



Zpravodaj

Slezského klubu stomiků Ostrava

březen 2016

*Hodně zdraví, lásky
a spokojenosti v novém roce 2016 přeje všem
svým členům a příznivcům výbor Slezského
klubu stomiků v Ostravě.*

Vážení přátelé,

25

čas letí jako voda. V letošním roce oslaví náš klub již 25. výročí založení (stříbrnou svatbu).

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. Naším úsilím bude i nadále poskytovat tolik potřebné služby. Hlavní oslava se uskuteční na našem tradičním rekondičním pobytu.

Uplynulý rok byl pro náš klub úspěšný, ale také náročný. Stále příznivce si našla pravidelná setkání každou druhou středu v měsíci ve Svinově. Vedle tradičních akcí: Šumná Ostrava, Trojsetkání stomiků Česka, Slovenska a Polska ve Wisle, rekondiční pobyt pro 110 osob v lázních Karlova Studánka, předvánočního setkání, to byly i další akce jako třídní zájezd na jižní Moravu a do Vídně, smažení vaječiny, setkání stomiků v Kozlovicích. Mnozí z nás se účastnili i dalších akcí, které organizovaly naše spřátelené kluby v Opavě, Novém Jičíně a Přerově. Podařilo se uskutečnit všech 35 akcí, které jsme si společně dali do plánu na začátku minulého roku. 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.

Splnili jsme všechny požadavky, které jsou podle nového Občanského zákoníku kladeny na spolky a od 1.7.2015 jsme registrováni

v Rejstříku spolků u Krajského soudu Ostrava jako Slezský klub stomiků Ostrava, z.s.

Na tradičním společném zasedání výborů klubů z Ostravy, Opavy, Nového Jičína a Přerova dne 20.1.2016 v Lipníku nad Bečvou jsme pro Vás připravili 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, úsměv na tváři, klid a pohodu v duši.

Doc. RNDr. Pavel Kreml, CSc., předseda

Vánoční večírek 14. prosince 2015

Pěknou tečkou za uplynulým rokem je vždy vánoční večírek našeho klubu stomiků, který bývá v Ostravě - Petřkoviciích v tamním Kulturním domě. Ani letos si ho nenechalo ujít 103 členů našeho klubu včetně 28 hostů. Mezi nimi byli zástupci ze stomických klubů z Opavy, Nového Jičína a Přerova. Dalšími hosty pak byli zástupci firem ConvaTec, ALP, Eakin, Lipoelastic, B.Braun, Dansac, Malkol a Sabrix, kterým jsme měli příležitost poděkovat za veškerou podporu a pomoc, kterou nám poskytovali během celého roku.



Nesem Vám noviny.

V hezky vyzdobeném sále jsme se začali scházet kolem 15. hodiny a u vstupu všichni

dostali dáreček a to hezké vánoční svíčky, lístek do naší oblíbené tomboly a kroužky na hodnocení rukodělné soutěže, do které se mohli zapojit naši stomici i hosté.

Při vánoční koledě „Nesem vám noviny“ se převlečení členové výboru s rozsvícenými lucernami a novinami rozešli mezi hosty, kterým tyto noviny rozdávali. Bylo to milé a vtipné zahájení našeho večírku.



Světloňoši.

Po tomto předseda našeho klubu Pavel Kreml pronesl přípitek, krátce zhodnotil uplynulý rok a poděkoval všem za spolupráci a pěkné vzájemné vztahy. Poděkování patří i jemu za obětavost a aktivitu, díky které patří náš klub stomiků mezi nejlepší kluby v České republice. Rovněž jsme také vzpomněli na ty, kteří nás navždy opustili i na ty, kdo nemohou z jakýchkoliv příčin tyto pěkné chvíle prožívat s námi.



Dva vítězné výrobky.

Po vystoupení předsedy se pak o slovo přihlásili naši hosté z řad předsedů spřátelených klubů a zástupci firem, kteří poděkovali za dobrou spolupráci a popřáli nám všem krásné Vánoce a hodně zdraví a štěstí v novém roce.

Následovala malá přestávka, ve které se i letos hodnotily rukodělné exponáty našich stomiků. Výrobků bylo v letošním roce málo. Proto Vás prosíme, abyste se neostýchali a zapojili se příště do soutěže a donesli ukázat všem, co většina z nás dovede vytvořit a potěšit tak naše oči krásnými exponáty, aby hodnocení bylo o něco těžší a napínavější.

