

*Hodně zdraví, lásky
a spokojenosti v novém roce 2017 přeje všem
svým členům a příznivcům výbor Slezského
klubu stomiků v Ostravě.*

Vážení přátelé,

právě před pětadvaceti lety jsem převzal kormidlo lodi zvané Slezský klub stomiků Ostrava. Je to hodně dlouhá doba a jen čtyři tlusté kroniky nám připomínají stovky akcí. Jak už to bývá při dlouhých plavbách, někdy jsme pluli po prosluněné klidné hladině, jindy bylo moře rozbourené a kličkovali jsme mezi útesy.

Loňský rok byla plavba úspěšná. Mohli jste se zúčastnit 31 akcí, podařilo se nám zorganizovat náročné akce, jakými bylo 12. Trojsetkání 119 účastníků ze 3 států nebo pěkný rekondiční pobyt pro téměř stovku účastníků. Na členských schůzích a rekondicích jste měli možnost seznámit se s novinkami v sortimentu všech 8 firem, které u nás dodávají stomické pomůcky. Naši zástupci se aktivně zapojili do práce Českého ILCO.

Potvrzuje se tak, že jsme stabilním spolkem s významnou tradicí, který pomáhá a poskytuje informace nejen stomikům, ale i širší veřejnosti. Děkujeme všem, kteří se o tuto bohatou činnost zasloužili.

Vyplouváme do nového roku, který nebude snadný. Hotely nám s odvoláním na EET výrazně zvyšují ceny a naopak se snižují a komplikují dotace. Je nutno hledat další zdroje a dárce. Věřím, že se nám to s vaší pomocí podaří. Připravili jsme pro Vás pestrou nabídku akcí. Věříme, že si z ní i letos každý z Vás vybere.

Přeji Vám všem pevné zdraví, hodně radosti a spokojenosti s naší společnou prací.

Doc. RNDr. Pavel Kreml, CSc., předseda

Ohlédnutí za vánočním večírkem

Vánoční večírky v Ostravě-Petřkovicích jsou vždy pěknou tečkou za klubovými akcemi v kalendářním roce a nejinak tomu bylo i 19. prosince 2016.



Předseda zapaluje čtvrtou adventní svíci.

Pro mě osobně to bylo takové pohlazení po duši a věřím, že i pro většinu z celkového počtu 91 hostů, z nichž 66 bylo našich členů, zbytek tvořili spřátelené kluby Opava, Nový Jičín a Přerov a samozřejmě nechyběli ani zástupci firem ConvaTec, ALP, Eakin, Lipoelastic, B-Braun, Dansac, Sabrix, Coloplast a naše stomasestřičky. Všem jsme tak mohli poděkovat za podporu a pomoc, kterou nám poskytovali během celého roku.



Soutěžní výstavka rukodělných prací.

V Petřkovickém kulturním domě se scházíme již dvanáct let a jsme zde velice spokojeni – s kapacitou vánočně vyzdobeného sálu i výbornou kuchyní manželů Sikorových.

U prezence jsme jako vždy dostali malý dárek – tentokrát ručník s čokoládovými zvonečky a také žetony na ocenění výrobků rukodělné soutěže Jak si umíme okrášlit Vánoce.

Tombolu jsme letos nepořádali, protože pak je oficiální program příliš dlouhý a nezbývá čas na přátelské popovídání, na které se všichni (včetně organizátorů) těšíme. Koneckonců tombola byla na rekondičním pobytu a my bychom si přáli hlavně zachovat milou adventní atmosféru blížících se Vánoc. Dárky, které věnovali naši hosté, jsme použili jako ocenění těm, kteří přinesli ceny do soutěží, takže to bude doufám impuls pro vás ostatní, abyste se příští rok zapojili i vy!

Na pěkně nazdobených stolech čekala na všechny milá pozornost v podobě cukru s logem vánočního večírku, což zařídil Milan Švidrnoch. Cukroví pečené i kapalné jsme si přinesli z domova, takže bylo co ochutnávat a nálada byla výborná.

