



# Zpravodaj

Slezského klubu stomiků Ostrava

březen 2018

*Hodně zdraví, lásky  
a spokojenosti v novém roce 2018 přeje všem  
svým členům a příznivcům výbor Slezského  
klubu stomiků v Ostravě.*

Vážení přátelé,

Slezský klub stomiků Ostrava vstupuje do 27. roku své činnosti. Je to hodně dlouhá doba a čtyři tlusté kroniky nám připomínají stovky akcí. 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.



Jednou za tři roky slavíme Světový den stomiků, aby stomici na celém světě upozornili na své problémy a seznámili ostatní s aktivitami svých sdružení. Světová asociace stomiků IOA na rok 2018 zvolila heslo „Speaking out, changes lives“. Po diskusi v předsednictvu Českého ILCO jsme se dohodli na překladu „Hovoříme otevřeně, měníme životy“.

V rámci oslav Světového dne stomiků proběhne mezinárodní cyklojízda z Hranic v Čechách do Hranic na Moravě a setkání stomiků čtyř zemí v Novém Jičíně. Hlavní oslava s řadou hostů proběhne ve dnech 12. – 14.10. v Praze. V našem klubu si Světový den stomiků připomeneme na našem rekondičním pobytu. Připravili jsme pro Vás pestrou nabídku dalších 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*

## Vánoční večírek s překvapením

Před vánocemi se setkáváme již od roku 1992. Nejprve to byly Mikulášské nadílky s Mikulášem, andělem a čerty. Postupně se termín večírku posouval až do předvánočního týdne, kdy už bývá pěkná vánoční atmosféra. Večírky jsou vždy pěknou tečkou za klubovými akcemi v kalendářním roce a nejinak tomu bylo i 18. prosince 2017.

V kulturním domě v Petřkovicích se před vánocemi scházíme již třináct 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 pěkné vánoční ubrusky s perníkovou rybkou, los do tomboly a také žetony na ocenění výrobků rukodělné soutěže Jak si umíme okrášlit Vánoce.

Zcela netradiční bylo zahájení večírku. Nejprve jako pastýř přichází předseda s lucernou, holí a ovečkou. Sděluje, že se pastýřům zjevil anděl, který je vyzval, aby vyrazili do města Davidova, kde naleznou narozené děťátko.



*Předseda jako pastýř sleduje Betlémskou hvězdu.*

Když dorazil k jevišti, rozhrnula se opona a skutečně zde na slámě leží v košilce děťátko se zlatými vlásky. Vůbec nevádí, že je mu téměř

osmdesát let. Nechybí Maria, Josef, pastýř(ka) se psem a ovečkami, kravička i oslík. Nad nimi se vznáší anděl s nápisem GLORIA IN EXCELSIS DEO. Když se přítomní vzpamatovali z prvního překvapení, přicházejí půvabní tři králové, aby předali své dary: zlato, kadidlo a myrhu. Vhodně vybrané koledy navozují příjemnou vánoční atmosféru. Aktivně se tak zapojil celý výbor a několik dalších členů klubu.



*Živý betlém.*

Následoval v posledních letech už klasický program. Předseda klubu Pavel Kreml zapálil třetí svíci na adventním věnci, všechny přivítal a po přípitku zhodnotil uplynulý rok. Připomněl více než 30 akcí, které se podařilo v roce 2017 uskutečnit, poděkoval členům výboru za jejich práci, všem firmám a sponzorům za finanční i edukační pomoc a všem stomikům a jejich rodinám za spolupráci a přátelské vzájemné vztahy.

Vzpomněli jsme na ty, kdo byli nemocní a nemohli tyto pěkné chvíle prožívat s námi. Minutou ticha jsme uctili památku těch, kteří nás již opustili navždy. Pak se o slovo přihlásili naši hosté, předsedové spřátelených klubů v Novém Jičíně, Opavě a Přerově. Poděkovali za dobrou spolupráci, popřáli krásné Vánoce a hodně štěstí a zdraví do nového roku 2018. Se svým přáním se rovněž připojili zástupci firem ConvaTec, ALP, Eakin, Distrimed, B-Braun, Sabrix, Coloplast a naše stomasestřička. Je to vždy milé završení celoroční spolupráce.

