



Byl pozdní večer - první máj -
večerní máj - byl lásky čas.

Téměř všem známé verše lyricko-epického díla věhlasného českého básníka nám připomínají, že přichází opět onen čarodějný měsíc, měsíc jara a lásky...

Můžeme ho nazývat květen nebo máj, je to zkrátka pátý měsíc v roce, kdy všechno kvete, příroda se naplno probouzí a my s ní. Na našich tvářích se objevuje úsměv, protože sluníčko tak příjemně hřeje!

Také náš klub po určitém zimním klidu začíná rozvíjet své aktivity. Již proběhly dvě tradiční jarní akce: Vítání jara v Odrách a Běloutíně, které pořádal Spolek stomiků Novojičínka a Šumná Ostrava XVIII v Klimkovicích. Připravujeme mnoho dalších akcí, o kterých se dočtete v tomto Zpravodaji. Setkáte se s milými lidmi, poznáte hezká místa a odnesete si nové zážitky. Přejí krásný Máj, ten lásky čas a neméně pěkné i další měsíce.

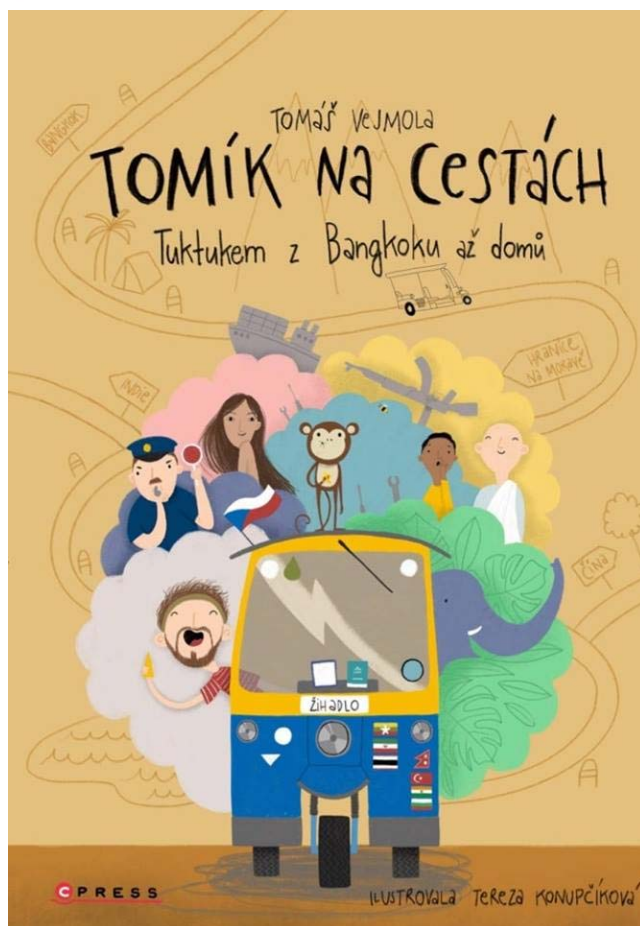
Doc. RNDr. Pavel Kreml, CSc., předseda

INFORMACE Z AKCÍ

Vítání jara Odry - Veselí – Běloutín 23.3.

ILCO Novojičínka již řadu let pořádá na různých místech setkání nazvané „Vítání jara“. V sobotu 23. března se nás sešlo téměř padesát a stálo to opravdu za to.

Předseda spolku Broňa Tučný nás uvítal v Odrách v muzeu Katovna a představil nám mladého cestovatele Tomáše Vejmolu alias Tomíka na cestách.



Kniha Tomík na cestách vychází v těchto dnech.

Neohrožený dobrodruh, milovník sýrů a tuk-tuků vypráví o své bláznivé cestě z Bangkoku až domů na Moravu.

Dopravní prostředek si vybral vskutku netradiční – tuk-tuk starý 35 let, který si pořídil v Thajsku. Odtud vyrazil přes Myanmar, Indii,

Nepál, Írán, Turecko a další země, dokud po 13 000 kilometrech nedorazil do roka a do dne do Hranic na Moravě. O výjimečné zážitky a neuvěřitelné situace neměl nezkušený Tomík nouzi: zážitky se ženami, útěk před slonem, příšerní Indové, ale i nádherný Írán. To vše nám Tomík povyprávěl s humorem a nadsázkou.



Skvělá přednáška Tomáše Vejmolý.

Nejvíce mne zaujaly krásné snímky z Nepálu a ze zeleného Íránu, kde se setkal s nesmírně pohostinnými lidmi a mohl strávit několik dnů v jedné rodině. Nechyběla řada poruch starého tuk-tuku. Vždy se však našlo několik ochotných mužů, kteří i několik dnů pomáhali s opravou.

Když k tomu přičteme tradičně bohaté občerstvení s čerstvou březovou mízou, utekly dvě hodiny jako voda. Vydrželi bychom poslouchat do oběda. Bylo to úžasné. Reportáže z cesty najdete na:

<https://www.facebook.com/tomiknacestach/>



Nová rozhledna u Veselí.