Letos v této soutěži zvítězil M. Švidrnoch s adventním věncem, na druhém místě byl náš předseda P. Kreml se svícem a další pak byla A. Nečasová s krásným a chutným vánočním cukrovím.

Po hodnotících emocích následoval kulturní program. Letos mezi nás zavítal smíšený Slezský sbor Ostrava pod vedením doc. Spisara, který jsme doposud neslyšeli. Jejich vystoupení se nám moc líbilo a my jsme si ho v tichosti vychutnali a na závěr si všichni zazpívali alespoň jednu píseň, i když jsme zvyklí si zazpívat vánočních koled více.



Smíšený Slezský sbor Ostrava.

Jako vždy po kulturním programu následovala vynikající večeře z restaurace pana Sikory. Pak došlo na vyhodnocení znovu zavedené a oblíbené soutěže o nejlepší „tekuté ovoce“, kdy soutěžící donesli vzorky svých destilátů a odborná porota z vybraných hostů pak degustovala a vybrala tři nejchutnější vzorky.

Zvítězil V. Bureček a jeho slivovice, druhý byl doc. P. Kreml s třešňovicí a třetí byla K. Pobehová a chutná mandlovka. Této soutěže se mohli zúčastnit všichni stomici a jejich příznivci. Pak proběhlo losování tomboly, ve které kromě jednoho vyhráli všichni nějakou hezkou cenu.

Ještě děkujeme všem členům výboru, kteří donesli koláčky a cukroví na stoly a podíleli se na organizaci pěkné akce. Výbor rovněž děkuje

panu T. Pištěkovi a E. Bartuskovi za zajištění a výzdobu sálu. Doufáme, že příště projeví aktivitu i více z Vás a donese na stůl něco malého k zakousnutí, co se Vám povedlo, aby měli možnost ochutnat i ostatní vaši přátelé.

A protože, když se přátelé dobře baví, tak si ani nevšimnou, jak ten čas letí, nastal večer a doba loučení a tak jsme se všichni rozloučili s přáním zdraví, štěstí, lásky a pohody v roce 2016 všem členům našeho klubu stomiků, jejich rodinným příslušníkům a přátelům.

*Krásný a pohodový rok 2016 přeje
K. Pobehová*

Ukončení roku tradičně na Svinci

Jak příjemně ukončit rok? Stomici v tom mají jasno. Vyrazit na setkání na Svinci. Posezení s přáteli, krásná procházka přijde po vánočním lenošení vždycky vhod. Setkáváme se takto už dvacet let.

Ani v závěru uplynulého roku Svinec neklamal. V nížinách nebyla po zimě ani památka, ale jen o 200 metrů výše na vrcholu Svince nás vítaly stromy krásně ožíněné, jak by je dokázal vyzdobit Mrazík se svou kouzelnou berlou. Sluníčko, které se dralo přes mraky, tuto nádhru postupně rozpustilo, ale přivítání to bylo nádherné.



Je libo cukroví nebo raději klobásu?

Lyžařská chata, kde bývá zahájení, není moc velká. Zájem stále roste a tak 63 účastníků zaplnilo nejen hospodu, ale i přilehlou jídelnu, kterou nám operativně otevřeli. Poslední ročník měl dvě novinky. Milan Švidrnoch přivedl svého kamaráda s kytarou a tak jsme si hezky zazpívali. Pověst našich setkání dorazila až do Anglie, tak jsme mohli mezi námi přivítat manželé Priestley z Manchesteru.

Při hrnku horkého čaje ochutnáváme zbytky vánočního cukroví, které prokládáme kousky klobásky a dalších pochutin. Jako obvykle krátce po poledni vyrážíme ke kříži na vrcholu Svince. Z roztrhaných mraků vykukuje sluníčko, nefouká a tak si užíváme rozhledy do okolí. Nesmí chybět vrcholová fotografie, trochu se poléčíme valašským penicilínem, Broňa Tučný odpálil malý ohňostroj.



Stoupání na vrchol Svince.

Pak už se pomalu dáváme na pochod ztichlou vesničkou Kojetín. Tentokrát však zatáčíme na opačnou stranu po loukách mezi lesy, lemovanými keři hustě obsypanými modrými trnkami a rudými šípky. Míjíme Čarták a směřujeme na Skalky. Je to známé výletní místo občanů Nového Jičina.