Následovala přestávka, kterou jsme využili k popovídání a hodnocení exponátů soutěže „Jak si umíme okrášlit Vánoce“, do které stomici či jejich partneři přinesli ukázky své rukodělné výroby s vánoční tematikou. Zasedla odborná porota, kterou jmenoval předseda, aby zhodnotila

kvalitu vzorků tekutého vánočního cukroví.



*Vystoupení pěveckého sboru Canticorum.*

V 17.15 pak začal kulturní program. Stalo se již tradicí, že je to vystoupení pěveckého sboru. Po dvouleté přestávce to opět byl pěvecký sbor Canticorum z Havířova. Jejich krásné vystoupení bylo zaměřeno k adventu. Celým programem nás slovem provázela naše jednatelka Alenka Nečasová. Velké ovace si zasloužil duet „Evy a Vítí“ koledy Vánoční přání v duchu country stylu. Jako již tradičně jsme si na závěr všichni společně zazpívali nejznámější vánoční koledy. Dojemná byla zejména závěrečná koleda Narodil se Kristus Pán, kdy celý sál povstal, lidé se chytli za ruce a nadšeně zpívali.

Často se v mysli vracím ke slovu na cestu, kterým celé vystoupení Alenka zakončila:

„Nekráčej přede mnou, protože možná za  
tebou nepůjdu.  
Nekráčej za mnou, třeba tě nedokážu  
správně vést.  
Pojď vedle mě a buď můj přítel.“

*(Albert Camus)*



*Půvabný Ježíšek.*



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

Jak soutěže dopadly? V kategorii Jak si umíme okrášlit Vánoce nejvíce žetonů dostal perníkový betlém Milana Švidrnocha, druhý byl závěsný stromeček Ludmily Lyčkové, třetí skončil obrázek od Jozefa Segeda, čtvrté bylo vánoční zátiší Mileny Zámečnickové, na pátém a šestém místě byly svícný Pavla Kremla. Tak už teď můžete přemýšlet, čím nás překvapíte na vánočním večírku 17.12.2018!



*Vítězný betlém získal nejvíce žetonů.*

Uplynulý rok nebyl příznivý na úrodu ovoce. Proto byla soutěž o nejlepší tekuté cukroví rozdělena do dvou kategorií. Porota, kterou najmenoval předseda klubu, v kategorii čistých pálenek stanovila pořadí: 1. M. Švidrnoch, 2. P. Kreml, 3. V. Bureček. V kategorii míchaných nápojů (zázvorová, vaječný koňak,...) bylo pořadí: 1. L. Ťujík, 2. A. Nečasová, 3. L. Lyčková. Všechny vzorky byly dobré a všechny se také po skončení soutěže vypily! Jen některých bylo méně než zájemců o košt. Snad nás letos minou jarní mrazíky, ať máme co nasypat do bečky.

Následovalo losování vstupenek. Krásných cen bylo tolik, že vyhráli skoro všichni. Nevyhrálo snad jenom 5 účastníků, byl jsem jedním z nich. Nevadí, alespoň máme štěstí v lásce.

Většina účastníků se po tomto losování již loučila a odcházela domů. Škoda, že důchodci nemají více času, aby mohli ještě posedět. Členové výboru, jejich partneři a přátelé už neměli žádné organizační povinnosti a tak jsme mohli v klidu posedět a popovídat si až do závěrečné v 21.30. Bylo nám spolu tak moc dobře, že se nám vůbec nechtělo domů. S přáním

krásných svátků jsme se neloučili na dlouho, vždyť se brzy setkáme na Svinci.

Jménem výboru bych chtěl poděkovat všem, kdo se na organizaci nejen této pěkné akce, ale i všech ostatních v roce 2017, podíleli. A když třeba nepodíleli, tak nás alespoň podpořili svým úsměvem a dobrou náladou. Díky!