Úvodem předseda klubu Pavel Kreml zapálil již všechny 4 svíce na adventním věnci, krásně nás všechny přivítal a po přípitku zhodnotil uplynulý rok. Připomněl pěkné akce, které se podařilo v roce 2016 uskutečnit, poděkoval členům výboru za jejich aktivitu, všem firmám a sponzorům za finanční i edukační pomoc a všem stomikům a jejich rodinám za spolupráci a pěkné vzájemné vztahy.

Vzpomněli jsme také na ty, kteří nás již navždy opustili i na ty, kdo jsou nemocní a nemohou tyto pěkné chvíle prožívat s námi. Pak se o slovo přihlásili naši hosté a i oni poděkovali za dobrou spolupráci, popřáli krásné Vánoce a hodně štěstí a zdraví do nového roku 2017.

Následovala přestávka, kterou jsme využili k popovídání a hodnocení 9 exponátů soutěže „Jak si umíme okrášlit vánoce“, do které stomici či jejich partneři přinesli ukázky své rukodělné výroby s vánoční tematikou. Soutěž o nejlepší tekuté vánoční cukroví měl na starosti Vašek Bureček a odborná porota ve složení D. Rašmadžian (ALP), J. Pěchová (Eakin), P. Elbl (Opava) a J. Matoušek (Přerov) zodpovědně hodnotila všech 8 vzorků. U některých se trošičku přeli, ale jinak prý měli

zcela jasno. Doufám, že stejně jasná byla po degustaci i jejich mysl!



Vystoupení pěveckého sboru SCAV moderoval náš člen pan Pavel Motyka.

V 17.15 pak začal kulturní program. Tentokrát mezi nás přijel smíšený pěvecký sbor SCEAV z Oldřichovic (koho by zajímalo, co tato zkratka znamená, tak je to Slezská církev evangelická augsburského vyznání). Jejich krásné vystoupení bylo zaměřeno výhradně k adventu a blížícím se svátkům a na závěr jsme si všichni společně zazpívali 4 vánoční koledy.

Ráda bych zde poděkovala členu našeho klubu Pavlu Motykovi, který nejen toto vystoupení zprostředkoval a organizačně zajistil, ale také jej jakožto kazatel této církve obohatil úvodním a závěrečným slovem. Byl to moc pěkný kulturní zážitek a ti, kterým se to zdálo až moc náboženské, měli možnost strávit těch 45 minut v restauraci a popovídat si. Prostory kulturního domu jsou veliké, což nám i z tohoto důvodu vyhovuje.



Ocenění předával Mikuláš, andělé i čerti.

Po pokrmu duše následovala jako vždy vynikající večeře z restaurace pana Sikory. A pak přišla řada na vyhlášení výsledků obou soutěží.

Výbor všem připravil malé překvapení, když nastoupil za zpěvu písně Rolničky rolničky v kostýmech - Mikuláš (P. Kreml), archanděl Gabriel, který vypadal jako Michael (O. Rohan), andělé (H. Juřinová a A. Nečasová) a čerti (velký K. Pobehová a malý M. Paskonková). Ceny za rukodělnou soutěž předávali andělé, za kořalku samozřejmě čerti. Archanděl máchal mečem tak mocně, že se ho báli všichni více než čertů, ale hlavně to byla velká sranda a o to přece šlo!

Jak soutěž dopadla? V kategorii Jak si umíme okrášlit vánoce nejvíce žetonů dostal soubor dřevěných svícňů Františka Kuděly, druhý byl perníkový betlém Milana Švidrnocha, třetí perníkový svícen Pavla Kremla, na čtvrtém místě byli háčkovaní sněhuláci Dáši Zamarské a páté obrázky Květy Pobehové. Všechny výrobky ale byly pěkné, cen bylo dost, takže odměnu dostal každý. Tak už teď můžete přemýšlet, čím nás překvapíte na vánočním večírku 18.12.2017!



Andělská dvojice.

Soutěž o nejlepší tekuté cukroví vyhrála meruňka Luboše Bembenka, druhá byla slivovice Tondy Sýkory, třetí šípková Honzy Tománka, čtvrtá slivovice Vaška Burečka a pátá slivovice Petra Filipce. Můj děda ale vždycky říkal, že na dobrou práci a špatnou kořalku ještě nenarazil, z čehož plyne závěr, že všechny vzorky byly dobré a všechny se také vypily!