Vrcholová fotografie nemůže chybět.

Po jeden a půl hodině jsme v cíli. Celou výletní restauraci máme jen pro sebe. Po slavnostním připitku dostáváme silný hospodský guláš, ideální to stravu pro stomika. Díky desinfekci to zvládáme. Pak už se beseduje, plánujeme nové akce, vzpomínáme na úspěšná setkání a veselé příhody.

Bohužel takové krásné dny vždy uběhnou jako voda, nastává čas loučení. Nekonečné objímání, přání zdraví a štěstí. Přejeme si, abychom se všichni zase scházeli po novém roce

na mnoha dalších akcích a opět se potkali na Svinci zase za rok. Tak hodně zdraví!

doc. Pavel Kreml

Plán hlavních akcí na rok 2016

Plán akcí byl projednán na společném zasedání výborů klubů z Ostravy, Opavy, Nového Jičína a Přerova dne 20.1.2016 v Lipníku nad Bečvou. Před vlastním jednáním byl sehrán tradiční turnaj v kuželkách.



Kam to zase poletí?

Kuželky jsou pro nás obtížnější než tradiční bowling. Koule si lítá všude a každý dotyk o mantinel znamená nula bodů. V součtu tak nedosahujeme žádných závratných hodnot. Holt chce to trénovat, jednou za rok to nestačí. Tentokrát zvítězil Alois Nos (OP), před Pavlem Mališem (OV) a Alžbětou Jančovou (PR). V družstvech pak vyhrálo družstvo Ostravy.

Plán akcí v roce 2016:

Datum	Akce	Garant
13.1.	Klubové setkání - Svinov	OV
20.1.	Koordinační setkání výborů klubů OV, OP, NJ a PR	OV
10.2.	Klubové setkání - Svinov	OV
9.3.	Klubové setkání - Svinov	OV
10.3.	Členská schůze	OV
13.4.	Klubové setkání - Svinov	OV
16.4.	Vítání jara, Jarcovská kula	NJ
26.4.	Šumná Ostrava – TV Noe, kostel sv. Václava, katedrála	OV

27.4. - 2.5.	Rekondiční pobyt klubu Přerov, DUO Horní Bečva	PR
7.5.	Bělá, pstruží farma	OP
9.5.	Členská schůze	OV
11.5.	Český den proti rakovině, prodej kytiček	OV
11.5.	Klubové setkání - Svinov	OV
15.5.	Svatodušní smažení vaječiny ve Velké Polomi	OV
27.5. - 29.5.	Trojsetkání stomiků, Relax, Rožnov pod Radhoštěm	OV, ILCO
8.6.	Klubové setkání - Svinov	OV
?10.6.	Valašské nebe, Frenštát p.R. Horečky	NJ
22.6.	Zájezd – Sv. Kopeček, Prostějov, zvonařství Dytrychových	OV
1.7. – 3.7.	Víkendový pobyt v Mokřinkách	OP
13.7.	Klubové setkání - Svinov	OV
6.8.	Komentovaná prohlídka Oder	NJ
10.8.	Klubové setkání - Svinov	OV
20.8.	Kroměříž, dožínky, Květná zahrada	PR
25.8.	Členská schůze, přihlášky na rekondice	OV
2.9. – 4.9.	Víkend na Malé Morávce – chata Horník	OP
4.10.	Setkání stomiků v Ostravě - ConvaTec	Conva-Tec
12.10. - 16.10.	Rekondiční pobyt, DUO Horní Bečva, 25 let klubu	OV
9.11.	Klubové setkání - Svinov	OV
14.12.	Klubové setkání - Svinov	OV
19.12.	Vánoční setkání klubu Ostrava	OV
30.12.	Rozloučení se starým rokem na Svinci	NJ

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

- o Hodně času bylo věnováno závěrečnému vyúčtování dotace z Magistrátu města Ostravy (50 000), Magistrátu města Havířova (7 500), Moravskoslezského kraje (27 000), Nadace OKD (49 000 Kč) a Nadace České spořitelny (50 000 Kč). Zpracování grantů je časově velmi náročné, je nutno vyplnit řadu formulářů a doložit řadu příloh. Některé žádosti se podávají pouze elektronicky, jiné papírově nebo obojí. Je nutno hlídat, aby nebyla nižší spoluúčast, aby nebyla větší odchylka v čerpání než bylo plánováno v projektu, zda jsou náklady uznatelné ... Část dotací dostáváme teprve do 45 dnů po schválení závěrečné zprávy. Proto musíme mít určitou rezervu, abychom byli schopni akci zafinancovat.