*Pavel Kreml.*

**Finanční rozpočet akce:** Celkové náklady (občerstvení, dárky a ceny, pronájem sálu a kulturní program) činily 33 837 Kč. Finanční příspěvek účastníků činil 3 800 Kč, dar firmy EAKIN 10 000 Kč, příspěvky ostatních firem 7 000 Kč, takže celkově jsme utratili z klubové pokladny 13 037 Kč, což je na tak velkou a krásnou akci 83 účastníků přijatelná částka. Všem dárcům ještě jednou děkujeme.

### **Setkání na Svinci 30. prosince 2017**

Už pětadvacet let se stomici z Nového Jičína, Ostravy, Opavy a Přerova vždy na sklonku roku scházejí v lyžařské chatě Svinec u Nového Jičína, aby si po vánočních svátcích udělali příjemnou zimní procházku na vrchol stejnojmenného kopce. Od roku 2008 se naše setkání nazývá Chodníček Václava Bárta a to na jeho počest.



*Cesta na vrchol Svince.*

Na tomto setkání nás bylo letos přes 70 účastníků a z našeho klubu se zúčastnilo kolem 20 členů s rodinnými příslušníky a někteří i s vnoučaty. Tradiční uvítanou zprostředkoval Broňa Tučný na chatě Svinec, kde jsme si popovídali a zazpívali i s doprovodem na kytaru, který zařídil Milan Švidrnoch.

Po ochutnávce jak pečeného, tak tekutého cukroví a domácích klobásek jsme všichni zamířili na vrchol k památníku, kde nás čekalo tradiční společné foto, horký čaj, chlazené alko i

nealko šampíčko a jen malý ohňostroj, protože foukal velmi silný vítr.



*Nezbytná vrcholová fotka.*

Zakončení naší společné vycházky proběhlo v areálu Na skalkách, kde jsme se po obědě rozjeli zpět do svých domovů s přáním šťastného roku 2018. Vzhledem k tomu, že nás bylo letos víc, byli jsme rozděleni do dvou skupin a tak jsme se nemohli všichni spolu ani pořádně rozloučit, jak to bylo dříve, když jsme všichni společně poobědvali a ještě jsme měli čas si spolu posedět v dobré náladě. Škoda, snad to vyjde příští rok. Video ze setkání:

<https://www.youtube.com/watch?v=gIDCXgE76IQ>

*Pobehová Květoslava*



*Krásná zimní pohoda Na skalkách.*

### **Plán hlavních akcí na rok 2018**

Plán akcí byl projednán na společném zasedání výborů klubů z Ostravy, Opavy, Nového Jičína a Přerova dne 26.1.2018 v Závišicích. Zasedání organizačně zajistil Spolek stomiků Novojičínska. Jako již tradičně byl před vlastním jednáním sehrán turnaj

v bowlingu.

### **Vyhodnocení turnaje:**

Družstva.	1. Opava	359 b.
	2. Nový Jičín	350 b.
	3. Ostrava	302 b.
	4. Přerov	272 b.

V mužích byl nejlepší A. Nos (OP), v ženách zvítězila M. Matoušková (PR).

### **Plán akcí v roce 2018:**

Datum	Akce	Garant
10.1.	Klubové setkání - Svinov	OV
26.1.	Koordinační setkání výborů klubů OV, OP, NJ a PR	NJ
14.2.	Klubové setkání - Svinov	OV
14.3.	Klubové setkání - Svinov	OV
13.3.	Členská schůze	OV
7.4.	Vítání jara, přehrada Bystřička	NJ
9.4.	Šumná Ostrava – železniční muzeum v Ostravě	OV
11.4.	Klubové setkání - Svinov	OV
27.4. - 1.5.	Rekondiční pobyt klubu Přerov, Kostelec u Zlína	PR
5.5.	Úvalno - zrcadlové bludiště	OP
15.5.	Členská schůze	OV
16.5.	Český den proti rakovině, prodej kytiček	OV
9.5.	Klubové setkání - Svinov	OV
19.5.	Svatodušní smažení vaječiny ve Velké Polomi	OV
1.6.- 10.6.	Cykloakce z Hranic do Hranic	ILCO
8.6. - 10.6.	Mezinárodní sportovní hry, Nový Jičín	NJ+ ILCO
13.6.	Klubové setkání - Svinov	OV
15.6.	Exkurze na přehradě Kružberk	OP
22.6. - 24.6.	Třídenní zájezd – Východní Čechy, 2x nocleh Rozkoš	OV
11.7.	Klubové setkání - Svinov	OV
14.7.	Odry II - komentovaná prohlídka	NJ
20.7. – 22.7.	Víkendový pobyt v Bohušově	OP



