



Zpravodaj

Slezského klubu stomiků Ostrava

srpen 2019

27. Rekondice 25.9. - 29.9.2019

Vážení přátelé,

rekondiční pobyty organizuje náš klub od roku 1993, ten letošní bude již 27. Pro letošní rok jsme pro vás zajistili zcela nové místo, kde jsme dosud nebyli. Sejdeme se v hotelu Bauer na Bílé. Věříme, že se vám bude líbit příjemný hotel v krásném prostředí Beskyd, dobře dostupný z Ostravy.



Hotel Bauer

Rekonstruovaný hotel poskytuje velmi kvalitní podmínky. Ubytování je ve dvoulůžkových pokojích s TV a sociálním zařízením. Ve wellness centru je krásný bazén, vířivka, tři sauny, zajistili jsme masáže. Hezké okolí vybízí k vycházkám a výletům. Lanovkou je možno vyjet na vrchol Zbojník.

Připravujeme pro vás zajímavý program, přednášky a tradičně spoustu zábavy. Vynaložili jsme velké úsilí, aby se Vám pobyt opravdu líbil. Věříme, že se zde setká co nejvíce stomiků, abychom mohli efektivně využít dotace a nemuseli nevyužitě prostředky vracet.

Výbor Slezského klubu stomiků Ostrava

Základní informace

Termín: 25.9. – 29.9.2019. Pobyt začne ve **středu** obědem a bude ukončen **po obědě** v **neděli**. Doporučujeme příjezd kolem 12 hodin,

ubytování lze garantovat od 14 hodin. Oběd bude ve 13 hodin. Po něm Vás seznámíme s programem.

Místo konání: Hotel Bauer leží v malebném údolí horské říčky Bílá v nadmořské výšce 521m, v centru lyžařského střediska SKI Bílá. Historická budova hotelu pochází z let 1911, kdy byla vybudována první část hotelu s věžičkou, druhá část vznikla kolem roku 1930.



HOTEL BAUER
SUPERIOR ★★☆☆

BÍLÁ 148, STARÉ HAMRY 739 15

Telefon: +420 602 730 012

Email: recepce@hotelbauer.cz

Web: <http://hotelbauer.cz/cs/>

Doprava vlastním autem: Z Ostravy je to přibližně 50 km. Trasa Ostrava-Frýdek-Místek-Ostravice-Staré Hamry-Bílá zabere necelou hodinu.

Doprava autobusem: Pro ostatní nabízíme dopravu malým autobusem. Autobus bude odjíždět ve středu 25.9.2019 z parkoviště před nádražím Ostrava Svinov v 10.00 hodin. Vracet se bude v neděli po obědě.

Cena za autobus tam a zpět bude **250 Kč**. Cena je velmi výhodná i pro ty, kdo by jinak neměli plně obsazené auto.

Pobyt je podporován Magistráty měst Ostrava, Havířov a stomickými firmami.

OSTRAVA!!!



H A V Í Ř O V

Ubytování a stravování: Ubytování je v hezkých dvoulůžkových pokojích s televizí, sprchou a WC na pokoji. V dvoupatrovém hotelu

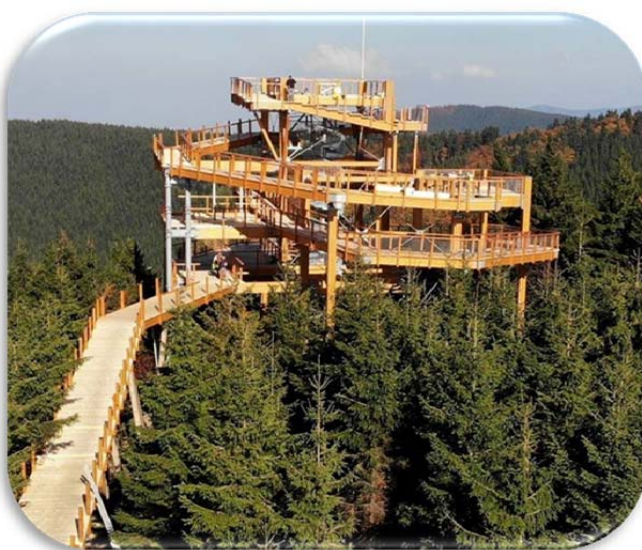
není výtah. Pokud máte větší pohybové omezení, poznamenejte to do přihlášky, abychom vám mohli přidělit pokoj v přízemí nebo v 1. patře. Stravování je zajištěno v hotelové restauraci. Obědy a večeře budou jednotné, snídaně budou poskytovány bufetovým způsobem.

Možnosti rehabilitace Budou zajištěny klasické masáže, k dispozici budou 2 masérky. Ve wellness centru je krásný bazén, vířivka a tři typy sauny. Vstup do bazénu je dohodnutý za 60 Kč, což je zlomek běžné ceny. Je to jedinečná možnost pro ty, kteří ještě koupání v bazénu nevyzkoušeli. Na rehabilitační procedury či bazén Vám přispějeme částkou 200 Kč.



