děkuji Milanu Švidrnochovi a jeho rodině, že to pro nás tak skvěle připravili a budeme se těšit, že se zase sejdem při vaječině na Sýkorníku. Příští rok to bude ale ještě dříve než letos, už 15. května, tak snad bude lepší počasí!

Alena Nečasová

Fotky od Broni Tučného naleznete v galerii

<http://stomici.galerie.cz/6445632-smazeni-vajec-velka-polom-24-5-2015#page3>

Třídenní zájezd klubu na jižní Moravu a do Vídně 24.-26.6.

Využili jsme nabídky zúčastnit se třídenního zájezdu pořádaného Ostravským klubem. Na tento zájezd jsem se moc těšila, ale zároveň jsem měla velké obavy, jak vše zvládnou. Mé obavy byly zbytečné. Zájezd byl nám všem dobře

přizpůsoben. Měli vše dobře promyšlené a tak jsme bez problému zvládli všechny záležitosti cestování. Zato díky vedoucímu panu Rohanovi.

První den jsme navštívili hrad Veveří a projeli se lodí po Brněnské přehradě. Další zastávka byla v Hustopečích a potom už ubytování ve Velkých Bílovicích v penzionu u Osíčků.



Krásné zahrady Schönbrunn, v pozadí Gloriette.

Zážitek druhého dne je nezapomenutelný, prohlídka zámku Schönbrunn a jeho nádherného okolí. Zahrady, parky a výhledy na město Vídeň. Příjemně unaveni a plni dojmů jsme se vraceli zpět do Velkých Bílovic, kde nás čekala večere ochutnávka vín a cimbálovka. Dobré víno dobré prostředí a dobrá hudba postaví na nohy nejednoho důchodce.



Provoněný obchod SonnenTor.

Třetí den ještě trochu ovínění jsme se vydali na cestu domů. Z Bílovic jsme se vydali do Čejkovic, kde jsme navštívili výrobu bylinných čajů SONNENTOR. Krátce jsme se zastavili ve Vrbicích, vesnici roku, kde jsme si prohlédli řady vinných sklípků se zajímavými goticky lomenými vstupy. Dále do Tišnova shlédnout ženský klášter Porta Coeli. To bylo poslední, co jsme mohli obdivovat.

Celý zájezd jsme ukončili večeří v Rousínově u Napoleona. Ještě jednou děkujeme organizátorům zájezdu. Velké poděkování patří také řidiči autobusu panu Míškovi za bezpečnou a klidnou jízdu.



Zajímavé sklepy ve Vrbcích.

Pro nás Opaváky skončil krásný výlet ve Svinově. Dobrou náladu nám nezkazilo ani třicetiminutové zpoždění vlaku.

Za klub Opava Eva Zahelová, manželé Nosovi a Marie Gregorová.

Setkání stomiků v Kozlovicích 11.7.

Vždy jednou za pět let se nechá Zdeněk Opěla přesvědčit a uspořádá setkání stomiků v Kozlovicích. Zdeněk je skvělý kuchař, však také vloni vařil v televizi v Dobrém ránu vhodné pokrmy pro stomiky.



Tentokrát to pojal jako krutí hody. Podával se aspik, čína a jako vyvrcholení byla veliká uzená krutí stehna. Když přidáme Valašské frgály, koláčky, cukroví a další dobroty, které přinesli někteří účastníci, nemělo to chybu.

Nejen jídlem živ je člověk. Zdeněk zajistil také bohatý program. Podle zájmu si mohlo 73 účastníků vybrat. Někteří volili vycházku na kopec nad rázovitou obcí, aby se porozhlédli po Podbeskydské pahorkatině. Byla připravena exkurze ve Valašském minipivovaru, někteří se vrátili do svého mládí v expozici Obecné školy v areálu Fojtství a navštívili také Expozici sakrálního umění.



Zdeněk Opěla je skvělý kuchař.

To však nebylo všechno. Odpoledne mezi nás přišli členové místního kynologického spolku, aby nám předvedli výcvik psů v agilitách. Byli jsme překvapení, jak psi poslouchali a jak je bavilo zdolávat nejrůznější překážky. K večeru ještě přišli dva harmonikáři a tak bylo veselo.



Krásné výhledy na malebné Kozlovice.

Velké poděkování a uznání patří Zdeňkovi Opělovi a jeho příbuzným, kteří obětavě zajistili toto setkání. Věříme, že se v Kozlovicích sejdem dříve než zase za pět let.

P. Kreml

Fotky od Broni Tučného naleznete v galerii

<http://stomici.galerie.cz/6445836-kozlovice-11-7-2015#page3>

Setkání v Katovně, Odry 8.8.