Většina účastníků se po tomto programu již loučila a odcházela domů. My, kteří jsme zůstali až do 21 hodin, jsme si v klidu popovídali a bylo nám tak dobře, že se nám vůbec nechtělo domů a museli jsme být skoro vyhozeni. Ale všechno má svůj konec a program Slezského klubu stomiků Ostrava pro rok 2016 byl naplněn.

Jménem výboru bych chtěla poděkovat všem,

kdo se na organizaci nejen této pěkné akce, ale i všech ostatních v roce 2016, podíleli. A když třeba nepodíleli, tak nás alespoň podpořili svým úsměvem a dobrou náladou. Díky!

Přeji všem v roce 2017 hodně štěstí, zdraví a pěkných přátelských vztahů, abychom byli rádi, že jsme členy této naší stomické rodiny a těšili se z každého dne, který nám je dopřán.

Alena Nečasová.

Finanční rozpočet akce: *Celkové náklady (občerstvení, dárky a ceny, pronájem sálu a kulturní program) činily 33 420 Kč. Finanční příspěvek účastníků činil 3 550 Kč, dary firem 7 500 Kč, dar lékařky 10 000 Kč, takže celkově jsme utratili z klubové pokladny 12 370 Kč, což je na tak velkou a krásnou akci skutečně částka zanedbatelná. Všem dárcům ještě jednou děkujeme.*

Setkání na Svinci 30. prosince 2016

Malebná krajina okolí města Nový Jičín, kde se lesy střídají s loukami, remízky na okraji Moravskoslezských Beskyd resp. Podbeskydské pahorkatiny určitě okouzlí každého a okouzluje i většinu z nás, kteří se každoročně účastníme výšlapu na kopec zvaný Svinec.

Léta se setkáváme se spřátelenými kluby stomiků na chatě Svinec, která se nachází u horní stanice lyžařského vleku místního skiareálu. Ani letos tomu nebylo jinak. 30. prosince se nás za krásného slunného skoro jarního počasí sešlo celkem padesát čtyři. Chata Svinec ležící ve výšce 518 m nám nabízí své prostory k první zastávce a malému občerstvení.



Krásné výhledy cestou k vrcholu.

Po posezení a ochutnávce našich výrobků v podobě klobás, škvarků, cukroví a rovněž tekutých specialit jsme od chaty pokračovali chodníčkem Václava Bártka po plochem travnatém hřebeni. Z něj se otevírají fantastické výhledy jak k západu ke Starojickému kopci s hradem Starý Jičín a k Oderským vrchům, tak k východu na Moravskoslezské Beskydy a Palkovické hůrky. Cesta nás přivádí k informační tabuli a z jejího textu se dozvídáme, že jsme na okraji přírodní rezervace Svinec o rozloze 38,25 ha. Vyhlášena byla v roce 1995 a předmětem ochrany jsou louky a remízky s bohatou květenou.



Vrcholová fotografie nemůže chybět.

Naše další zastávka je tradičně u kříže, kde vzniká společná fotografie a pak předseda pořádatel klubu připravil ohňostroj a všem rozdál malé skleněné andílky jako dárky.

Ze Svince jsme pak pokračovali, zdatnější pěšky a ostatní vlastní dopravou do cíle našeho předsilvestrovského setkání a to byl motorest ve Starém Jičíně.

Po chutném obědě a občerstvení jsme si ještě popovídali a pak jsme se začali loučit. S přáním spokojeného a úspěšného roku 2017 jsme se následně rozjeli do svých domovů. Věřím, že se zase ve zdraví rádi všichni sejdem i příští rok.

Já za sebe přeji všem šťastný a klidný nadcházející rok a k tomu mám ještě takové malé zvláštní přání a myslím si, že se mnou v tomto bude souhlasit většina z vás.

Milý roku 2017·

Nemusíš mi dát vůbec nic,

jen mi prosím tě nikoho nevezmi...·

Pobehová Květoslava

Plán hlavních akcí na rok 2017

Plán akcí byl projednán na společném zasedání výborů klubů z Ostravy, Opavy, Nového Jičína a Přerova dne 26.1.2017 v Opavě. Před vlastním jednáním byl sehrán tradiční turnaj v bowlingu.