Krásný bazén ve wellness centru.

Přednášky a prezentace: Tradiční součástí rekondic jsou přednášky firem. Dohodnuté termíny přednášek: St. 25.9. 16.30 a 19.30 hod., Čt. 26.9. a Pá. 27.9. 9-11.45 hod. Tak nám vždy zbude celé odpoledne na vycházky a další akce. V sobotu prezentace neplánujeme.



Stezka Valaška na Pustevnách.

Sportovní a kulturní vyžití: Hezké okolí dává možnost vycházek. V provozu je lanovka, kterou se dá vyjet na vrchol Zbojník, odkud lze sejít pohodlným chodníkem k obůrce s divokými zvířaty nebo k prameni Smradlavé. Jedno odpoledne hodláme uspořádat výlet na vyhlídkovou stezku Valaška na Pustevnách. Připravujeme společenský večer s Edou Rakusem, posezení s cimbálovkou, přijímání nových členů. Další informace o programu získáte na členské schůzi. Podrobný program bude vyvěšen v přízemí hotelu.

Cena pobytu: Podařilo se nám pro stomiky získat dotaci z Magistrátu města Ostravy (35 000 Kč) pro členy s bydlištěm v Ostravě, z Magistrátu města Havířova jsme získali dotaci 5 000 Kč pro členy z Havířova. Předpokládáme, že pobyt bude také podpořen firmami. Hodláme využít prostředky, které jsme získali od Ligy proti rakovině Praha za prodej kytiček. V letošním roce se bohužel nepodařilo získat další sponzory.

Počítáme s těmito náklady pro 90 osob:

<i>Ubytování a strava</i>	<i>248 400,- Kč</i>
<i>Oběd neděle</i>	<i>12 600,- Kč</i>
<i>Rehabilitace</i>	<i>27 000,- Kč</i>
<i>Hudební produkce</i>	<i>5 000,- Kč</i>
<i>Doprava mikrobus</i>	<i>8 000,- Kč</i>
<i>Organizační náklady</i>	<i>5 000,- Kč</i>
CELKEM	306 000,- Kč

Celkové náklady za pobyt pro jednu osobu budou 3400 Kč. Dotovaná cena pro stomika je **1500 Kč** (je podmíněná účastí na přednáškách). Je možno vzít s sebou partnera, který uhradí částku **2500 Kč**, pokud je členem našeho klubu. Cena pro ostatní bude **3200 Kč**.

Pokud využijete příspěvek za prodej kytiček, cena se Vám ještě sníží. V případě neúčasti bude vrácena částka snižená o storno poplatky!

Přihlášky a peníze: Na členské schůzi dne 27.8.2019 se budete moci závazně přihlásit a zaplatit částku 1500 Kč, případně 1500 + 2500 (4000) Kč při účasti s partnerem.

Jestliže nemůžete přijít na členskou schůzi nebo poslat peníze a přihlášku po někom jiném, spojte se s pokladníkem klubu paní Paskonkovou (kontakty na konci Zpravodaje) a **dohodněte se na řešení, nejpozději však do 29.8.2019!** Po tomto datu nabídneme volná místa ostatním klubům.

Přihlášky – mimoostravské kluby:

Účastníci z mimoostravských klubů předají přihlášku a finanční úhradu předsedovi příslušného klubu. O příspěvcích klubů na tyto rekondice a konečné ceně pro stomiky rozhodnou jejich výbory. Kluby uhradí naši organizaci 3 200 Kč za účastníka.

Tombola: Bohatá tombola již neodmyslitelně patří k našim rekondicím, proběhne v pátek večer. Připravili jsme několik hodnotných cen. Budeme však rádi, pokud i ***Vy přispějete nějakou cenou*** do této tomboly. Vyhněte se, prosím, putovním cenám a dárkům, které byste sami vyhrát nechtěli.

Výtěžek tomboly bude použit pro úhradu nákladů spojených s hudbami.

Těšíme se na setkání.

USKUTEČNĚNÉ AKCE

Český den proti rakovině 2019 byl přes špatné počasí úspěšný

Tak jako v minulých letech jsme se zapojili i letos do Českého dne proti rakovině. Oproti minulým rokům to bylo trochu jiné. Počasí nám vůbec neprálo. Byla zima a deštivé počasí vzbuzovalo velké obavy, jak se to projeví na ochotě lidí koupit si květ měsíčku lékařského a přispět tak na dobrou věc.

Naštěstí to dopadlo dobře. Možná, že všechny, kdo si koupili námi nabízenou kytíčku, v tom nečasu, hrál pocit projevené spoluúčasti a dobré vůle podpořit neustálý boj proti té „metle lidstva“.