Po cestovatelské přednášce jsme po klikaté silničce vyjeli nad Odry. U obce Veselí jen v nadmořské výšce 557 metrů stojí úplně nová rozhledna ve stylu bývalých strážních věží.

Průvodce nám barvitě popsal výhledy na Oderské vrchy, Beskydy, Hostýnské vrchy a Moravskou bránu. Budeme tam však muset zajet ještě jednou, neboť ten den byl velký opar po dešti a tak nebylo vidět tak daleko.

Potom jsme se přesunuli do Bělotína. Bělotín je obec ležící nedaleko Hranic. Žije zde přibližně 1 900 obyvatel. Pod obec Bělotín spadají další tři vesnice: Nejdek, Lučice a Kunčice. V obci Bělotín se nachází dvě hospody a tři obchody. Bělotín má vlastní školu a školku.

Privítal nás starosta obce Bělotín. Mgr. Eduard Kaval, který úřad zastává nepřetržitě již od roku 1990. Nejprve jsme se přesunuli před školu, zde nás čekalo překvapení. Na schodiště vyšlo pěvecké sdružení Moravských učitelů, kteří zde právě byli na soustředění. Jelikož jsem se začal věnovat sborovému zpěvu, moc mě potěšilo jejich přivítání.



Originální nábytek v jedné ze tříd.

Následovala prohlídka krásně zrekonstruované školy. Každá třída má jiný, domácími stolaři vyrobený nábytek. Třídy jsou vybavené interaktivními tabulemi, nechybí počítači vybavená učebna jazyků, hřiště s umělým povrchem a dráhou pro skateboard.

Před farou jsme obdivovali jezdeckou sochu Sv. Jiří - patrona obce Bělotín (2015), pochází z dílny akademického sochaře Michala Moravce a jeho žáků ze Střední průmyslové školy kamenické a sochařské v Hořicích.

Cestu od školy k faře lemují sochy akademického sochaře Michala Moravce a jeho žáků se souhrnným názvem „Husovy pravdy“. V letech 2015 – 2017 bylo odhaleno celkem 11 pískovcových soch: Pravda, Čistota, Pokora, Důstojnost, Víra, Radost, Úcta, Opuštění, Svoboda a Odvaha.

Krátká procházka nás dovedla do pěkné obřadní síně. Z bývalé márnice a později smuteční síně vznikla moderní víceúčelová vzdušná stavba, která slouží jako obřadní síň. Obnovená obřadní síň je důstojným prostorem vhodným pro pořádání nejrůznějších společenských příležitostí od svateb přes komorní koncerty až k pohřbům. Srpen každoročně přiláká do Bělotína zpěváky a hudebníky z blízkého i vzdáleného okolí a v poslední době vlastně z celé Evropy na setkání nazvané Bělotínský týden zpěvu.



Pěkná nová obřadní síň v Bělotíně.

Vedle dřevěných lavic je vybavena balkónem nebo ochozem pro zpěváky, umístěným nad hlavním vchodem. Obřadní síň má vlastní halogenové vytápění, osvětlení a ozvučení, přístup je bezbariérový. Součástí rekonstrukce byla i generální oprava a nové umístění varhan, původem z kostela sv. Urbana v Nejdku.

Starosta obce nás seznámil s historií obce. Počátky Bělotína spadají do 2. poloviny 12. století. Původní obyvatelstvo obce bylo české a obec je slovanského založení až do 14. století. Teprve potom přistoupila k původní slovanské kolonizaci kolonizace německá. V červenci - září 1946 bylo odsunuto z Bělotína 1106 Němců.

Návštěvu jsme ukončili prohlídkou Muzea zemědělské techniky, aneb jak se žilo, hospodařilo a bydlelo na venkově. Představuje expozici historických zemědělských strojů, nástrojů a nářadí, které se používaly k obhospodařování půdy, sklizení úrody a k domácím pracím a jsou dokladem zručnosti a šikovnosti našich předků.

Celé setkání bylo završeno obědem ve známé restauraci U Žida. Zde nás čekalo poslední překvapení. Jedna členka Spolku stomiků Novojičinska pro nás upekla krásný dort, který jsme si dali ke kávě.



Krásný dort chutnal výborně.

Kolem Bělotína často projíždíme vlakem nebo po dálnici. Většinou ani netušíme, kolik zajímavostí lze v Bělotíně navštívit. Za řadu let jsme mohli se stomiky projít mnoho zajímavých míst, které bychom asi minuli.

P. Kreml

Šumná Ostrava XVIII 2.4.

Naše oblíbená tradice dubnových výletů po pamětihodnostech Ostravy a okolí, zvaná Šumná Ostrava, se zrodila 25.4.2002. Navštívili jsme tenkrát Hornické muzeum v Petřkovicích a přišlo 7 lidí. Inu každá nová myšlenka a nápad si většinou razí cestu dosti obtížně.