8.8.	Klubové setkání - Svinov	OV
24.8. - 26.8.	Víkendový pobyt na Malé Morávce	OP
28.8.	Členská schůze, přihlášky na rekondice	OV
1.9.	Muzeum hodin Šternberk	PR
12.9.	Klubové setkání - Svinov	OV
26.9. - 30.9.	Rekondiční pobyt, Červenohorské sedlo	OV
2.10.	Setkání stomiků v Ostravě - ConvaTec	Conva-Tec
10.10.	Klubové setkání - Svinov	OV
12.- 14.10.	Světový den stomiků Praha	ILCO
20.10.	25. výročí založení klubu Opava	OP
14.11.	Klubové setkání - Svinov	OV
12.12.	Klubové setkání - Svinov	OV
17.12.	Vánoční setkání klubu Ostrava	OV
30.12.	Rozloučení se starým rokem na Svinci	NJ



*Poradu zahájil Broňa Tučný.*

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](http://www.ilco.cz/Ostrava)

### **Práce výboru klubu**

- Hodně času bylo věnováno závěrečnému vyúčtování dotace z Magistrátu města Ostravy (42 000) a Magistrátu města Havířova (5 000).

- Byl zpracován nový grant pro Magistrát města Ostravy (42 500 Kč). Nemohou být podpořeni rodinní příslušníci, pokud nemají ZTP/P.
- Paní Paskonková, pokladní klubu, zpracovala Zprávu o hospodaření. Celkové příjmy klubu v loňském roce byly 509 736 Kč a celkové výdaje byly 536 653 Kč. Hospodaření tedy skončilo ztrátou -26 916 Kč, kterou jsme dorovnali z finanční rezervy na účtu. Na členských příspěvcích jsme vybrali 18 400 Kč. Spoluúčasť účastníků na všech našich akcích byla 259 440 Kč, úrok z účtu v bance činil 22,5 Kč. Podrobnější informace o hospodaření a zpráva revizní komise budou předneseny na členské schůzi.
- Jelikož poštovné a další náklady stále rostou, 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 122 členů z toho je 93 stomiků. Opět bude provedena revize členské základny, neboť se někteří členové neúčastní akcí a neplatí příspěvky déle než 2 roky.

## **Akce připravované na nejbližší období**

### **Klubová setkání ve Svinově**

Již sedmým 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 posezení s přáteli. Informace o setkáních a o dalších připravených akcích budete nalézat na:

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

### **7.4. Vítání jara - Bystřička**

ILCO Novojičínka, spolek stomiků Vás srdečně zve na tradiční vítání jara, které se tentokrát uskuteční na přehradě Bystřička. Sraz účastníků bude v 10 hod. na parkovišti u výpusti

přehradu. Prohlídka spodní části hráze a vnitřku hráze zabere asi hodinu a pak vyjedeme nebo vyjedeme na horní část hráze, kde také bude krátký výklad.

Oběd je plánován okolo 12. hod. ve Velké Lhotě v hospodě v Obecním domě <http://www.hospodavobecnimdome.cz/kudy-k-nam>

Potom podle zájmu bude ještě možnost podívat se do dřevěného kostelíka. [https://cs.wikipedia.org/wiki/Evangelick%C3%BAD\\_kostel\\_\(Velk%C3%A1\\_Lhota\)](https://cs.wikipedia.org/wiki/Evangelick%C3%BAD_kostel_(Velk%C3%A1_Lhota))

Po vydání tolerančního patentu v roce 1781 skončilo sice pronásledování protestantů, avšak budovy pro jejich církevní obřady se musely stavět podle přísných pravidel. Kostel z roku 1783 nemohl mít věž ani zvony a dokonce ani vstup do něj nemohl být obrácen k hlavní přístupové cestě. V letech 1875-1895 zde jako farář působil autor knihy Broučci Jan Karafiát. Pobyt tohoto kazatele připomíná pamětní deska na budově fary i naučná stezka.