Plán akcí v roce 2017:

Datum	Akce	Garant
11.1.	Klubové setkání - Svinov	OV
26.1.	Koordinační setkání výborů klubů OV, OP, NJ a PR	OV
8.2.	Klubové setkání - Svinov	OV
8.3.	Klubové setkání - Svinov	OV
16.3.	Členská schůze	OV
1.4.	Vítání jara, Závašice, bowling	NJ
12.4.	Klubové setkání - Svinov	OV
20.4.	Šumná Ostrava – hasičské muzeum, Ostrava - Přívoz	OV
9.5.	Členská schůze	OV
10.5.	Český den proti rakovině, prodej kytiček	OV
10.5.	Klubové setkání - Svinov	OV
12.5. - 17.5.	Rekondiční pobyt klubu Přerov, Luhačovice	PR
26.5. - 28.5.	Trojsetkání stomiků, Bojnice	SLOV ILCO
3.6.	Střelecký den, Neplachovice	OP
4.6.	Svatodušní smažení vaječiny ve Velké Polomi	OV
14.6.	Klubové setkání - Svinov	OV
19.6. - 21.6.	Třídenní zájezd – Česká Kanada, 2x nocleh Slavonice	OV
30.6. – 2.7.	Víkendový pobyt v Mokřinkách	OP
12.7.	Klubové setkání - Svinov	OV
15.7.	Komentovaná prohlídka Hranic, závody dračích lodí	NJ
9.8.	Klubové setkání - Svinov	OV
19.8.	Výlet lázně Slatinice, veteráni	PR
25.8. - 27.8.	Víkend na Malé Morávce	OP

29.8.	Členská schůze, přihlášky na rekondice	OV
13.9.	Exkurze v závodě Marlenka	OV
27.9. - 1.10.	Rekondiční pobyt, Relax, Rožnov pod Radhoštěm	OV
3.10.	Setkání stomiků v Ostravě - ConvaTec	Conva-Tec
11.10.	Klubové setkání - Svinov	OV
8.11.	Klubové setkání - Svinov	OV
13.12.	Klubové setkání - Svinov	OV
18.12.	Vánoční setkání klubu Ostrava	OV
30.12.	Rozloučení se starým rokem na Svinci	NJ



Tak to kouli mistr.

Vyhodnocení turnaje:

Jednotlivci:	1. J. Kolomazník (PR)	150 b.
	2. M. Švidrnoch (OV)	119 b.
	3. A. Nos (OP)	114 b.
Družstva.	1. Přerov	290 b.
	2. Opava	280 b.
	3. Ostrava	248 b.
	4. Nový Jičín	209 b.

U jednotlivých akcí je uveden klub, který zajišťuje organizaci. Uvedené akce jsou určeny pro zájemce ze všech klubů. Podrobnější informace k jednotlivým akcím budete dostávat ve Zpravodajích klubu, na členských schůzích a na webu www.ILCO.cz/Ostrava

Práce výboru klubu

- Kooptace nového člena výboru Ing. Václava Burečka byla zapsána 28.12.2016 do rejstříku spolků vedeného u Krajského soudu Ostrava, v oddílu L 766. Výbor je zase plně funkční.
- Hodně času bylo věnováno závěrečnému vyúčtování dotace z Magistrátu města Ostravy (42 000), Magistrátu města Havířova (4 000). Byl zpracován nový grant pro Magistrát města Ostravy (42 500 Kč). Nemohou být podpořeni rodinní příslušníci, pokud nemají ZTP/P. Žádost o dotaci pro Magistrát města Havířova (7 200 Kč) a Úřad městského obvodu Poruba (9 500 Kč). Zpracování grantů je časově velmi náročné, je nutno vyplnit řadu formulářů a doložit řadu příloh. Část dotací dostáváme teprve do 45 dnů po schválení závěrečné zprávy. Proto musíme mít určitou rezervu, abychom byli schopni akci zafinancovat.
- Paní Paskonková, pokladní klubu, zpracovala Zprávu o hospodaření. Celkové příjmy klubu v loňském roce byly 409 572 Kč a celkové výdaje byly 406 080 Kč, zůstatek tedy činil +3 492 Kč. Na členských příspěvcích jsme vybrali 18 800 Kč. Spoluúčast účastníků na všech našich akcích byla 172 735 Kč. Podrobnější informace o hospodaření a zpráva revizní komise budou předneseny na členské schůzi. Vyzýváme všechny členy, aby se snažili získat sponzory na naše aktivity. Až 30% ze získané částky jim bude vrácena ve formě slevy na naše akce.
- Na dvou schůzích výboru byl zpracován plán akcí, projednány zprávy o hospodaření a rozpracovány akce v 1. pololetí.
- Slezský klub stomiků Ostrava má nyní 132 členů z toho je 97 stomiků. Bude provedena revize členské základny, neboť se někteří členové neúčastní akcí a neplatí příspěvky déle než 2 roky. Průměrný věk členů je 70,3 roku, více vypovídá medián 72 roků (tj. 50% členů je starších než 72 let.