V dubnu 2003 jsme pokračovali po stopách hornických tradic návštěvou Dolu Michal a to už nás bylo 17. V roce 2004 jsme pozornost obrátili z hlubin podzemí nahoru k obloze a navštívili Hvězdárnu a Planetárium Johanna Palyzy v Krásném Poli. Procházkou od VŠB nás za pěkného počasí šlapalo 27 a exkurze byla moc zajímavá. V dubnu 2005 nám počasí nepřálo, ale i tak přišlo 26 lidí a porozhlédli jsme se po Ostravě a okolí z vyhlídkové věže Nové radnice a pak šli navštívit Slezskoostravský hrad. V dubnu 2006 bylo počasí opět nádherné, stejně jako procházka od Slezskoostravského hradu do ZOO. Užili jsme si tam spoustu legrace, pojedli nezdravé klobásky a účast už překročila třicítku.

V roce 2007 jsme se věnovali historii a prohlédli si s fundovaným výkladem paní ředitelky a historika Jaromíra Dlouhého expozici Ostravského muzea a historické centrum Ostravy. V roce 2008 jsme se vrátili k Ostravě hornické a vystoupali do výšky 325 m n.m., kde ještě doutná halda Ema. Procházkou jsme pak došli k soukromému muzeu manželů Chodurových, známému jako Keltičkova kovárna. Skončili jsme

v centru Ostravy a kde jinde než v hospodě u piva.

To nás inspirovalo k tématu Šumné Ostravy 2009, protože Ostrava je nejen město horníků a ocelářů, ale proslavila se také výrobou dobrého piva. A tak jsme si prohlédli Pivovar Ostravar, kde byla rekordní účast – 51 lidí! V roce 2010 se šlo krásnou jarní přírodou z Třebovic do Děhylova, v roce 2011 do Ostravského muzea na výstavu o Janu Lucemburském a v roce 2012 jsme si objednali autobus a jeli na exkurzi do Sanatoria Klimkovic. O lázně byl velký zájem a sešlo se nás 57 lidí (pěkná byla rovněž procházka lesní cestou na Mexiko s výborným pivem a naloženými tvarůžky!)

Zatím nejvyššího počtu účastníků jsme ovšem dosáhli v roce 2013 při exkurzi v Dolní oblasti Vítkovice – 64 lidí. V roce 2014 jsme pokračovali v prohlídce Dolní oblasti Vítkovice, tentokrát U6 (ale to přišlo už jen 39 lidí). V roce 2015 jsme byli na zajímavé expozici s filmem v Planetáriu Ostrava, v roce 2016 jsme si prohlédli sakrální památky Ostravy s exkurzí v TV NOE, v roce 2017 Hasičské muzeum a v roce 2018 Železniční muzeum. Tak to jsem zavzpomínala a připomněla všechny ročníky a zajímavá místa, které jsme měli možnost díky našemu klubu navštívit. Protože většina z nás tady žije dlouhou dobu, víme, že tady něco takového existuje, ale sami bychom se tam většinou podívat nešli. Děkujeme proto všem, kteří nám zprostředkovali poznání oblasti, ve které žijeme.



Společná fotografie na náměstí v Klimkovicích.

Letos jsme se se po 7 letech vrátili do Klimkovic, tentokrát ne do lázeňského sanatoria, ale na prohlídku tohoto starobylého městečka se 4400 obyvateli (součástí Klimkovic jsou ale i obce Josefovce, Václavovice a Hýlov). Na náměstí u sochy sv. Šebestiána se nás 2.4. ve 14

hodin sešlo 38. Přivítala nás Milena Dluhošová, která si spolu se sestrou Lidkou vzala tuto akci na starost.

Prohlédli jsme si historické náměstí s podloubím ze 16. století, Panský špitál z roku 1761 s půdorysem ve tvaru kříže (dnes jsou zde městské byty) a vydali se nahoru ke kinu Panaroma, kde nás čekala paní vedoucí a seznámila nás s historií Klimkovic. Pak nám promítli velice pěkný propagační film a zájemci měli možnost prohlédnout si promítací kabinu a zjistit, jaký je dnes systém půjčování a promítání, což bylo velmi zajímavé a zase jsme o něco chytřejší. Filmové kotouče už jsou holt středověk!



Na oltáři v kostele sv. Kateřiny jsou jen ženy.

V kině jsme se občerstvili koláčky, které dopoledne upekla Liduška (byly moc dobré – díky!) a vydali se ke Klimkovickému zámku ze 16. století, který ovšem v minulosti již 2x vyhořel a tak z původní budovy toho mnoho nezbylo. Po válce byl zámek opraven a dnes slouží ke komerčním účelům. Má zde své sídlo městský úřad a ve 2. patře je umístěno Muzeum Novojičínka, které jsme navštívili. Jsou zde stále expozice – Chráněná krajinná oblast Poodří, Historie města Klimkovic a prezentace výtvarného díla malířky Heleny Salichové.

Mnozí jsme nevěděli, že v Klimkovicích žila i známá spisovatelka Marie Glazarová (nejznámější jsou její zfilmovaná díla Vlčí jáma a Advent). Narodila se v Turnově (1901) a po smrti rodičů se v roce 1917 dostala spolu se svou sestrou do internátní hospodářské školy v Klimkovicích. V roce 1922 se provdala za místního lékaře MUDr. Podivínského a žila zde až do jeho smrti v roce 1934, pak se odstěhovala do Prahy.