*Evangelický kostel ve Velké Lhotě.*

Účastnický příspěvek bude 150 Kč ( oběd a vstup).

*Srdečně Vás zve výbor spolku*

Kontakt: Bronislav Tučný,  
732 784 740, 702 474 467, [Tucny@seznam.cz](mailto:Tucny@seznam.cz)

## 9.4. Šumná Ostrava XVII Železniční muzeum moravskoslezské



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.

Je jen málo míst v Ostravě a okolí, která jsme dosud nenavštívili. Jedním z nich je Železniční muzeum v Ostravě.

Železniční muzeum v Ostravě se nachází v budově vlakového nádraží Ostrava-střed. K vidění jsou zde historické uniformy železničářů a předměty z 19. století. Mezi nimi je například skloník, tedy ukazatel, který informoval strojvedoucího o spádu či stoupání trati. Děti potěší modely vláček, milovníky historie zase dokumenty z dob Rakousko-Uherska.

Termín prohlídky jsme zvolili tak, abychom stihli novou expozici s názvem „170. let trati Severní dráhy císaře Ferdinanda, Lipník – Bohumín“, která bude končit 16.4.2018.



*Uvítání císaře Ferdinanda před muzeem.*

Na prohlídku vyrazíme v pondělí **9.4.2018**. Sraz bude ve **13.45** hod. před nádražím Ostrava-střed (naproti OC FUTURUM Nová Karolína). Členům našeho klubu uhradíme vstupné. Informace o muzeu jsou na webu: <http://www.zmms.cz/>

Po prohlídce pro zájemce plánujeme posezení v restauraci Music Club E99 na Stodolní ulici. <http://www.e99-stodolni.cz/>

## 27.4.- 1.5. Rekondice Klubu stomiků Přerov

Klub stomiků Přerov pořádá ve dnech 27. 4. – 1. 5. 2018 rekondiční pobyt v hotelu Lázně Kostelec.

### *Informace k pobytu*

- Ubytování je v hotelu Lázně Kostelec.
- Nástup začíná obědem v pátek 27.4.2018, končí v pondělí 1.5.2018 snídaní.
- Doprava je po vlastní ose.
- Ubytování v \*\*\* hotelu ve dvoulůžkových



pokojích se sociálním zařízením, SAT TV, wifi připojením, telefonem, parkoviště u hotelu zdarma.

- Bonus karta na sportovní areál na celou dobu pobytu zdarma (zahrnuje neomezené vstupy do sauny, stolní tenis, tenisové hřiště, minigolf, ruské kuželky, pétanque). Sportovní areál se nachází přímo u hotelu.



- Další možnosti využití volného času: - kosmetika, pedikúra, manikúra - knihovna, stolní hry (zdarma) - tělocvična, tenisové hřiště, půjčování kol a elektrokol - **pravidelné taneční večery (2x týdně živá hudba, 2x týdně diskotéka), vstup zdarma** - venkovní terasa s výhledem do okolí, bar, kavárna, golf club - golfové hřiště, indoor golf - ohniště (možnost pořádání táboráků).
- Cena za rekondiční pobyt je 3 500,- Kč.

### Program

- Odborné přednášky.
- Výlety: ZOO Lešná, zámek Lešná (pěšky cca 2,7 km asi 60 minut, autem 6 minut).
- V neděli uzavřená společnost, tanec s živou hudbou, tradiční TOMBOLA. Budeme rádi za podporu na ceny.

Bohužel kapacita dovoluje obsadit pouze neveliký počet 70 míst. V případě zájmu volejte, anebo napište na níže uvedený kontakt. Přihlásit se můžete tak, že složíte zálohu 1 000,- Kč na naší členské schůzi 13.3.2018.

Kontakt: [Josefmatousek1@seznam.cz](mailto:Josefmatousek1@seznam.cz)

mobil: 602 567 403

### 5.5. - Úvalno-zrcadlové bludiště

Sraz všech účastníků bude v 10:00 hod. u vlakového nádraží v Úvalnu (vlak od Opavy přijede 10:03). Pak se přemístíme na „kozí farmu“, kde bude možnost zakoupit si výrobky. Potom se přesuneme do „zrcadlového bludiště“,

kteří je novinkou v okrese. Po prohlídce se přemístíme na oběd.