Byl zpracován nový grant pro Magistrát města Ostravy (50 000 Kč). V letošním roce lze podporu na rekondice čerpat z oblasti Zdravotnictví a ne Handicapu, jak tomu bylo v minulých letech. Nyní nemohou být podpoření rodinní příslušníci, pokud nemají ZTP/P, proto nám byla dle poslední informace na webu města dotace krácena na 44 000.

- o Paní Paskonková, pokladník klubu, zpracovala Zprávu o hospodaření. Celkové příjmy klubu v loňském roce byly 589 420 Kč a celkové výdaje byly 558 709 Kč. Kladný výsledek nám umožnil do rezervy přesunout 30 711 Kč. Na členských příspěvcích jsme vybrali 21 250 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.

- o Na dvou schůzích výboru v lednu a v únoru byl zpracován plán akcí, projednány zprávy o hospodaření, zpráva revizní komise a rozpracovány akce v 1. čtvrtletí. Byla zahájena příprava trojsetkání v Rožnově pod Radhoštěm.

Naši dobrovolníci ve FN Ostrava

Po dobrých zkušenostech s dobrovolníky ve VFN Praha 2 se po jednáních předsedkyně ILCO paní Ředinové a našich zástupců s vedením FN Ostrava se v závěru minulého roku podařilo uzavřít smlouvu mezi Českým ILCO a FN

Ostrava, která umožňuje práci dobrovolníků také ve Fakultní nemocnici Ostrava.

Zkušení stomici, dobrovolní návštěvníci, budou navštěvovat pacienty se stomií po operaci, pokud o to projeví zájem, aby je podpořili zejména psychicky a aby jim ukázali, že je možno se stomií žít téměř normálně.



V našem klubu máme na školeních připraveno několik dobrovolníků. Pro první etapu byli vybráni tři. Koordinátorem je pan Václav Bureček, dalšími jsou Hedvika Juřinová a Pavel Kreml. Uvedení dobrovolníci prošli interním školením ve FN Ostrava, bylo pro ně uzavřeno pojištění odpovědnosti za případné škody.

V polovině února proběhla schůzka se staniční sestrou Chirurgické kliniky A paní Jitkou Rutarovou, která se k projektu staví velmi pozitivně. Byla dohodnuta organizace spolupráce. Hned v následujícím týdnu proběhla návštěva nové stomičky, která ležela na oddělení.

Věříme, že se spolupráce bude úspěšně rozvíjet a budeme tak moci mírnit strach ze života se stomií.

Akce připravované na nejbližší období

Klubová setkání ve Svinově

Již pátým 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>

16.4. Vítání jara - Jarcovská kula

ILCO Novojičínska spolek stomiků pro Vás přichystal "vítání jara", které se uskuteční 16.4. 2016.

Tentokrát se podíváme do nejvýchodnějšího výběžku Hostýnských vrchů do obce Jarcová, asi 3 km od Valašského Meziříčí směrem na Vsetín.

Sraz účastníků bude v 10 hod. u obecního úřadu. Potom se vydáme na krátkou pěší procházku (asi 1,5 km) k dřevěné rozhledně Bražiska s výškou 14 metrů, která se tyčí nad obcí od roku 2009. Rozhledna je dostupná i auty. Pro ty, kteří nechtějí přeceňovat své síly, bude povolen výjezd k rozhledně jejich auty.



Jarcovská kula.

Po širokém rozhledu po valašské krajině, se vydáme (asi 1,5 km) k osamělé 8 metrů vysoké pískovcové skalní věži Jarcovské kule.

Přírodní památka Jarcovská kula není dostupná auty. Od ní nás bude dělit jen 1 km zpět k obecnímu úřadu, kde je i restaurace Pod Jarcovskou kulou, kde bude společný oběd. Oběd bude v ceně účastnického příspěvku 130 Kč na osobu.

V případě nepříznivého počasí by bylo možné program přesunout do Valašského Meziříčí, např. na návštěvu zámku Kinských.

Prosím o nahlášení zájemců na uvedený kontakt do 3.4.2016. Rovněž prosím nahlaste, kdo by chtěl jen k rozhledně auty a jestli někdo z řidičů by měl volná místa pro výjezd. Děkuji.