Opět jsme dostali od organizátorů 5500 ks kytíček. Neprodaných zůstalo jen 31 kusů. Je to mizivý počet vzhledem k celkovému počtu, ale doprodat i tyto kytíčky v pozdních hodinách se ukázalo již jako nemožné. Tak ještě několik čísel.

Do prodeje se zapojilo 21 členů našeho spolku, kteří prodali 3671 kusů kytíček, za které utržili 99 858 Kč. (loni 3425 ks). Je nutné vyzdvihnout i to, že dva prodejci z našich řad byli mimořádně úspěšní a prodali neuvěřitelných 1500 ks (jeden 800 a druhý 700 kusů) kytíček.

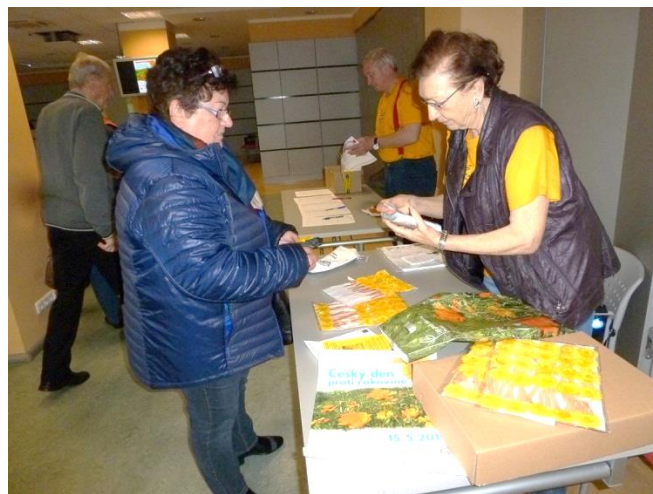
Velmi podstatnou pomoc v prodeji nám opět poskytli studenti z Matičního a Biskupského gymnázia. 9 studentů z Matičního gymnázia nám prodalo 1350 kytíček za 31 003 Kč a 5 studentů

z Biskupského gymnázia prodalo 448 ks za 10 551 Kč. Jednalo se o podstatnou pomoc a za to jim hodně děkujeme.



Nejúspěšnější prodejce Milan Švidrnoch s autorem článku.

Z Biskupského gymnázia se nám vrátilo 177 ks neprodaných kytíček a to v pozdních odpoledních hodinách, kdy jejich doprodej již byl podstatně obtížnější. A tak i přes velkou snahu Hedviky Juřinové nám zbylo těch 31 kytíček neprodaných kytíček k vrácení.



Za organizaci celé akce patří poděkování Hedvice Juřinové.

A nakonec ještě jeden údaj, letos jsme dosáhli na průměrnou cenu za kytíčku: 25,86 Kč. To ukazuje na osobní přístup prodejců a ochotu

lidí projevít svou dobročinnost větší částkou než jen minimálních 20 Kč za kytičku

Jako povedené se mi jevilo i zvolené zaměření na podporu boje proti rakovině plic. Jelikož statistiky toto onemocnění úzce spojují s kouřením, byl to apel, abychom kouření co nejvíce omezili. Vkusně to podporoval i vhodně zvolený kreslený motiv na tričku prodejců od pana Bartáka, hlásající, že normální je nekouřit. Tričko se tak dostalo mezi obdivované věci. Jeden kamarád si dokonce chtěl ode mne tričko koupit.

Jsem rád, že naše obavy se nenaplnily a dobrá věc se podařila. Celý prodej byl provázen spoustou administrativní a organizační práce, kterou opět perfektně zvládla Hedvika Juřinová s moji malou pomocí. Tak zase za rok a pořád mějme na vědomí, že **NORMÁLNÍ JE NEKOUŘIT.**

Václav Bureček

Tyto snímky a článek o prodeji kytiček v našem klubu vyšel ve zpravodaji Ligy proti rakovině Praha, číslo 2, červen 2019.

Nejúspěšnější prodejci z našeho klubu

V absolutních částkách nevíce utržili:

Milan Švidrnoch	24 244 Kč za 800 kytiček
Milena Dluhošová	18 836 Kč za 700 kytiček
Hedvika Juřinová	11 650 Kč za 521 kytiček
Pavel Kreml	5 464 Kč za 150 kytiček
Václav Bureček	5 061 Kč za 200 kytiček

Průměrná částka utržená za jednu kytičku:

Paskonková Miroslava	42,06 Kč
Kreml Pavel	36,43 Kč
Kubečka Jiří	34,70 Kč
Darmovzalová Monika	31,44 Kč
Krčmářová Soňa	31,27 Kč

Celkem jsme utržili a poslali na účet Ligy proti rakovině Praha 141 412 Kč. Z toho 30% je 42 424 Kč, které jsme získali pro náš klub. Z této částky dáváme 30% jednotlivým prodejcům jako příspěvek na některou další akci klubu.