Tentokrát jsme se setkali za nádherného slunečního počasí, na náměstí v Odrách, kde nás přivítal předseda Broňa Tučný. Program byl opět tradičně zajímavý, zábavný a nápaditý.

Vzápětí se objevili dva kati a začalo veselé povídání o věcech neveselých z dob mučednických. Postupně jsme navštívili muzeum útrpného práva, kde jsme zhlédli mučednické

nástroje, které se používaly na odsouzených, a na některých z nás je kati dokonce prakticky předvedli. Pak jsme prošli se zkušeným průvodcem muzeum, poslechli si zajímavý výklad a viděli Biřičskou místnost, Katovnu a Městskou strážnici s vězením.



Mučení předsedy spolku Broni Tučného.

Po malém občerstvení jsme auty pokračovali na nedalekou novou rozhlednu v Pohoří - Olšové, která je v provozu od roku 2014 a většina z nás, kteří měli sílu a vylezli ve 38 stupňovém vedru po 64 schodech nahoru, měli krásný výhled z vyhlídkové plošiny, která se nachází ve výšce 17 metrů, do okolí Oderských vrchů, Hrubého a Nížkého Jeseníku, na Lysou horu i Praděd.

Přátelské zakončení proběhlo s posezením v Dělnickém domě s dobrým obědem. Celková účast ze všech klubů byla 43 účastníků, z našeho ostravského dorazilo 5 členů. Děkujeme všem organizátorům ILCO Novojičínka.

Květoslava P.

Fotky od Broni Tučného naleznete v galerii

<http://stomici.galerie.cz/6453526-odry-8-8-2015#101523062>

Pište nám!

Proběhla řada dalších akcí, kterých se zúčastnili i naši členové, jako např. rekondiční pobyt v České Vsi, střelecké odpoledne v Neplachovicích, ...

Bohužel se s námi nikdo nepodělil o své zážitky. Pište nám!

Pozvánka na setkání stomiků 22.8.

ILCO Klub stomiků Přerov pořádá v sobotu 22. 8. 2015 společné setkání stomiků v Hostýnských horách. Pozvánka byla již v minulém Zpravodaji.

Sejdeme se v **9:30** hod. na parkovišti na Trojáku (začátek je posunutý z důvodu Orelské pouti). Odtud půjdeme cca 2 km k rozhledně Maruška. Odtud pojedeme na Sv. Hostýn, kde se koná Orelská pouť s Cyrilometodějským programem, který jistě zaujme. Zde bude také oběd (vepřový řízek s bramborem + jablečný závin). Zakončení našeho společného setkání bude individuální, dle zvážení každého orientačně asi v 17:00 hod.

Potřebuji nahlásit Ty, kteří nemají ZTP, ZTP/P a pojedou nahoru automobilem, kvůli zajištění povolenky. Termín do 17. 8. 2015.

Přihlášky na setkání pošlete na e-mail Josefmatousek1@seznam.cz nebo na mobil 602 567 403.

Srdečně zve výbor Klubu stomiků Přerov

Klub je již registrován jako spolek

Na minulé členské schůzi jsme schválili nové stanovy, aby byly v souladu s požadavky nového Občanského zákoníku.

Nový název klubu je: **Slezský klub stomiků Ostrava, z.s.** se sídlem na adrese předsedy. Byl rovněž opět zvolen výbor klubu a revizní komise. Do Rejstříku spolků u Krajského soudu Ostrava byl zápis proveden 1.7.2015. Všechny informace o klubu jsou veřejně přístupné a snadno je najdete na webu www.justice.cz.

Světový den stomiků

Světový den stomiků tentokrát proběhne pod heslem „Mnoho příběhů, jeden hlas“. Hlavní oslava v našem klubu proběhne na rekondičním pobytu v lázních Karlova Studánka.

České ILCO k této příležitosti vyhlásilo fotosoutěž. Podmínky naleznete v ILCO Zpravodaji 1/2015, str. 18-19. Připomínáme, že uzávěrka fotosoutěže je 31. srpna 2015.



Členská schůze - opět v Ostravě-Porubě

Členská schůze se bude konat v úterý 25.8.2015 od 15.30. Pozvánku s programem máte v příloze.

Opět se bude konat v areálu Fakultní nemocnice v Ostravě-Porubě za Domovem sester. Místo schůze je velmi snadno dostupné autobusem č. 37 nebo tramvajemi č. 8, 7, 17 směr Vřesinská.

Budeme doplácet na pomůcky?

Patrně jste všichni 7.7.2015 v Televizních novinách sledovali tiskovou konferenci, kterou pořádal ministr zdravotnictví Němeček.