Akce připravované na nejbližší období

Klubová setkání ve Svinově

Již šestým rokem jsou organizována klubová setkání ve Svinově. Ukázalo se, že je o tato neformální setkání zájem. Průměrně se účastní 15 – 20 našich členů.

Stejně jako vloni se budeme scházet vždy **2. středu** v měsíci. Termíny setkání jsou uvedeny v plánu akcí. Hlavním cílem těchto setkání je neformální diskuse o problémech života se stomií, vytváření podnětů pro další aktivity klubu, pravidelné setkání s přáteli.

Informace o setkáních a o dalších připravených akcích budete nalézat na:

<http://www.ilco.cz/Ostrava/kalendar.html>

1.4. Vítání jara - Závašice

ILCO Novojičínska spolek stomiků Vás srdečně zve na tradiční vítání jara, které se uskuteční **1.4.2017** od **10.00** hod. Tentokrát se sejdem v obci Závašice před bowlingem (Závašice 311). Je to asi 100 m od kostela směrem k základní škole.

Na parkovišti před bowlingem můžete nechat auta, jelikož to bude i cílový bod při zpáteční cestě z krátké procházky směrem k Hyvnarově vyhlídce (asi 1 km). Hyvnarova vyhlídka byla slavnostně otevřena v roce 2015 a je pojmenovaná po nejslavnějším místním rodákovi JUDr. Václavu Hyvnarovi.

Nevysoká stavba poskytuje za hezkého počasí rozhled po krajině od Ostravy přes Lysou horu, Radhošť až po Velký Javorník. Vyhlídka je součástí turistické naučné stezky kolem obce

Po návratu z procházky bychom společně poobědvali a potom si ještě zasoutěžíme v přátelském turnaji v bowlingu.

Účastnický příspěvek bude 150 Kč (oběd a bowling).

Srdečně Vás zve výbor spolku

Kontakt: Bronislav Tučný,
732 784 740, 702 474 467, Tucny@seznam.cz

20.4. Šumná Ostrava XVI Hasičské muzeum města Ostravy

Tradičně naše první jarní akce míří za památkami a zajímavostmi do okolí Ostravy. Často navštěvujeme vzdálené cizí kraje a jejich památky. Mnohdy však neznáme to, co máme přímo doma.

V tomto roce navštívíme Hasičské muzeum města Ostravy, které se nachází od roku 2005 v Ostravě-Prívově. Samotnou expozici hasičského muzea tvoří sedm částí, které vytváří nejen náhled do historie hasičství, ale také

ukázky současné techniky, pracoviště Integrovaného bezpečnostního centra, modelových situací, spolupráce integrovaného záchranného systému a ukázky záchranných prací ve výšce a nad volnou hloubkou.



Expozice Hasičského muzea v Ostravě.

Na prohlídku vyrazíme ve čtvrtek **20.4.2017**. Sraz bude ve **13.45** hod. před kostelem Neposkvrněného početí Panny Marie, Ostrava-Prívov. Spojení: tramvaj č.: 1, 2, 8 - zastávka Náměstí Svatopluka Čecha. Virtuální prohlídka:

<http://www.360travel.cz/ostrava-hasicske-muzeum>

Po prohlídce pro zájemce plánujeme posezení v restauraci hotelu MAX na Nádražní ulici.