Svatodušní vaječina v Čertově mlýně

Tato akce se konala opět pod taktovkou Milana Švidrnocha v trochu neobvyklém termínu, kvůli konání čtyřsetkání v Polsku.

Po úspěšném loňském roce jsme nepoznali již nové místo ve Velké Polomi, ale zakotvili jsme opět v údolí Čertova mlýna. Pěkné prostředí izolované uprostřed lesů mezi Hájem ve Slezsku a Velkou Polomí určitě vyhovovalo po všech stránkách. Více dešťových srážek v předchozích dnech se projevilo i tak, že vodní nádrž před chatou byla tentokrát plná.

Opět jsme se sešli s přáteli z opavského a novojičínského klubu. Tradičně nám k poslechu a tanci zahrála country kapela CWOKBAND a počasí přálo natolik, že smažení vajec nebyl problém.



Pojďte, vaječina je hotová!

Po rekordní účasti v loňském roce se nás letos sešlo „jen“ 46, ale ti, co přijeli, určitě nelitovali. Každé setkání s přáteli přináší do našich životů povznášející pocit.



Příjemné posezení s country kapelou.

Vajec bylo dost, vaječina velmi dobrá a i ten košť výrobků z vlastního ovoce (tentokrát mimo restauraci) byl na úrovni. Obvyklé domácí „napečeno“ k pohoštění a možnost vyčerpat poukázky na občerstvení v restauraci jen doplnilo

to, oč nám všem jde, tedy dobrou náladu a příjemné prožití prosluněného odpoledne uprostřed přírody a přátel.

Jestli bych chtěl nějak krátce charakterizovat tuto akci, nenašel jsem jiný termín, než že byla tradiční a samozřejmě úspěšná. Bylo to takové „Faunovo pozdní odpoledne“. Už teď se těším na příští a doufám, že opět pod taktovkou Milana a Pavly Švidrnochových, kterým moc děkujeme za veškerou péči a ochotu věnovat se nám a udělat takovou pěknou tradiční akci.

Václav Bureček

Čtyřsetkání a sportovní hry stomiků 2019

7.6. až 9.6.2019 se konala další již tradiční akce opět ve formátu čtyřsetkání, tedy nejen stomici z Polska, Slovenska a Česka ale včetně našich kolegů z Maďarska. Nebyla to již nějaká výzvědná a pozorovací mise, ale plnohodnotná delegace v dostatečném počtu.

Tentokrát nás hostili přátelé z Polska a pozvali nás do podhůří „Babiej gury“, která je vlastně na hranici se Slovenskou republikou a svými 1725 m výšky je dominantou Beskyd. Byli jsme ubytováni v hotelu „Jedruš“, který zvládl ubytovat všech cca 100 účastníků.



Kromě již zmíněných delegací se zúčastnil i nám již známý předseda Evropské asociace stomiků Jón Thorkelsson z Islandu.



Česká delegace při nástupu.

Všichni jsme dorazili včas a tak 15-té setkání stomiků na hranicích a třetí sportovní hry mohly

začít. Slavnostním nástupem a přivítáním polskými hostiteli to skutečně také začalo. Žádné zdržování. Sportovně zdatní stomici cyklisté pod vedením „prezesa“ Andrzeje Pivovarského vyrazili do kopcovitého terénu a můžeme říct, že na konci dne toho většinou měli plné zuby. Andrzej je prostě utahal.

Ostatní měli volno, které věnovali prozkoumání okolí a hlavně nalezení nějakých občerstvovacích možností. Jak se ukázalo, hotel Jedruš nabízel ubytování a stravu, ale nikoliv žádnou možnost občerstvení hospodského typu. A tak jeho nedostatek suploval penzion HANKA s kavárnou a barem a pak také obchod.



Slavnostní večeře.

Někteří vyzkoušeli svou turistickou zdatnost a vydali se za vodopády na Musorském potoce. Vodopády byly hezké a studené. Jsou to nevyšší přirozené vodopády na potocích Beskyd a svými 8 metry výšky na to i vypadaly. Jen jsme zjistili, že na délkové a časové údaje na turistickém označení se nedá moc spoléhat. Nebo to snad způsobila naše nedostatečná kondice? Kdož ví.

U večeře jsme upřesnili program na příští den. Dopoledne soutěže v soutěžích jednotlivců: šipky, kopání na cíl do bedny (muži) a hod míčem do koše (ženy) a pak soutěže družstev: volejbal a Stomiku nedej se.

Ve sportovním zápolení jsme se neztratili. Ve volejbalu jsme obsadili 2. místo, ve hře Stomiku nedej se třetí místo, v házení míčem do koše, obsadila naše reprezentantka třetí místo a v kopání na cíl do bedny jsme obsadili 1. místo. Při závěrečném vyhodnocení národních mužstev jsme pak celkově skončili druhí za vítěznými Poláky.