Muzeum už všechny nezajímalo a mnozí odešli do hostince U Feldů, čímž se ovšem ochudili o prohlídku kostela sv. Kateřiny Alexandrijské, dominanty Klimkovic. O historii a dalších zajímavostech nám povyprávěl místní kostelník.



Zajímavostí kostela je 15 křišťálových lustrů.

Viděli jsme zajímavé varhany z roku 1900, ke kterým v roce 1993 byla přistavena další část s třimanuálovým hracím stolem (zasloužil se o to známý ostravský umělec prof. Rybka). Krásným zážitkem také bylo rozsvícení všech 15 křišťálových lustrů, kterým vévodí velký tereziánský lustr, původně na svíce. Na prohlídku zámecké zahrady už zbylo málo času, takže třeba někdy příště.

Šumnou Ostravu 2019 jsme zakončili opět na náměstí – v hostinci U Feldů. Děkujeme Milence a Lidce za zajímavý program a budeme rádi za vaše náměty, kam se vydat v roce 2020.

Alena Nečasová

Valná hromada Českého ILCO 7.4.

Jarní zasedání Valné hromady spolku Českého ILCO bylo tentokrát jednodenní a uskutečnilo se v Informačním a poradenském centru na Polské ulici v Praze. Zasedání se zúčastnili zástupci 13 spolků stomiků a dalších 5 spolků bylo zastupováno na základě plné moci z celkového počtu 20 členských spolků. Za náš klub se jednání účastnil předseda P. Kreml, který také zastupoval spolek stomiků v Opavě. Bylo to docela náročné, ráno jsem vyrážel v 5 hodin do Prahy, následovalo celodenní jednání a návrat po osmé večer. Hlavní body jednání:

- Byly projednány a schváleny zprávy předsedy, místopředsedy, hospodářky a revizní komise.
- Byla schválena Výroční zpráva za rok 2018,

která má 19 stran. S bohatou činností Českého ILCO se můžete seznámit na webu <http://www.ilco.cz/>.

- Významná je práce Marie Ředinové v Pacientské radě ministra zdravotnictví (změny jsou všeobecně ve prospěch stomiků), v současné době pracovní skupina pro zdravotnické prostředky pracuje na doplnění dalších zdravotnických prostředků a úpravách nepřesností v stávající příloze – seznam hrazených zdravotnických prostředků.
- Byla podána informace o Novele zákona 48/1997 Sb., která je platná od 1.1.2019, ale do listopadu 2019 se budou průmyslově vyráběné zdravotnické prostředky (i stomické pomůcky) vydávat podle pravidel platných v loňském roce. V Novele je stejný počet podložek i sáčků jako dosud, podařilo se m. j. prosadit dvojnásobný počet pomůcek pro děti do 6 let. Zrušeno je schvalování stomických pomůcek RL. Navýšený je počet nočních sáčků pro urostomiky a nefrostomiky, jsou i další pozitivní změny, ale nově bude jen jedna pasta (60g) měsíčně. Komu to nebude stačit, může se individuálně obrátit na Stomalinku ConvaTec.



Jarního zasedání se zúčastnili zástupci 18 klubů.

- Alice Křepínská upozornila na nové kódy SÚKL platné od 1.12.2019. V prosinci 2019 (jen jeden měsíc) budou platit souběžně i dosavadní kódy VZP, poté jen kódy SÚKL.
- Marie Ředinová přednášela na konferenci Prague ONCO (sesterská a pacientská část), na výroční schůzi LPR a připravuje přednášku na Brněnských onkologických dnech (10.4. - 12.4.) a na Letovice Care (16. - 17.5.).
- Byla projednána a schválena směrnice Českého ILCO o ochraně dat GDPR ze dne 6.4.2019, platná od 1. května 2019.
- Podzimní zasedání se bude konat 11.-12.10.2019 v hotelu Olšanka. V rámci zasedání proběhne seminář k projektu „PLAVEME“, finančně podpořený firmou T-

Mobile. Z regionálních spolků se mohou hlásit 2 zástupci. Část nákladů na stravu ve výši 250,- Kč ponese účastníci. 12.10. odpoledne zveme na dvě akce - jednak v bazénu Šutka tradiční PLAVEME PRSA, jednak na náměstí Republiky bude mít České ILCO stánek na akci Den demokracie, pořádané FOREM 2000.

- Web Českého ILCO změnil podobu díky pomoci společnost IQuest. Spolupracujeme s Vladimírem Charvát, web vytváří Petr Hřích, spolupracuje Jiří Švestka, Václav Bureček. FB vede Irena Hájková, spolupracuje Broňa Tučný. Příspěvky rádi uveřejníme na <https://www.facebook.com/ceskeilco> Předsedkyně doporučuje sledovat webové stránky Českého ILCO a komentovat příspěvky.
- Byly vyhlášeny výsledky fotosoutěže Lavička 2018. První místo získal Broňa Tučný se snímkem cyklistů, kteří se u lavičky zastavili při Spanilé jízdě.



Marie Ředinová předává cenu Broňovi Tučnému.