12.5.- 17.5. Rekondice Spolku klub stomiků Přerov

Informace k pobytu

- Ubytování je v hotelu HARMONIE II Luhačovice. Po dvou na pokoji s vlastním sociálním zařízením (WC/sprcha), TV-SAT
- Pobyt začíná obědem pátek 12. 5. 2017 končí ve středu 17. 5. 2017 snídaní.
- Doprava je po vlastní ose.
- Stravování: Snídaně - podávaná formou studeného a teplého bufetu. Oběd a večere - dvouchodové menu / polévka, hl. menu / podávány formou bufetu
- V pondělí večer 15. 5. nám bude na společenském večírku vyhrávat hudební skupina KARIČKA, kde nebude chybět tradiční bohatá tombola, do které rádi přijmeme i nějakou cenu od Vás.
- Cena za rekondiční pobyt je 3 600,- Kč jako v roce 2014.



Program

- V sobotu 13. 5. celodenní společný výlet (dopoledne návštěva leteckého muzea v Kunovicích, odpoledne návštěva zámku v Buchlovicích, společný oběd v Buchlovicích, po obědě lehká procházka k rozhledně Doubí v obci Vážany) příjezd kolem 16:00 hodin na hotel. Odpoledne osobní volno návštěva centra lázní, ochutnávka lázeňských oplatků kávačka apod.
- V neděli 14. 5. půldenní výlet (zřícenina hradu Brumov + návštěva muzea, návštěva rozhledny Kralovec odtud je rozhled na Javorníky, Vizovické vrchy, a Bílé Karpaty, rozhledna je volně přístupná) návrat domů je plánován na 12:30 hodin oběd se bude podávat v 13:00 hod. Po obědě osobní volno návštěva pramenů cukráren apod.
- Pro účastníky pobytu se nabízí možnost využití služeb Relaxačně-rehabilitačního centra hotelu. Na tyto služby je poskytnuta sleva 10%.
- v průběhu týdne bude možnost navštívit odborné přednášky dodavatelů zdravotních pomůcek, masáže, vstup do bazénu 40 Kč/1 hod., volný vstup do fitness a tělocvičny.
- Tradiční TOMBOLA.

V případě zájmu volejte, anebo napište na níže uvedený kontakt.

Kontakt: Josefmatousek1@seznam.cz

mobil: 602 567 403

10.5. Český den proti rakovině

Český den proti rakovině 2017 proběhne ve středu 10. května. Tematicky budou sbírka a preventivní letáky zaměřeny na nádorová onemocnění hlavy a krku (nádory ORL). Barva stužky u kytiček bude letos modrá, minimální prodejní cena zůstává 20 Kč.

Během loňské sbírky, které jsme se tradičně zúčastnili, se podařilo shromáždit na sbírkovém účtu krásných více než 18.260.000 Kč. Letos se budou kytičky v ulicích prodávat opět pouze 1 den (ve středu 10.5.).

Rozhodli jsme se, že letos stejně jako vloni objednáme **5000 kytiček**. Vedle pomoci potřebným tak můžeme pomoci i sobě, neboť 30% z vybrané částky se vrátí na náš účet. Prodejčům vrátíme 30% z částky vrácené klubu



formou slevy na některou naši akci. Také budou mít přednost na našich akcích. Každý prodejce obdrží žluté tričko. Na rozdíl od grantů můžeme tyto peníze využít bez omezení a velkého účtování.

Věříme, že se zapojí každý člen klubu, pokud mu to jen trochu dovolí zdraví. Moc tím pomůžete nám i sobě. Zájemce budeme evidovat na členské schůzi.

26. - 28.5.2017 –Trojsetkání na hranici

Setkání na hranici českých, polských a slovenských stomiků patří mezi nejoblíbenější akce. Organizátorem letošního setkání je SLOVILCO.



Setkání se uskuteční ve dnech 26. – 28.5.2017 v hotelu Régia v Bojnici. Začátek v pátek obědem ve 13 hod. Účast 32 osob z každého státu, tedy asi 12 – 15 osob z našeho klubu. V případě velkého zájmu budou upřednostňováni prodejci kytiček.

Předběžný program bude v příštím Zpravodaji začátkem května.