Pokud budete mít zájem zúčastnit se akce, přihlaste se nejpozději do 30.4.2018 na tel: 777 625 014 nebo e-mail [pavel.elbl@seznam.cz](mailto:pavel.elbl@seznam.cz)

### 16.5. Český den proti rakovině



Český den proti rakovině 2018 proběhne ve středu 16. května. Tematicky budou sbírka a preventivní letáky zaměřeny na **nádory tlustého střeva**. Barva stužky u kytiček bude letos vínová, minimální prodejní cena zůstává **20 Kč**.

Během loňské sbírky, které jsme se tradičně zúčastnili, se podařilo shromáždit na sbírkovém účtu rekordních 18.840.000 Kč. Letos se budou kytičky v ulicích prodávat opět pouze jeden den (ve středu 16.5.).

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. Prodejcem 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 v Anketě.

### 8. - 10.6.2018 – Mezinárodní sportovní hry



Druhý ročník sportovních her a setkání českých, polských, slovenských a maďarských stomiků se bude letos konat v Novém Jičíně.

V pátek odpoledne proběhnou sportovní utkání družstev čtyř států v discgolfu, bowlingu a hře Mólky.

V sobotu proběhnou akce ke Světovému dni stomiků na náměstí, kde bude nafukovací střevo. Zároveň se uskuteční pochod z Nového Jičína na Svinec s určitými úkoly. Hlavním bodem odpoledního programu bude uvítání účastníků devítidenní cyklojízdy stomiků 5 států z Hranic

v Čechách do Hranic na Moravě. V podvečer proběhne seminář k péči o stomiky v zemích V4. Den ukončí společenský večer s oslavou Světového dne stomiků.

Pokud máte zájem reprezentovat české stomiky v utkáních a účastnit se plánovaného pochodu, můžete se přihlásit v anketě. Bude možné se zúčastnit jako divák v pátek nebo v sobotu.

## 22.6. - 24.6. Zájezd klubu

Jelikož loňský třídní zájezd se Vám velmi líbil, připravujeme i letos zájezd třídní. Letos zamíříme do severovýchodních Čech. Ubytování s polopenzí je zajištěno v Penzionu Rozkoš v České Skalici.



*Penzionu Rozkoš v České Skalici.*

### *Předběžný program:*

- 22.6. Ostrava-Svinov, Rychnov n. Kněžnou, Dobruška, Opočno, Nové Město nad Metují, Česká Skalice.
- 23.6. Náchod, Hronov, Broumov (návštěva kláštera), Broumovské skály.
- 24.6. Zámek Kuks, Dvůr Králové, Litomyšl (komentovaná prohlídka), Ostrava.

Na programu usilovně pracují O. Rohan a V. Bureček. Upřesnění bude v dalším Zpravodaji, přihlášky na schůzi v květnu.

## Moje stomická sestra

České ILCO chce vyzdvihnout potřebnou a důležitou práci sestřiček pro nás stomiky, ocenit ty nejlépe hodnocené a poděkovat jim za jejich práci.

Stomici i ti, kdo jim pomáhají, mohou navrhnout k ocenění některou stomasestru vyplněním dotazníku. Lze navrhnout i více

sestřiček. V poznámce uveďte, proč stomickou sestru doporučujete k ocenění.



Průzkum probíhá od 15. ledna do konce srpna 2018. Výsledky budou vyhlášeny 13. října 2018 na konferenci k 25. výročí založení Českého ILCO.

Formulář lze vyplnit elektronicky na:

<https://goo.gl/forms/yYT3xbzfYZeD7mYw1>

Pokud máme vaši e-mailovou adresu, již jste odkaz dostali koncem února. Jestliže nemáte přístup k internetu, můžete si tištěný formulář vyzvednout na členské schůzi.

## Další akce

Připravujeme pro Vás řadu dalších akcí. Podrobné informace dostanete v dalším čísle našeho Zpravodaje, který vyjde začátkem května, na členské schůzi 15. května nebo na našich stránkách [www.ilco.cz/Ostrava](http://www.ilco.cz/Ostrava).

## Členské příspěvky

Členský příspěvek pro rok 2018 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. Jelikož opět zdražilo poštovné, uvítáme, pokud vám budeme moci zasílat Zpravodaj a další informace e-mailem

## 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](mailto:miroslava.paskonkova@centrum.cz)

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

Web: [www.ILCO.cz/Ostrava](http://www.ILCO.cz/Ostrava)

E-mail: [info@ilco.cz](mailto:info@ilco.cz)



# ŽIVOT JE PLNÝ ZVRATŮ A OBRATŮ. MOŽNÁ ČAS VYZKOUŠET SÁČEK, KTERÝ TO ZVLÁDNE.

Stomický sáček může někdy stresovat či podtékat – náš nový dvoudílný systém je plný chytrých nápadů – pro vaši **klidnou mysl**.

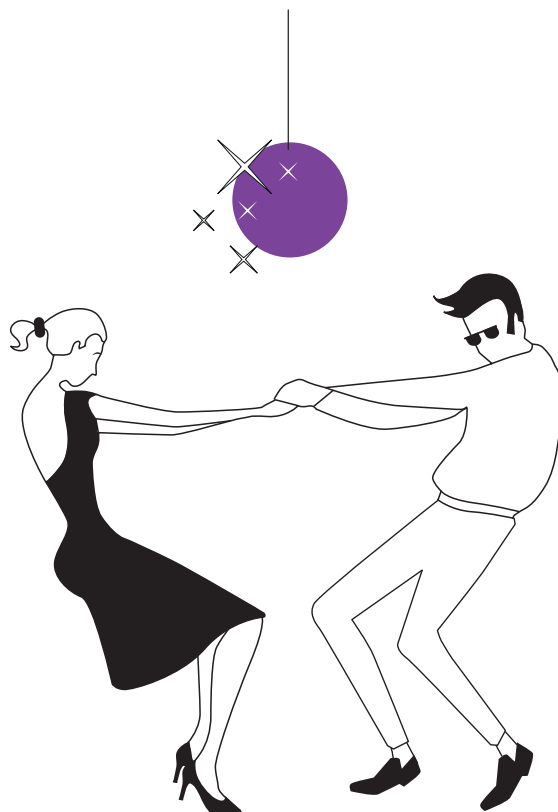
Pomůže vám cítit se jistěji, pohodlněji a zajistí rychlejší výměnu sáčku – dle potřeby.

Zkuste **NOVÝ Eakin DOT2** dvoudíl.  
**ZAVOLEJTE PRO VZORKY**



## 800 110 110

nebo napište na [asistentka@eakin.cz](mailto:asistentka@eakin.cz)



eakin®  
dot

A SMALL PART  
OF A BIGGER LIFE

800 110 110 | [asistentka@eakin.cz](mailto:asistentka@eakin.cz)

eakin®



# Pozvánka

na členskou schůzi Slezského klubu stomiků, která se koná

**v úterý 13.3.2018 v 15.30 hod.**

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

## **Program:**

1. Zpráva o činnosti klubu v roce 2017 (doc. Kreml)
2. Zpráva o hospodaření (M. Paskonková), zpráva revizní komise (J. Opletal)
3. Připravované akce na rok 2018 (doc. Kreml)
4. Novinky v sortimentu firmy EAKIN (MUDr. M. Mráz)
5. Projekt Zkušenost pacientů s onemocněním střev (A. Černá, UP Olomouc)
6. Diskuse
7. Usnesení, závěr

Již od 15 hod. můžete zaplatit členské příspěvky, zálohu na rekondice klubu Přerov. 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 .....

Zúčastním se prodeje kytic dne 16.5.2018 ANO NE

Počet kytic, které odeberu: ..... kusů

Místo prodeje: .....

---

Chci se zúčastnit Mezinárodních sportovních her 8.-10.6.2018 .... ANO NE

---

Mám zájem o zájezd 22. - 24.6.2018..... ANO NE

Chci jet s partnerem ..... ANO NE

---

Mám zájem o rekondice klubu Přerov 27.4. - 1.5.2018 ..... 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 13.3.2018!**

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