- Byly vyhlášeny výsledky soutěže Básnické střevo 2018. Potěšující je druhé místo, které získala Eva Rohanová z našeho klubu. Obě soutěže pokračují i v letošním roce.
- Je připravována sportovně-kulturně-společenská akce dne 5.5.2019 v Mělníku. Akci pořádá Dům dětí a mládeže společně se sportovním oddílem a televizí PRIMA. Výtěžek akce bude věnován Českému ILCO. Zveme nejen cyklisty. Děkujeme Broňovi Tučnému a Štěpánce Kovařikové za jejich pomoc při přípravě materiálů na tuto akci.
- Josef Matoušek se zúčastnil předávání ceny na Sympoziu Coloplast 28.3.2019. České ILCO získalo po třech letech opět cenu Coloplast Merit Award 2018 v regionu Evropy, Afriky a Středního východu. Cena, která se uděluje pravidelně každé tři roky a je určena pro tu

asociaci stomiků, která nejlépe prezentovala heslo Světového dne stomiků WOD 2018 „Hovoříme otevřeně, měníme životy“. Diplom pro České ILCO, který je vyvěšen v zasedací místnosti, podepsali kromě prezidenta Evropské asociace stomiků Dr. Jóna Thorkelssona také viceprezident Asijské asociace stomiků Dr. Harikesh Buch a ředitel společnosti Coloplast Profesional a/s Berit Arboe Marthedal. Napsali nám: „Během celého roku jste odvedli fantastickou práci“. J. Matoušek sdělil, že byl nesmírně hrdý, že mohl být u předání ceny. Litoval, že nemohli být přítomni zástupci všech spolků, atmosféra byla skvělá. Ocenění je velká věc, České ILCO je vzorem pro spolky nejen v Evropě.

- Náklady na fungování sdružení České ILCO v roce 2018 činily 1 139 157 Kč. Celkové příjmy z dotací, grantů, darů a příspěvků spolků stomiků (100 Kč za jednoho člena) činily 1 167 518 Kč.
- České ILCO zřídilo chráněné pracovní místo pro Irenu Hájkovou, je zaměstnána na 0,4 úvazku od února 2018.
- V tomto roce končí funkční období předsednictva Českého ILCO a revizní komise. Na podzimním zasedání proběhnou volby. Marie Ředinová spolu s dalšími spolupracovníky za uplynulá období vytvořila špičkovou organizaci s neobyčejně širokou činností. Pro další období není možné, aby pracovala v tak širokém záprahu. Je však velmi obtížné najít osobnost, která by byla schopná pokračovat ve funkci předsedy. Je nutná diskuse, jak pokračovat dále a jak případně zúžit aktivity a jak efektivně zapojit další osoby do práce.

P. Kreml

AKCE PŘIPRAVOVANÉ NA NEJBLIŽŠÍ OBDOBÍ

Setkání stomiků v městě Příbor 11.5.

ILCO Novojičínka vás srdečně zve na setkání stomiků v městě Příbor, které se uskuteční za každého počasí v **sobotu 11. května od 9:00 hod.**

Sraz účastníků bude na parkovišti u Penny, kde se nás ujme paní Mgr. Irena Nedomová a provede nás památkami města Příbor jako jsou: Piaristický klášter s muzeem a výstavou Zboží ukryté v roce 1938 - kostel sv. Valentina (vedle kláštera) - procházka k rodnému domu S. Freuda

- kostelu Narození Panny Marie s křížovou cestou - náměstí - zahrady Piaristického kláštera. Je možné, že se v některé etapě okružní poznávací procházky na chvíli rozdělíme na dvě skupinky z důvodu malých prostor expozice.



Kostel Narození Panny Marie v Příboře.

Oběd je připraven na 14:00 hod. a to v Kopřivnici v penzionu Pod Bílou Horou. Parkování u supermarketu Albert v Kopřivnici. Z parkoviště je to 100 m do restaurace.



Rodný dům Sigmunda Freuda.

Účastnický příspěvek bude 180 Kč na osobu (průvodce, vstupné do expozic, společný oběd).

Prosím o zájemce, aby se nahlásili nejpozději do 5.5.2019. Srdečně Vás zve výbor spolku.

kontakt: Bronislav Tučný

Tel. 732 784 740

Tucny@seznam.cz

Český den proti rakovině - 15.5.

Druhá středa v měsíci květnu – to je již tradičně sbírka, které jsme si zvykli říkat Květinový den. Oficiálně se jmenuje Český den proti rakovině a pořádá ji Liga proti rakovině Praha. Letošní sbírkový den bude ve středu

15. května. Dobrovolníci ve žlutých tričkách budou nabízet tradiční žluté kytíčky měsíčku lékařského, tentokrát ozdobené stužkou meruňkové barvy.

Hlavním cílem této akce již mnoho let je snížení úmrtnosti na zhoubné nádory v ČR. K tomu slouží tři hlavní dlouhodobé programy: Prevence nádorových onemocnění a výchova ke zdravému způsobu života, zlepšení kvality života onkologických pacientů a podpora onkologického výzkumu a přístrojové vybavení onkologických pracovišť. Téma letošní sbírky je nádorové onemocnění plic. Žlutý kvítek si zájemci mohou koupit za minimální příspěvek 20 Kč. Kromě toho lze Český den proti rakovině podpořit také zasláním dárcovské SMS ve tvaru DMS KVET 30 nebo DMS KVET 60 nebo DMS KVET 90 na číslo 87 777.