Stomiku nedej se, jak potáhnout nejlépe?

Tentýž den jsme absolvovali výlet lanovkou, se kterou jsme vyjeli na „Mosorny Gruň“ s pěkným výhledem po okolí a hlavně na celý mohutný hřeben Beskyd okolo „Babiej Gury“. Dokonce se nám úspěšně podařilo ujet před prudkou horskou přeháňkou a pak tu již byl čas pro slavnostní opulentní večeři s programem.



Jón padl do zajetí Zbojníků.

Hraný přepad „Zbujnikův z pod Babiej Gury“, kteří uvalili na Jóna klatbu - uvěznili jej do takových dřevěných kleští na krk a ruce a museli jsme jej vykoupit. Následovala hudební produkce „gorolských muzikantů“ (housle, harmonika a basa), kteří nám vyhrávali po celý večer ke zpěvu, tanci a obecně k zábavě.

Třetí den byl už jen takový slavnostní: Vyhodnocení soutěží, odměnění vítězů, poděkování za pohostinnost, předání cen a dárků a nakonec tu bylo obrovské překvapení.

V závěrečném proslovu maďarské řečnice nám přátelé z Maďarska oznámili, že nás zvou příští rok k nim!!! Nikdo to nečekal a bude to obrovská výzva pro všechny zúčastněné.

Vzhledem k tomu, že se spoluúčastí ILCO se podařilo pro účastníky z České republiky zajistit dopravu autobusem tam i zpět a díky štedrým rukám hostitelů, bylo toto setkání i pro nás hodně ekonomicky zajímavé.



Andrzej vyhlašuje vítěze soutěží.

Největší plus ovšem bylo opět setkávání se známými, potvrzení starých přátelství a uzavření nových, prostě fajn akce s lidmi z jiných zemí ale stejných lidských problémů a snažících se s nimi uspokojivě vyrovnat a nenechat se zavřít do koutku a čekat na další rány osudu.

Zkrátka byla to pět vydařená akce stomiků všech zúčastněných zemí. A to nás čeká příští rok opravdu velká výzva: Hungaria.

Václav Bureček

Třídenní zájezd organizovaný Slezským klubem stomiků ve dnech 14.-16.6. 2019

Nastal červen a jako každý rok v tomto měsíci vyrážíme do světa. Zvolili jsme královské město Znojmo, přestože jsme zde pobývali již v roce 2010. Tenkrát však pod taktovkou klubu Nový Jičín a s podstatně jiným programem.

Odjíždíme v pátek 14.6. od Svinovského nádraží v 6 hod. ráno s obavami, zda přes rozkopané silnice dorazíme do Znojma včas k dojednané prohlídce znojemského podzemí, katakomb.

Přestože přípravě a itineráři zájezdu byla věnována maximální snaha o hladký průběh, hned z počátku cesty jsme málem nechali

skupinku „Jičíňáků“ v Odrách. Sraz byl sice u benzinpumpy, jako vždy, ale u jiné ... a tak se stalo, že jsme přejeli. Řidič Vašek Míšek, mistr improvizace a bleskurychlého řešení, situaci skvěle vyhodnotil a po krátké časové ztrátě jsme byli kompletní.



Příjemný hotel U Divadla.

Nástup do podzemí ze Slepčího trhu, který proběhl ve dvou skupinách s odstupem třiceti minut jsme stihli a absolvovali hodinovou klasickou prohlídkovou trasu s výkladem milé a vtipné průvodkyně o historii vzniku podzemí a jeho dalšího vývoje. Součástí této trasy byla expozice „Tajemné podzemí“, vytvořená na základě mýtů, místních legend a pověstí.



Vstup do podzemí.

Po výplazu z chladného podzemí jsme se ubytovali ve velmi pěkném hotelu U Divadla a přesunuli se pěšky na Masarykovo náměstí, kde nám přistavili kolový vláček k okružní jízdě Znojmem.

Turistický vláček nás za přítomnosti fundovaného průvodce během devadesáti minut provezl nejzajímavějšími částmi královského města Znojma. Projeli jsme středověkými uličkami a náměstími, spatřili významné stavební

památky a pokochali se pohledy na město z údolí Dyje a z historických hradeb.



Pohled na Znojmo z údolí Dyje.

Po vystoupení z vláčku nás ještě čekala procházka pěší zónou. Tentýž průvodce znovu upozornil na znojemské skvosty – renesanční radnici s vyhlídkovou věží (kdo se nevyškrábal až nahoru, přišel o úchvatné rozhledy nejen na město, ale i na Pálavské vrchy a dokonce vzdálené vrcholy rakouských Alp), morový sloup, kostel Sv. Mikuláše, kostel Nalezení Sv. Kříže, kostel Sv. Michala a mnoho dalších, řadu gotických, renesančních a barokních domů a hlavně na znojemský hrad, kde zemřel r. 1437 král a císař Zikmund Lucemburský, Liška ryšavá. Hrad, kde pod rotundou Sv. Kateřiny a městským pivovarem čepovali pivo.