Následně se TV novinách objevila vystoupení s kritikou připravovaného zákona o zdravotnických pomůckách, přestože Ministerstvo zdravotnictví ČR tajilo připravovaný návrh, který by měl přijít do vlády v září.

Konkrétní návrh novely zákona č. 48/1997 jsme získali 5.8. a je typické, že na připomínky na tak závažný návrh je týden v době dovolených a tiše se předpokládá, že se to pacienti ani nedozví.

Paní Ředinová, předsedkyně Českého ILCO, vystupovala v televizi i v Lidových novinách 16.7.2015 s problémy, které by přinášel návrh pro stomiky.

Co je tedy podstatou nové legislativy? „Filozofie nového návrhu se blíží regulaci v lékové oblasti. „Díky ní máme jedny z nejlevnějších léků v Evropě a věřím, že pokud bude přijata tato norma, tak se dočkáme něčeho podobného i u zdravotnických prostředků“, uvedl ministr Němeček.

Novela předpokládá, že ZP (je jich 45000 druhů) budou rozčleněny do několika set referenčních skupin s tím, že v každé této skupině bude mít pacient zajištěn jeden zdravotnický prostředek plně hrazený.

Výši a podmínky úhrady stanoví SÚKL ve správním řízení jednotně v rámci celé úhradové skupiny na základě cenové reference ze zemí EU, popř. dohody o ceně a úhradě. V příloze zákona jsou počty podložek a sáčků nezměněné. Cena hrazená pojišťovnou by měla být stanovena až následnou vyhláškou, která dosud není. Má být nově stanoven limit 5 000 Kč (2 500 Kč) na doplatky zdravotních pomůcek. Ale do limitu by

se započítávalo opravdu jen něco po vzoru limitu na léky. Ke změně by mohlo dojít v příštím roce.

České ILCO velmi pečlivě sleduje a připomínkuje všechny návrhy. Situace je nepřehledná, materiály jsou neúplné. Stomické pomůcky jsou specifické a není možná libovolná záměna za jiný typ. Chápu to poslanci?

Podrobnější informace o aktuální situaci budou podány na členské schůzi.

Návrh novely zákona č. 48/1997 Sb. najdete na: http://www.nrzp.cz/images/docs/48/Navrh_novel_y_48_1997.doc

Důvodová zpráva návrhu novely zákona č. 48/1997 Sb., o veřejném zdravotním pojištění: http://www.nrzp.cz/images/docs/48/Duvodova_z_prava_novely_48_1997.doc

Blahopřejeme



Koncem měsíce srpna oslaví kulaté narozeniny paní Alena Nečasová. Členkou klubu je od roku 1999 a od roku 2000 pracuje ve výboru klubu jako jednatelka. Moc si vážíme její spolehlivosti, vstřícnosti a otevřenosti. Je velkou oporou předsedovi, zejména při rozhodování důležitých úkolů, aktivně přichází s náměty a dobrými nápady. Nezapomenutelná jsou její průvodní slova při vánočních vystoupeních.

Přejeme Ti Alenko hodně zdraví, klidu a pohody, hodně radosti z vnoučat, spokojenost v osobním životě. Těšíme se na další spolupráci s Tebou.

Kontakty

Předseda: doc. Pavel Kreml, Francouzská 6015, 708 00 Ostrava-Poruba, tel.: 596 994 175 (funguje záznamník), 737 588 111
e-mail: info@ilco.cz

Pokladník: Miroslava Paskonková, Mongolská 1470/42, 708 00 Ostrava-Poruba
tel.: 731 482 085
miroslava.paskonkova@centrum.cz

Web: www.ILCO.cz/Ostrava

E-mail: info@ilco.cz



Pozvánka

na schůzku Klubu stomiků, která se koná

v úterý 25.8.2015 v 15.30 hod.

v areálu Fakultní nemocnice Ostrava-Poruba

(za Domovem sester, vstup SÚKL).

Program:

1. Práce výboru v uplynulém období, hodnocení akcí.
2. Organizace rekondičního pobytu.
3. Jednání o dobrovolnících ve FN Ostrava.
4. Připravovaná novela zákona o zdravotnických prostředcích. Hrozí doplatky?
5. Novinky v sortimentu firmy ConvaTec (prezentace J. Sivková).
6. Různé, diskuse.

Srdečně zve výbor.

Již od 15.00 hod. budete mít možnost přihlásit se na rekondiční pobyt!

Nezapomeňte donést vyplněnou přihlášku na rekondice!

Přijďte dříve, aby nebyl narušen začátek schůze.

Informativní plánek - místo schůzky:

