

## **Rekondice 2013 se opět vydařily**

Rekondiční pobyty pořádá slezský klub stomiků Ostrava od roku 1993. Rekondice jsou velmi oblíbené a počet účastníků dlouhodobě přesahuje stovku. Ty letošní byly poněkud jiné.

Plně jsme využili nabídky Lázní Karlova Studánka, místa s nejčistším ovzduším a nezaměnitelnou lázeňskou atmosférou. Pobytu se zúčastnilo 105 osob z klubů Ostrava, Opava, Nový Jičín a Přerov. Jako hosté přijeli dva zástupci ze SLOVILCO a POL-ILKO, pozvání přijala i předsedkyně Českého ILCO paní Marie Ředinová. Po slavnostním zahájení s klubovou vlajkou všechny přivítal primář MUDr. Riedl, vrchní sestra a vedoucí rehabilitací.

Hlavní náplní tentokrát byla rehabilitace. Každý účastník mohl využít klasickou masáž, perličkovou nebo uhličitou koupel, čtyři inhalace a vstup do krásného bazénu s mnoha tryskami a masážními proudy. Ani letos nechybělo cvičení PILATES s nadšenou instruktorkou Terezkou. Několik značených lázeňských okruhů vybízelo ke kratším i delším vycházkám. Okolní lesy byly plné hub. Ideální podmínky pro odpočinek.

Samozřejmě nechyběly prezentace firem. S novinkami zejména v sortimentu čistících a ochranných prostředků se ve třech blocích postupně představilo osm firem. Zájemci mohli konzultovat své problémy a komplikace při ošetřování stomie a získat vzorečky. Předsedkyně Českého ILCO seznámila účastníky s projektem financovaným zdroji EU: Život bez omezení - Zintenzivnění mezinárodní spolupráce. Dále hovořila o zapojení do preventivních programů.

Společenský večer byl tentokrát jen jeden, hezky jsme se pobavili a zatancovali si se skupinou Řebříňák. Součástí večera bylo slavnostní přijímání nových stomiků do Vznesené společnosti stomické. Nejvyšší stomická stolice po svrchní irigaci převedla přes propast života osm nových stomiků.

V sobotu odpoledne nás dva připravené autobusy vyvezly na Ovčárnu. Odtud méně pohybliví účastníci vyrazili na Barborku. Ostatní pokračovali na nejvyšší vrchol Jeseníků na Praděd. Z televizní věže byl krásný výhled do dalekého okolí. Jelikož zafoukal i mírný větřík, mohli jsme vyzkoušet klubového draka, kterého nám věnovala firma Lipoelastic. Většina se zpátky opět vrátila autobusy. Jen desítka nejzdatnějších zvolila náročný sestup divokým údolím Bílé Opavy a tak byli spokojení všichni.

Díky dotacím Magistrátu města Ostravy a Havířova, grantům Moravskoslezského kraje a České spořitelny a podpoře firmami byla i letos cena za pobyt pro stomiky velmi příznivá. Podle dotazníku spokojenosti, kterou účastníci vyplnili na závěr, byli všichni velmi spokojeni s podmínkami, které našli v lázních Karlova Studánka. Poděkování patří zejména všem členům výboru za bezchybnou organizaci celého pobytu.

Již těšíme na rekondiční pobyt v příštím roce v hotelu Relax v Rožnově pod Radhoštěm. Přejeme si, abychom se všichni zase ve zdraví sešli.

*Pavel Kreml, předseda klubu*

Další informace o pobytu, desítky fotografií a videoprezentaci naleznete na webu klubu [www.ilco.cz/Ostrava](http://www.ilco.cz/Ostrava)