Radniční věž ve Znojmě.

Protože nám počasí přálo až moc (úmorné vedro po celé 3 dny), žízeň byla veliká. Po tomto náročném programu nás čekala v našem hotelu k obcerstvení těla zasloužená společná dobrá večeře s vínečkem a k obcerstvení ducha pak harmonika Terezky Škrhákové, která potěšila hrou i zpěvem, svým optimistickým přístupem a nakažlivě dobrou náladou nás přinutila – a to my rádi – si i „zabékat“ na pěknou notečku

2. den, v sobotu, nás očekávala malebná oblast Dolního Rakouska, Weinviertel, kde tok Dyje vymodeloval především v Národním parku Thayatal údolí poseté kláštery, terasami vinic a středověkými městečky. Zvolili jsme bez předchozích znalostí, jak vypadají, tři z nich, zapsaných do Seznamu světového kulturního dědictví UNESCO.

Nejzajímavějším mělo být nejlépe zachovalé středověké město v Rakousku, Eggenburg, s městským opevněním 700 let starým. Navštívili jsme nádherný kostel Sv. Štěpána (prohlídka by zasloužila výklad), ale v úmorném vedru většina z nás minula historické jádro města, takže výsledný dojem byl poněkud pod očekáváním.



Pohled na městečko Retz z radniční věže.

Spokojení však už ale museli být všichni v městečku Retz s krásným náměstím, městskými hradbami s nárožní věží, městskými bránami, „Domem zkázy“ (Verderberhaus), malebným Sgraffithaus s výjevy z řecké mytologie a mnoha dalšími stavbami v benátském renesančním stylu, ve stylu baroka či biedermeieru.



Mohutný hrad Hardegg.

Posledním navštíveným místem bylo nejmenší město Rakouska Hardegg – přeneseně

ze staroněmčiny Skalní dům v lese. Městečko vysoko nad Dyjí s nádhernou vyhlídkou a rytířským hradem Hardegg se 4 věžemi. Zde se již účastníci zájezdu zcela rozdělili – někdo zvolil prohlídku hradu, jiní dali přednost řízku s pivem a ty, kteří ještě vedrem nezmoženi, sestoupili z výšin k hraničnímu mostu na Dyji, který byl v době železné opony pochopitelně uzavřen.

Po návratu do Znojma zbyl čas na individuální volno. Na večer nebyl předem zajištěn žádný program – přesto se podařilo najít utajený vinný sklípek v centru Znojma. Vína byla hojnost a tak se stalo, že se hodně pozdním Znojemem neslo hlaholení několika rozverných stomiků.

Nedělní ráno, po vydatné snídani, šli někteří z nás zpytovat svědomí z proběhnuvší noci do chrámu Páně, někteří ještě doprohlížet skrytá zákoutí města či vyběhnout na Radniční věž.



Ve sklepení Louckého kláštera.

Ve stanoveném čase jsme pak naložili kufry do autobusu a přesunuli se do nedalekého Louckého kláštera. Od naší poslední návštěvy v roce 2010 doznal komplex bývalého premonstrátského kláštera značné změny. Zchátral ještě více. Přesto byla zážitkem nádherná klášterní knihovna, románská bazilika, krypta a umělecká galerie. Sympatická byla ochutnávka vín, pojatá jako degustační test: poznej víno, které piješ. Asi jsme byli dobří, neboť odměnou nám byla na památku ponechána degustační sklenička s emblémem Znovína Znojmo.

Prohlídkou kláštera se však náš třídení zájezd pomalu končil. Cestou jsme se úspěšně pokusili nezapomenout vysadit „Jičíňáky“ u správné benzinpumpačky v Odrách a s uzavírajícím se kruhem našeho putování si

zazpívat: „Sláva nazdar výletu, výletu, výletu“

Eva a Oldřich Rohanovi

Poděkování patří místopředsedovi klubu Oldřichu Rohanovi, který celý zájezd připravil a organizačně zajistil. Nesnadného úkolu se zhostil na výbornou. Díky.

AKCE ORGANIZOVANÉ SPRÁTELENÝMY KLUBY

Měli jsme možnost zúčastnit se akcí pořádaných spřátelenými spolky stomiků. Naši členové se zúčastnili i několika dalších akcí. Nebyl však mezi nimi žádný reportér, který by nás informoval.

Město Příbor stojí za prohlídku 11.5.