Srdečně Vás zve výbor spolku

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

26.4. Šumná Ostrava XV

Sakrální památky v centru 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 loňském roce byla dokončena rekonstrukce katedrály Božského Spasitele a to nás vedlo k návštěvě kostelů v samotném centru.



Kostel sv. Václava v Ostravě.

Na prohlídku vyrazíme v úterý **26.4.2016**. Sraz bude ve 14 hodin u kostela sv. Václava, který se nachází v prostoru Kostelního náměstí poblíže centrálního náměstí Moravské Ostravy.

Nejprve nás P. Leoš Ryška provede studiem TV Noe. Bude následovat komentovaná prohlídka kostela sv. Václava, který je nejstarší stavební památkou v prostoru Moravské Ostravy. Původní stavba pochází asi z poloviny 13. století a byla vybudována na starším pohřebišti. Vlivem dlouhodobého podmáčení, provozu těžké dopravy v okolí, poddolování a nedostatečné údržby došlo k vážnému narušení statiky. Od roku 1997 proto probíhala rozsáhlá rekonstrukce, která skončila v roce 2004.

Poté se přesuneme ke katedrále Božského Spasitele uprostřed náměstí Msgre. Šrámka. Jde o druhý největší kostel na Moravě, hned po velehradské bazilice. Byla vybudována v letech 1883–1889 v novorenesančním slohu.

Katedrálním kostelem je od zřízení ostravsko-opavské diecéze, ke kterému došlo 30. května 1996.

Po prohlídkách pro zájemce plánujeme posezení v restauraci Spolek na Nádražní ulici.

27.4.- 2.5. Rekondice Spolku klub stomiků Přerov

Rekondiční pobyt se bude konat od středy 27.4. do pondělí 2.5.2016 v hotelu DUO na Horní Bečvě. Horní Bečva je horská obec s nadmořskou výškou 505 m n. m. ležící v chráněné krajinné oblasti Moravskoslezské Beskydy asi 13 km východně od Rožnova pod Radhoštěm po obou březích horního toku Rožnovské Bečvy.



Informace k pobytu

- Ubytování je v hotelu Duo Lux
- Nástup začíná obědem ve středu 27. 4. 2016 končí v pondělí 2. 5. 2016 snídaní
- Parkoviště u hotelu zdarma
- Doprava je po vlastní ose
- Ubytování po dvou na pokoji. Každý pokoj má sociální zařízení.
- Plná penze
- Neomezený vstup do fitness centra
- Cena za rekondiční pobyt je 3 750,- Kč

Program

- Odborné přednášky
- Výlety: Exkurze Sklářny Karolinka, pomník Maryčky Magdonové, Grůň, Švarná Hanka, Pustevny, Radhošť (1 129 m.n.m.)
- Masáže
- Tradiční TOMBOLA

V případě zájmu volejte, anebo napište na níže uvedený kontakt do 31. 3. 2016.

Kontakt: Josefmatousek1@seznam.cz
mobil: 602 567 403

7.5. Pstruží farma Bělá

Slezský spolek stomiků zve všechny na májový opavský výšlap do Bělé, který se uskuteční v sobotu 7. 5. 2016.

Sraz bude v 11.00 hod. v obci Bělá u fotbalového hřiště. Odsud poté půjdeme pěšky k kléivému pramenu a pak na pstruží farmu v Bělé, kde si každý bude moci objednat pstruha nebo něco jiného k občerstvení.

Srdečně zve výbor spolku stomiků Opava.

27. - 29.5.2016 – 12. Setkání na hranici

Setkání na hranici českých, polských a slovenských stomiků patří mezi nejoblíbenější akce. Organizátorem letošního setkání je České ILCO a Slezský klub stomiků Ostrava.



Setkání se uskuteční ve dnech 27. – 29.5.2016 v hotelu Relax v Rožnově pod Radhoštěm. Na přání zahraničních hostů bude letošní setkání třídní, aby si mohli pobyt užít i řidiči aut.

Předběžný program:

Pátek 27.5.

- 15 – 16 Příjezd, ubytování
- 17:00 Zahájení
- 19:00 Taneční večer s Edou Rakusem
- 21:00 Druhá večeře

Sobota 28.5.