V loňském roce se na sbírkovém účtu podařilo shromáždit (včetně DMS, darů na účet atd.) úžasných 19 671 093 Kč.

Náš Slezský klub stomiků prodává kytíčky už 19 let. Je to aktivní způsob, jak se zapojit do smysluplné akce a jak také přispět do naší klubové pokladny. Vloni jsme do prodejních vaků za 5 500 kytíček nasbírali 133 541 Kč, z toho nám LpR 30% peněz vrátila na naši činnost, takže jsme obohatili klubovou pokladnu o 40 062 Kč.

Již několik let se o organizaci této akce obětavě stará členka výboru paní Hedvika Juřinová a věřte, že to není jen tak. Bez pomoci manžela Josefa by to sama ani nezvládla, protože balíky s kytíčkami a letáky je třeba vyzvednout na poště, doma roztřídit, rozvést do škol, které je

nutno již předtím osobně navštívit, pak mnohokrát telefonovat, zavézt na ČS, pak sesbírat, zavézt na poštu, spočítat... A k tomu ještě i prodávat, aby se nemuselo nic vracet. V letošním roce již zaškolila dalšího člena výboru Ing. Václava Burečka, který by od příštího roku tuto náročnou agendu od Hedviky převzal. S chystáním vaků pomohli i další členové klubu,

za což jim moc děkujeme a věřím, že ani příští rok v tom Vaška samotného nenecháme.

S prodejem nám i letos pomohou studenti Gymnázia na Matiční ulici a Biskupského



gymnázia. Těžiště prodeje však zůstává na našich členech. K prodeji se letos přihlásilo 23 členů, kteří by chtěli prodat 3125 kyticí. Vaky s kyticími a sběrné tašky (v každé je 1 tričko LPR a pro dodání energie i oplatky müsli) budou předávány prodejčům na členské schůzi 14. května a odevzdávat se budou v den konání sbírky **15. května od 14 do 16 hodin** ve výdejně U Radima.

Bohužel již letos není možné přivést vaky na klubové setkání do Svinova, protože tato se nyní konají v úterý. Ale pokud by se někdo z prodejčů nemohl dostavit ve stanoveném termínu k Radimovi nebo chtěl prodávat ještě v odpoledních hodinách, dohodněte se telefonicky s paní Juřinovou (telefon 731 442 885) na jiném řešení a obraťte se na ni i s případnými dalšími dotazy.

Také prosíme prodejce, aby nenabízeli kyticí svým kolegům na členské schůzi. Tam si je kupujte pouze od paní Juřinové, abychom jí tím pomohli s distribucí. Věříme, že se nám letos podaří prodat všech 5,5 tisíce kyticí a vedle pomoci LpR tak pomůžeme i sobě, neboť 30% z vybrané částky se vrátí na náš účet a prodejci budou mít nižší úhradu příspěvku na některou z klubových akcí a při výběru na akce, kde je omezen počet účastníků, budeme dávat přednost právě jim.

Děkujeme všem, kdo se do letošní sbírky aktivně zapojí. A vy ostatní, kterým to zdraví či ostých nedovolí, nás podpořte alespoň tím, že si na schůzi kyticí koupíte – a to nejen pro sebe, ale i pro své blízké.

Střelecký den v Neplachovicích 18.5.

Slezský spolek stomiků Opava si Vás dovoluje pozvat na „Střelecký den v Neplachovicích“, který se uskuteční v **sobotu 18.5.2019**.

Sraz bude v **10.00 hod.** na železniční stanici v Holasovicích (kdo ví a trefí na střelnici, dostaví se přímo na střelnici). Pokud přijedete vlakem, vystoupíte na zastávce Holasovice, vlak směr Krnov.



Účastnický poplatek bude 150 Kč/osoba.

Svou účast prosím potvrdte

závazně (z důvodu objednání občerstvení) **nejpozději v sobotu 11.5.2019** na tel.: 777 625 014 Pavel Elbl nebo e-mailem pavel.elbl@seznam.cz

Srdečně zve výbor spolku.

Svatodušní vaječina – 1.6.

Před pěti lety jsme obnovili tradici z našeho mládí, kdy jsme na svatodušní neděli smažili v přírodě vaječinu. Jelikož letos byly velikonoční svátky poměrně pozdě, padnou Svatodušní svátky na termín, kdy je plánováno setkání v Polsku. Proto jsme rozhodli, že smažení vajec o týden posuneme. Jelikož se nám v údolí Čertova mlýna vloni moc líbilo, požádali jsme Milana Švidrnocha, aby zde zorganizoval smažení vaječiny i letos. Akce má velmi dobrý ohlas, vloni se nás sešlo 60. Proto Milan letos koupí 250 vajíček, aby nepochybělo.



Přijďte, ochutnejte a nebudete litovat.

Termín: Sobota 1.6.2019

Čas: 14.00 hodin

Místo: Chata v údolí Čertova mlýna v lese mezi Velkou Polomí a Hájem ve Slezsku.