Město Příbor patří k těm, kterými většina z nás mnohokrát projížděla. Mimo to, že je rodištěm zakladatele psychoanalýzy Sigmunda Freuda, o městu většinou moc nevíme. Proto jsem uvítal, že Spolek stomiků Novojičinska 11. května uspořádal setkání právě v tomto městě.

Městem nás provedla skvělá kronikářka města paní Irena Nedomová. První památkou byl krásný barokní kostel Sv. Valentina. Pro mne měl kostel mimořádné kouzlo, o 14 dnů dříve jsme zde měli poslední ze 3 koncertů velkého sboru sestaveného ze 4 sborů a symfonického orchestru.

Kostely v Příboře nás provázel pan Monsport a to bylo pro mne další překvapení, na zmiňovaném koncertu jsem s ním zpíval ve skupině tenorů. Pan Monsport dovedl velmi fundovaně povídat o každé soše nebo vyobrazení světců.

Kostel věnovalo město klášteru Piaristů, kteří se věnovali zejména vzdělávání. Budova piaristické koleje a gymnázia byla dostavěna roku 1700, později zde až do roku 1938 byl učitelský ústav. Klášter je nyní pěkně zrekonstruovaný. Prohlédli jsme si původní barokní iluzivní výmalbu a původní oblázkovou dlažbu z kamenů řeky Lubiny, která protéká městem Příbor. Nově zrekonstruované místnosti v západním křídle budovy nyní slouží ke společenským akcím, ke svatebním obřadům, koncertům a přednáškám.

Pro mne byla nejzajímavější výstava velkého souboru předmětů z galanterního a papírnického obchodu z konce 30. let 20. století, který byl od

roku 1938 zazděný ve sklepě domu č. 16 v Příboře. Majitelé obchodu se snažili tímto způsobem uchránit svůj majetek před nacisty, následně po osvobození pak před znárodněním. Galanterní zboží v původním balení, valchy, kartáče, psací potřeby, potřeby pro kuřáky ... byly jako nové a mohly by se hned prodávat. Nic takového jsem nikdy neviděl. Úžasné.



V Příboře na náměstí.

Dalším zastavením bylo muzeum a pamětní síň nejslavnějšího rodáka Sigmunda Freuda. Před domem jsme si mohli vyzkoušet kovový model pohovky, na níž ležávali pacienti při psychoanalýze. Pohovka byla rozpálená sluncem a tak to nikdo dlouho nevydržel.



Na rozehráté pohovce se dlouho ležet nedalo.

Pokračovali jsme romantickou uličkou, kterou často využívají filmaři. Nachází se zde i sklepní okénko, do kterého skládala uhlí Jitka ze známého filmu Metráček natočeného v roce 1971 podle stejnojmenné knihy Stanislava Rudolfa.

Pokračovali jsme farním kostelem Narození Panny Marie s bohatou výzdobou. Neobvyklé jsou ozdobené čtyřmetrové tyče s pentlemi na vrcholu, které mají připomínat palmy. Byly přinesené v průvodu na Květnou neděli.

Prohlídku jsme završili v zahradách piaristického kláštera, které byly podle historických podkladů revitalizovány v roce

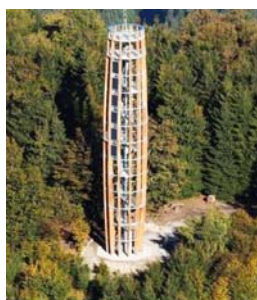
2015. Ze setkání byla pro místní televizi natočena velmi pěkná reportáž, v níž vystoupili i někteří velmi spokojení účastníci. Celá akce byla zakončená obědem v Kopřivnici.

Za třicet let jsem měl možnost se stomiky díky fundovaným průvodcům poznat desítky zajímavých míst, která bych jinak míjel. Je skvělé, že kluby stomiků organizují taková úžasná setkání.

P. Kreml

POZVÁNKA

Setkání v Hostýnských vrších



ILCO Novojičínska Vás srdečně zve na nejvyšší horu Hostýnských vrchů Kelčský Javorník (865 m.n.m.). Na jeho vrcholku stojí od roku 2015 rozhledna vysoká 35 m, která nabízí kruhový výhled do všech světových stran.

Setkání účastníků se uskuteční za každého počasí v sobotu 14. září od 10:00 hod. Začátek akce bude v Rajnochovicích před Hostincem ve dvoře. Vzhledem k tomu, že vjezd do arcibiskupských lesů je možný jen s povolením, budete mít jedinečnou možnost se k rozhledně dostat tou nejméně náročnou cestou. Proto se od hostince se vydáme auty po zpevněné asfaltové lesní cestě co nejbliž k rozhledně. I tak počítejte s krátkou vycházkou asi 2 km. U rozhledny bude zajištěno malé občerstvení.



Oběd bude zajištěn od 14:00 hod. ve zmíněném hostinci ve dvoře a to výhradně z vlastních zdrojů, budou hovězí líčka na červeném víně s vařeným bramborem.