19.6. - 21.6. Zájezd klubu

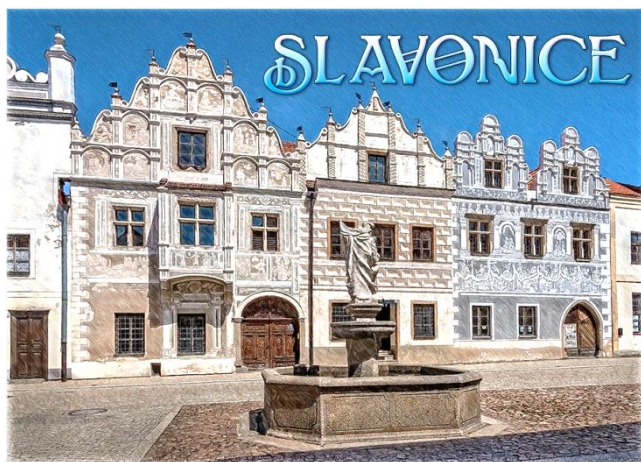
V uplynulém roce jsme volili kratší jednodenní zájezd. Ukázalo se, že to nebylo méně náročné. Proto jsme se rozhodli vrátit se k osvědčenému třídennímu zájezdu.

Letos zamíříme do méně známého, krásného regionu Česká Kanada. Místopisný název je odvozen od přírodního charakteru krajiny, charakteristického početnými vodními plochami, rozsáhlými lesními komplexy s rozestými balvany.

Předběžný program:

- 19.6. Odjezd v 7.30 Ostrava-Svinov.
Třebíč, Dačice,
Slavonice, komentovaná prohlídka,
nocleh Slavonice.
- 20.6. Český Rudolec, Valtínov (Ďáblova prdel).
Kunžak, Kaproun (z přepravy vyloučen
Jára Cimrman), pro zdatnější se nabízí
alternativní okruh ze Slavonic.
- 21.6. Jindřichův Hradec, Telč,
cestou domů poslední zastávka,
motorest Bonaparte, Rousínov.

Na programu usilovně pracují O. Rohan a
V. Bureček. Upřesnění bude v dalším Zpravodaji.



Noclehy jsou zajištěné přímo na náměstí ve
Slavonicích v hotelích U Růže a Besídka. Jedna
noc se snídaní za 700 Kč. Celkové náklady na
ubytování, dopravu a průvodce jsou
vykalkulovány na 2000 Kč. Zájezd budeme
dotovat, takže platba bude:

Člen klubu - stomik	1000 Kč
Člen klubu - nestomik	1500 Kč
Ostatní	2000 Kč

Na zájezd se závazně přihlásíte složením
zálohy 500 Kč/osoba na členské schůzi.

2. Mezinárodní sportovní hry 8.9. - 10.9.



Polské sdružení stomiků
POL-ILKO nabízí možnost
uspořádat 2. Mezinárodní
sportovní hry ve dnech 8.9. –
10.9.2017 v obci Zawoja na
úpatí Babiej Góry u hranic se
Slovenskem.

Her by se mělo zúčastnit
celkem 60 osob (12 CZ, 12 SK, 12 H, 24
PL). Pokud jste alespoň trochu zdatní a máte
zájem zúčastnit se této mezinárodní akce,
přihlaste se u předsedy klubu.

Další akce

Připravujeme pro Vás řadu dalších akcí.
Podrobné informace dostanete v dalším čísle
našeho Zpravodaje, který vyjde začátkem května,
na členské schůzi 9. května nebo na našich
stránkách www.ilco.cz/Ostrava.

Členské příspěvky

Členský příspěvek pro rok 2017 zůstává
v nezměněné výši **200,- Kč**. Členské příspěvky
budou vybírány na členské schůzi. Jestliže se
schůze nemůžete zúčastnit, domluvte se
s pokladní paní Paskonkovou, viz kontakty.

CO ZNAČÍ MĚT SE FAJNĚ?