Příjezd autem: Od Ostravy pojedete po silnici I/11 kolem Globusu, pak najet na novou silnici směr Opava a na prvním sjezdu (cca po 6 km) odbočit směr Háj (doleva). Po 300 m na okraji lesa je odbočka vlevo (je tam označení Čertův mlýn 777 m), po které dojedete k chatě. Ta je po pravé straně.

Pro příjezd od Opavy je to totéž, pouze přijedete po nové silnici z druhé strany. Pro parkování je místa dost.

Příjezd autobusem: Z Ostravy-Svinova od nádraží jede linka č. 270 směr Opava ve 12.54 hodin. Pak stojí ještě pod Svinovskými mosty ve 12.56, v Porubě, Alšovo nám ve 13.08 a na

Pustkovci ve 13.15. Ve Velké Polomi vystoupit na zastávce "Střed" u nákupního střediska ve 13:26. Odtud zajistíme odvoz autem. Je nutno, aby ti, co chtějí přijet autobusem, to závazně nahlásili na členské schůzi, aby Milan nečekal zbytečně, jak tomu bylo vloni.

Účastnický poplatek: 100,- Kč na osobu (za to bude vaječina s chlebem, minerálky). Účastník dostane bloček na 30 Kč, za který si může zakoupit kávu, čaj, pivo či cokoliv jiného. Při vyšší útratě si rozdíl doplatí. Tím se zajistí alespoň minimální útrata. Za nájem zaplatíme letos 1000 Kč. V restauraci nebude možné konzumovat vlastní alkohol.



Vaječina v loňském roce byla na stejném místě.

Pokud budete mít chuť na něco masnějšího, můžete si přinést špekáčky, párky nebo slaninu. Bude možnost si to opéct na roštu. Věříme, že stejně jako v minulých letech přinesete nějakou buchtu nebo bábovku ke kávě.

Přihlásíte se zaplacením uvedené částky **na členské schůzi**.

V průběhu odpoledne bude k tanci i poslechu jako každý rok hrát country kapela CWOKBAND.

Kapacita je 60 míst. Když bude venku horko, je tam příjemný chládek a když bude zima, tak se zatopí v krbu a bude tam jak ve staré jizbě. Je také možno sedět na terase, ale tam mohou být i jiní příchozí hosté.

Mezinárodní sportovní dny 7. - 9.6.



Třetí ročník sportovních her a setkání polských, českých, slovenských a maďarských stomiků letos pořádá POL-ILKO v Zawoja Składy 1618, Hotel Jędrus

v blízkosti Polsko-Slovenských hranic na Oravě.

V pátek odpoledne proběhnou sportovní utkání družstev čtyř států v šipkách, mini basketbalu, hře Stomiku nedej se. Zdatní stomici mohou absolvovat cyklotrasu v okolí.

Předběžný program:

Pátek 7.6.2019

do 13.00 - ubytování
13.00 - oběd
14.00 - oficiální zahájení, hymny
14.30 - 16.00 - volný čas
16.00 - oficiální část, čas pro firmy, sponzory
18.30 - večeře
19.30 - prezentace soutěží a týmů na sobotu

Sobota 8.6.2019

8.00 - snídaně
9.00 - 13.00 - sportovní program
13.00 - 14.00 - oběd
14.30 - 18.00 - prohlídka okolí – několik možností podle náročnosti (výlety, etnografické muzeum, lanovka ...)

Neděle 9.6.2019

8.30 - 9.30 - snídaně
10.00 – zakončení, alternativně prohlídka Oravský skanzen v Zubrzyce

Na tuto akci se zaregistrovali stomici z klubů v Praze, Ústí n.L., Přerově, Novém Jičíně a Ostravě. V naší anketě se na setkání zaregistrovalo 9 členů, jedna dvojice svoji účast ze zdravotních důvodů musela odřeknout. V jednání je doprava autobusem, který by jel z Nového Jičína přes Ostravu. Dopravu by podpořilo České ILCO. Zaregistrovaní dostanou podrobnější informace o platbě.

Zájezd klubu 14.6. - 16.6.

Jelikož loňský třídní zájezd se Vám velmi líbil, připravujeme i letos zájezd třídní. Jak jsme již uvedli v prvním Zpravodaji, zamíříme letos na jižní Moravu do Znojma a do několika městeček nedaleko hranic v Rakousku.

Předběžný program:

14.6. Odjezd 6.00 od nádraží Ostrava-Svinov, jižní východ. Znojmo prohlídka podzemí, okružní cesta městem, nocleh v hotelu U Divadla, společná večeře, od 20 hod. vystoupení harmonikářky Terešky Škrhákové.

- 15.6. Snídaně 7.30, v 9.00 odjezd do Rakouska. Příhraniční rakouská městečka Retz, Hardegg, Eggenburg. Stravování individuální.
- 16.6. Snídaně 7.30, individuální prohlídka kostelů ve Znojmě, radniční věž, Vlkova věž, od 13.00 společná prohlídka Louckého premonstrátského kláštera s průvodcem, odjezd ze Znojma v 15.00, příjezd do Ostravy po 19. hodině.