Po obědě ještě v 16.00 hod. navštívíme muzeum lesní železnice. Tento areál se nachází

vedle hostince. Zde bude krátký výklad o historii těžby dřeva v regionu a projížďka lesní železnici.

Účastnický příspěvek na tuto akci bude 200 Kč na osobu. Prosím zájemce, aby se z organizačních důvodů přihlásili do **5.9.2019**.

Těšíme se na vaši účast.

Bronislav Tučný

ILCO Novojičínska spolek stomiků

tel.: 732 784 740, e-mail : Tucny@seznam.cz

Cvičíme s ConvaTecem

V rámci nového programu S Radimem v kondici, který jsme představili v loňském roce na Setkání stomiků ConvaTec (jedná se o program, který zahrnuje jednoduché cvičení pro stomiky, předcházející vzniku kýly), se v Ostravě dne **15. října 2019** koná vzorové cvičení pro zájemce. Bude probíhat **od 15 do 17 hodin v hotelu Clarion**, Zkrácená 2703/84, Ostrava. Cvičení bude navazovat na Setkání stomiků, které se koná tamtéž ve stejný den.

První hodina bude sestávat z přednášky stomasestry (Jaké jsou vhodné pohybové aktivity pro stomiky), dále formou rozhovoru představíme aktivně žijícího stomika, a nakonec proběhne seznámení s programem S Radimem v kondici. Druhá hodina bude věnována pouze cvičení (na karimatkách, které zajistíme).

Uvedená akce S Radimem v kondici nebude zahrnovat informace o stomických pomůckách, jedná se čistě o program, zaměřený na cvičení. Na akci se přihlašujte předem telefonicky na bezplatné Stomalince© 800 122 111. Počet míst je omezen na 20 osob.

Těšíme se na setkání s Vámi.

Bc. Anna Kulhánková,

Zákaznický servis ConvaTec.

Kontakty

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

Pokladník: Miroslava Paskonková, Mongolská 1470/42, 708 00 Ostrava-Poruba tel.: 731 482 085

miroslava.paskonkova@centrum.cz

Web: www.ILCO.cz/Ostrava

E-mail: info@ilco.cz



Pozvánka

na schůzku Klubu stomiků, která se koná

v úterý 27.8.2019 v 15.30 hod.

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

Program:

1. Práce výboru v uplynulém období, hodnocení akcí (Kreml).
2. Organizace rekondičního pobytu (Kreml, Rohan).
3. Pozitivní změny v úhradách produktů ConvaTec, nové kódy pomůcek (Janka Sivková).
4. Různé, diskuse.

Srdečně zve výbor.

Již od 15.00 hod. budete mít možnost přihlásit se na rekondiční pobyt, případně si
zajistit dopravu autobusem.

Nezapomeňte donést vyplněnou přihlášku!

Přijďte dříve, aby nebyl narušen začátek schůze.

Schůze se bude konat v **Domově sester** v Ostravě-Porubě (přízemí za vrátnicí vpravo). Vchod
je hned proti tramvajové zastávce Fakultní nemocnice. Tedy stejně jako minulá schůze
v květnu. Místo schůze je velmi snadno dostupné autobusem č. 37 nebo tramvajemi č. 8, 7, 17
směr Vřesinská.



Přihláška

na rekondiční pobyt v hotelu Bauer na Bílé

25.9. - 29.9.2019

Jméno a příjmení:

Číslo OP: Datum narození:

Adresa bydliště:

Kontakt – telefon: e-mail:

S kým chcete být na pokoji: Pohybové omezení: ANO NE

Dieta: ANO NE Jaká:

Využijí dopravu autobusem: ANO NE

Účast partnera: ANO NE

Jméno a příjmení partnera:

Číslo OP: Datum narození:

Dieta: ANO NE Jaká:

Doprava autobusem: ANO NE

Osobní údaje budou uchovány a zpracovány v souladu s ustanoveními zákona č. 101/2000 Sb., o ochraně osobních údajů a údajů a s obecným nařízením Evropského parlamentu a Rady EU č. 2016/679 o ochraně osobních údajů (GDPR). Na akci může být pořizován fotografický případně videozáznam pro účely prezentace a dokumentace v propagačních a informačních materiálech. Podpisem vyslovujete souhlas s evidencí osobních údajů a s pořizováním fotografických případně videozáznamů pro potřebu Slezského klubu stomiků Ostrava.

V dne podpis

Vyplňte všechny údaje (zejména kontakt a nová čísla občanských průkazů)! Pokud uvedete e-mail, zašleme Vám aktuální informace, program rekondic.

Přihlášku přineste nejlépe na **členskou schůzi** nebo zašlete poštou nebo elektronicky na adresu předsedy nejpozději do **29.8.2019** (datum doručení). Po tomto datu budete zařazeni jako náhradníci.