- Byt zdravý
- Mět co do huby
- Mět co vypít
- Zarobit jakusi kačku
- Mět fajnu robu nebo synka (podle toho,
kery co ma rad)
- Nebyt otravovany kdejakym gizdem
- Mět kupu kamaradu
- Celu dobu mět hubu od ucha k uchu
- Umět zrobit radost' inym
- Umět se radovat' z uplnych blbosti
- Umět zrobit srandu
- Nemuset se stydět vylezt z baraku

TOŽ SE MĚJTE VŠECI FAJNĚ
AJI V TYM NOVYM ROKU

Kontakty

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

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

Místopředseda: Ing. Oldřich Rohan, Koksová 6,
710 00 Slezská Ostrava, tel.: 596 248 230,
604 580 925, affix@seznam.cz

Web: www.ILCO.cz/Ostrava

E-mail: info@ilco.cz



Distrimed s.r.o. IČO: 27370046
Havlíčková 190/12 DIČ: CZ27370046
737 01 Český Těšín KB: 51-2679780267/0100
Czech Republic e-mail: info@distrimed.cz
Spis. značka: Městský soud v Ostravě, oddíl C, vložka 29497

Vážená paní, Vážený pane,

rádi bychom Vás touto cestou informovali, že s účinností od 1. 1. 2017 se společnost Distrimed s.r.o. stává výhradním obchodním zástupcem společnosti LIPOELASTIC a.s. pro distribuci stomických pomůcek STOMOCUR (For Life) v České republice. Věříme, že to bude krok tím správným směrem a vše povede k Vaší spokojenosti.

Vaše objednávky můžete zasílat na adresu stomie@distrimed.cz nebo zavolat na kontaktní číslo 558 712 577. Jelikož je pro nás kvalita Vašeho života prioritní, je Vám plně k dispozici také bezplatná Klokanlinka, kde rádi zodpovíme veškeré Vaše dotazy a prosby. Volat můžete na číslo 800 900 209 každý všední den od 8:00 do 15:00 hodin.

Pro klienty nabízíme tuto standardní nabídku služeb:

- Vzorky stomických pomůcek zasíláme na požádání zdarma
- Nově operovaným pacientům zasíláme stomický balíček zdarma
- Zajišťujeme rychlé a bezplatné dodání stomických pomůcek
- Vydáváme a zasíláme zdarma a diskrétně časopis Klokanoviny všem stomikům, jejich blízkým a zdravotníkům
- Nabízíme široký výběr doplňkového zboží pro stomiky
- Zasíláme cestovní průkaz stomika zdarma všem uživatelům STOMOCURU

Budeme rádi za jakékoli podněty z vaší strany a uděláme vše proto, abyste byli nadmíru spokojeni.

Distrimed s.r.o.



Pozvánka

na členskou schůzi Slezského klubu stomiků, která se koná

ve čtvrtek 16.3.2017 v 15.30 hod.

v Domově sester, 17. listopadu 1790, Ostrava - Poruba
(přízemí vpravo)

Program:

1. Zpráva o činnosti klubu v roce 2016 (doc. Kreml)
2. Zpráva o hospodaření (M. Paskonková), zpráva revizní komise (J. Opletal)
3. Přípravované akce na rok 2017 (doc. Kreml)
4. Distrimed, nový obchodní zástupce společnosti LIPOELASTIC (Jana Kabátová)
5. Lymfedém, onemocnění projevující se otokem (MUDr. Sylva Zajícová, dermatolog)
6. Diskuse
7. Usnesení, závěr

Již od 15 hod. můžete zaplatit členské příspěvky, zálohu na zájezd. Přijďte dříve, aby nebyl narušen začátek schůze. Nezapomeňte vyplněné anketní lístky!

Domov sester Ostrava – Poruba, přízemí vpravo.



Tramvaj 7, 8, 17 zastávka Fakultní nemocnice

ANKETA

Jméno a příjmení Telefon

Mám zájem o zasílání aktuálních informací na e-mail

Zúčastním se prodeje kyticek dne 10.5.2017 ANO NE

Počet kyticek, které odeberu: kusů

Místo prodeje:

Chci se zúčastnit Trojsetkání 26. - 28.5.2017..... ANO NE

Pojedu s partnerem ANO NE

Mám zájem o zájezd 19. - 21.6.2017..... ANO NE

Chci jet s partnerem ANO NE

Můžeme Vám Zpravodaj klubu zasílat pouze elektronicky ANO NE

Váš e-mail:.....

(Pokud jej už elektronicky nedostáváte. Budete dostávat i další informace.)

Vaše připomínky a náměty:

PŘINESTE NA ČLENSKOU SCHŮZI 16.3.2017!

Pokud se nebudete moci zúčastnit členské schůze, pošlete anketní lístek na adresu pokladníka - viz s. 8 Zpravodaje.