- 9:00 Jak se žije stomikům – seminář
- 10:00 Hra Stomiku nedej se!
- 13:00 Výlety: Jurkovičova rozhledna, skanzen, pivovar, Pustevny a Radhošť
- 19:00 Zábavný večer

Neděle 29.5.

- 9:00 Ukončení setkání

Podrobný program zveřejníme začátkem května v dalším čísle Zpravodaje. Plánovaný počet účastníků je 120, tedy 40 osob z každé země. Dá se předpokládat, že zahraniční hosté plně nevyužijí plánovanou kvótu, o to může být navýšen počet účastníků z Česka.

Rozpočet počítá s náklady 1500 Kč/osoba. Část nákladů uhradí České ILCO z projektů (400 Kč), našim členům přispějeme také z našeho rozpočtu. Přesné částky budou v příštím

Zpravodaji, přihlášky na schůzi v květnu. V případě velkého zájmu budou upřednostňováni prodejci kytíček.

11.5. Český den proti rakovině

Český den proti rakovině 2016 proběhne ve středu 11. května. Tematicky budou sbírka a preventivní letáky zaměřeny na rakovinu prsu u žen a u mužů. Barva stužky u kytíček bude letos růžová, minimální prodejní cena zůstává 20 Kč.



Během loňské sbírky, které jsme se tradičně zúčastnili, se podařilo shromáždit na sbírkovém účtu krásných více než 18 156 000 Kč. Letos se budou kytíčky v ulicích prodávat opět pouze 1 den (ve středu 11. 5.).

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

22.6. Zájezd klubu

Předběžná informace



V uplynulých dvou letech jsme pořádali třídní zájezdy. Abychom umožnili účastnit se zájezdu i těm, kteří si na vícedenní pobyt netroufají, bude letošní zájezd pouze jednodenní.

Program:

- 7:00 Odjezd Ostrava – Svinov
- 8:00 Olomouc Svatý kopeček
- 13:00 Prostějov - komentovaná prohlídka
- 15:00 Brodek u Přerova, exkurze ve zvonařské dílně Dytrychových, zvonkohra

Přihlášky na příští schůzi v květnu.

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 2016 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.

Členská schůze 10.3.2016

Upozornění:

Členské schůze se budou v tomto roce konat **přímo v Domově sester** (přízemí za vrátnicí vpravo). Vchod je hned proti tramvajové zastávce Fakultní nemocnice. Tedy schůze nebudou v budově za Domovem sester, jak tomu bylo vloni!



Vyšel nový ILCO Zpravodaj s informacemi o akcích ke Světovému dni stomiků, novém předsednictvu ILCO, péči o kůži v okolí stomie, informacemi z klubů stomiků, kontakty ...

Zpravodaj dostanete na členské schůzi.

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

Jednatelka: Alena Nečasová, Moskevská 1a, 736 01 Havířov-Město tel.: 591 158 491 (funguje záznamník), 734 226 013

alca.necasova@seznam.cz

Web: www.ILCO.cz/Ostrava

E-mail: info@ilco.cz



Pozvánka

na členskou schůzi Slezského klubu stomiků, která se koná

ve čtvrtek 10.3.2016 v 15.30 hod.

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

Program:

1. Zpráva o činnosti klubu v roce 2015 (doc. Kreml)
2. Zpráva o hospodaření (M. Paskonková), zpráva revizní komise (J. Opletal)
3. Připravované akce na rok 2016 (doc. Kreml)
4. Novinky v sortimentu firmy Coloplast – SenSura Mio (Petr Zvěřina)
5. Ortopedické pomůcky při vadách nohou (Petra Kráčmarová, Malkol)
6. Diskuse
7. Usnesení, závěr

Již od 14.30 hod. můžete zaplatit členské příspěvky. Přijďte dříve, aby nebyl narušen začátek schůze. Nezapomeňte vyplněné anketní lístky!

Domov sester Ostrava - Poruba



Tramvaj 7, 8, 17 zastávka Fakultní nemocnice

ANKETA

Jméno a příjmení Telefon

Mám zájem o zasílání aktuálních informací na e-mail

Zúčastním se prodeje kytic dne 11.5.2016 ANO NE

Počet kytic, které odeberu: kusů

Místo prodeje:

Chci se zúčastnit Trojsetkání 27. - 29.5.2016..... ANO NE

Pojedu s partnerem ANO NE

Mám zájem o zájezd 22.6.2016..... 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 10.3.2016!

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