Cena:

Člen klubu - stomik	1500 Kč
Člen klubu - nestomik	2000 Kč
Ostatní	2500 Kč

V ceně je doprava, ubytování se snídaní, večere první den, všechny vstupy, okružní jízda.



Kozel v Louckém klášteře, zájezd v roce 2010.

Kapacita ubytování je omezená na 48 osob (dva pokoje jsou třílůžkové). Zájem v anketě byl však vyšší. S ohledem na vyšší náročnost třídní cesty se výbor rozhodl, že přednost dostanou členové, kteří se aktivně zapojili do prodeje kytiček.

Další zájemci budou vedeni jako náhradníci pro případ, že by kapacita nebyla naplněná nebo by někdo onemocněl.

Platba: Hotově na členské schůzi, případně až po domluvě s hospodářkou paní Paskonkovou, která vede aktuální seznam účastníků, je možná platba na účet.

Číslo účtu: 1642237389/0800

Variabilní symbol: 1906

Zpráva pro příjemce: Zájezd + Jméno

Vedoucími zájezdu budou Oldřich Rohan a Václav Bureček. Věříme, že se nám zájezd, stejně jako v minulých letech, vydaří.

Další plánovaná akce - omluva

Klub stomiků Přerov oznamuje, že vzhledem k rozsáhlé úpravě hradu Helfštýn a dlouhodobé uzavírací komunikace mezi Lipníkem nad Bečvou a Týnem nad Bečvou se nebude konat plánovaná akce **ROZLOUČENÍ S LÉTEM NA HELFŠTÝNĚ**. Moc nás tato situace mrzí a všem se omlouváme.

*Za Klub stomiků Přerov Josef Matoušek
předseda KS Přerov.*

SLOVILCO má nového předsedu

Novým předsedou SLOVILCO byl zvolen Pavol Huserka. Dlouholetý předseda Ján Čačko ze zdravotních důvodů již nekandidoval. Přejeme novému předsedovi hodně úspěchů v práci a těšíme se na tradičně výbornou spolupráci.

Blahopřejeme

V březnu oslavil půlkulaté narozeniny místopředseda klubu pan Ing. Oldřich Rohan.



Hodně štěstí, zdraví, hodně štěstí, zdraví, hlavně to zdraví.

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



Pozvánka

na členskou schůzi Slezského klubu stomiků, která se koná

v úterý 14.5.2019 v 16.00 hod.

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

Program:

1. Informace o činnosti v období od poslední schůze (doc. Kreml)
2. Připravované akce na 2. čtvrtletí (doc. Kreml)
3. Organizace Květinového dne (H. Juřinová)
4. Nová konkávní pomůcka SenSura Mio Concave (Petr Zvěřina - Coloplast)
5. Diskuse
6. Závěr

Již od 15.30 hod. si můžete zaplatit vaječninu, zájezd. Přijďte dříve, aby nebyl narušen začátek schůze.

Domov sester Ostrava - Poruba



Tramvaj 7, 8, 17, zastávka Fakultní nemocnice

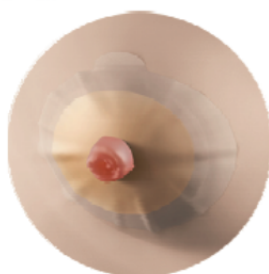
Máte okolo stomie větší břicho? Máte stomii tzv. „v bouli“? Máte kýlu?



SenSura® Mio Concave

Jestliže teď používáte stomickou pomůcku s plochým lepícím materiálem a ten se vám v místech, kde obepíná vypouklé břicho, krabatí a odlepuje, potom vyzkoušejte novou konkávní pomůcku SenSura Mio Concave. Je to první stomická pomůcka, která byla navržena speciálně pro stomie umístěné ve vypouklém peristomálním okolí a perfektně padne na boule, kýly nebo na větší břicho.

Staré řešení,
plochá pomůcka



Nové
řešení,
konkávní
pomůcka



1

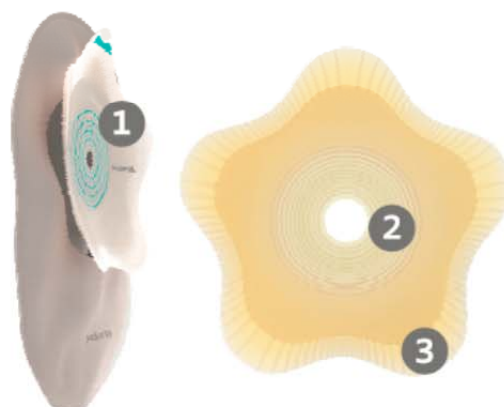
Lepicí materiál má do kulata zakřivený tvar vyboulené cípaté hvězdy, která perfektně padne na vypouklou oblast kolem stomie.

2

Vestavěný vnitřní stabilizační kroužek dodává stomii stabilitu.

3

Fit zóny umožňují lepícímu materiálu sledovat pohyby těla a přizpůsobit se jim.



Pokud máte zájem vyzkoušet novou pomůcku SenSura Mio Concave, zavolejte na bezplatnou linku 800 100 416, PO-PÁ, 8.00-16.00 a vyžádejte si vzorky zdarma.



Péče o zákazníky
800 100 416
bezplatná informační linka