

# 4/2017



# ZPRAVODAJ



---

## Co jsme pro 630 členů udělali v roce 2017

Členské schůze -      výroční -            16. března  
                                 přednášková -      13. září  
                                 vánoční -            6. prosince

**Schůze výboru a rozšířeného výboru MO STP** - první a druhý čtvrtek v měsíci

**Schůze a poradenská činnost ostatních neziskových organizací**

**Terapeutická činnost** - třetí čtvrtek v měsíci + další domluvené dny

**Městský dům Přerov** - po celý rok naši členové shlédli celkem 29 představení

**Moravské divadlo Olomouc** - opereta od Rudolfa Piskáčka - „Perly panny Serafinky“, opereta od Franze Lehára - „Země úsměvů“

**Zájezdy** - 15. 5. - 17. 5 - třídní poznávací zájezd do severních Čech - Děčín

31. 5. - jednodenní relaxační zájezd na jižní Moravu - Pasohlávky

9. 6. - jednodenní poznávací zájezd do Olomouce - „Noc kostelů“

13. 6., 14. 6. - jednodenní poznávací zájezd Znojmo, Vranovská přehrada

2. 8., 9. 8. - jednodenní poznávací zájezd na Slovensko - Bojnice

6. 9. - jednodenní poznávací zájezd do ZOO Ostrava, zámek Kunin

8. 11. - jednodenní relaxační zájezd na Slovensko - Velký Meder

28. - 29. 11. dvoudenní poznávací zájezd do Maďarska - Budapešť

20. 10. - páteční posezení při hudbě, tanci a zpěvu - restaurace Bečva

**Aktivizační a ozdravné pobyty** - 20. 6. - 25. 6 - Slovensko - Podhájská

15. 7. - 21. 7. - Malá Morávka - Kamzík

14. 8. - 20. 8. - Slovensko - Trenčianské Teplice

18. 9. - 24. 9. - Slovensko - Trenčianské Teplice

**Výstavy v INFO - Centru** - 31. 3. - 18. 4. - velikonoční výstava členek

27. 11. - 31. 12. - vánoční výstava členek

**Přednášky** - 16. 3. - přednáška Ing. H. Patočkové - „Maroko“

13. 9. - přednáška Mgr. Kaplijové a Mgr. Příkopové

13. 9. - přednáška Michaely Chodilové

**Výstavy** - 10. 10. - výstava na Přerovském zámku - „Poklady z hůry, aneb jak se žilo na Hané“

**Zimní kavárničky:** 25. 1. - Michaela Chodilová

22. 2. - Mgr. Julie Havlíková

29. 3. - PharmDr. Simona Arnošová

;

25. 10. - Ing. Helena Patočková

22. 11. - Michaela Chodilová

**Bowling:** druhou a třetí středu v měsíci

**Oblast zdraví** - masáženky, relaxační centrum Adam, permanentky na bazén pro držitele průkazek ZTP a ZTP/P

**Půjčovární kompen. pomůcek, 4 x Zpravodaj,**

## Co pro Vás chystáme na rok 2018

Zahraniční i tuzemský jednodenní relaxační zájezd

termální lázně Dunajská Streda - 31. května

termální lázně Velké Losiny - 18. října

Počet osob: 50

**Dunajská Streda** - patří mezi nejoblíbenější a nejnavštěvovanější termální park na jižním Slovensku.

Nachází se zde 10 vnitřních i venkovních bazénů s mineral. léčivou a termální vodou - 26 - 39 st. C

**Velké Losiny** - unikátní spojení relaxace, regenerace, odpočinku a blahodárné termální vody nabízí termální park ve V. Losinách. Nachází se zde 9 termálních bazénů. Doporučujeme využít i výborné sauny - finská, solná, parní, aromatická, ledová komora.

účastnický poplatek Dunajská Streda: 7. 3. - 8. 3

400 Kč + 7 Euro

účastnický poplatek Velké Losiny: 21. 3. - 22. 3.

575 Kč



## VÍCEDENNÍ POZNÁVACÍ TUZEMSKÝ ZÁJEZD

Poznávací 4 denní tuzemský zájezd - západočeské lázně

Termín: 22. 5. - 25. 5.

Počet osob: 48

**1. den** - exkurze ve firmě Kamila Chocholates v Jihlavě s ochutnávkou a dárkem, prohlídka Průhonického parku (v tuto dobu kvetou azalky a rododendrony), ubytování v pěkném Eurohotelu Karlovy Vary, večeře

**2. den** - exkurze v porcelánce Thun, exkurze s ochutnávkou v muzeu Jan Becher, procházka lázněmi s průvodcem, prohlídka statku Bernard - muzeum řemesel, snídaně, večeře

**3. den** - prohlídka Chebu - Špalíček, prohlídka zámku Kynžvart, prohlídka Františkových lázní, snídaně, večeře

**4. den** - prohlídka Mariánských lázní s průvodcem, Zpívající fontána, prohlídka zámku Dobříš, snídaně

(v ceně - doprava, ubytování, polopenze, vstupy, průvodce)

založba: 22. 1. - 24. 1.

2 000 Kč

doplatek: 26. 3. - 28. 3.

2 960 Kč



## Co pro Vás chystáme na rok 2018

### JEDNODENNÍ POZNÁVACÍ TUZEMSKÉ I ZAHRANIČNÍ ZÁJEZDY

#### Tuzemský jednodenní poznávací zájezd - I. pololetí

**Termín: 6. června**

**Počet osob: 50**

Prohlídka státního zámku Lednice (UNESCO), hodinová plavba lodí od zámku k minaretu a zpět, osobní volno k prohlídce parku a skleníku, exkurze v Bohemia sektu v Mikulově, prohlídka historického centra města.

(v ceně - doprava, zámek, loď, oběd, exkurze)

**účastnický poplatek: 12. 3. - 13. 3. 780 Kč**



#### Tuzemský jednodenní poznávací zájezd - I. pololetí

**Termín: 19. června**

**Počet osob: 50**

1 1/2 hodinová exkurze v televizním studiu Brno. Nahlédneme do studií a jednotlivých televizních pracovišť. Prohlídka pohádkového hradu Pernštejn. Na skále nad městysem Nedvědice se tyčí bezmála 8. století a za celou svou historii nebyl nikdy dobyt. **Prohlídka hradu je pro aktivnější seniory.**

(v ceně - doprava, oběd, vláček, hrad)

**účastnický poplatek: 14. 3. - 15. 3. 530 Kč**



#### Tuzemský jednodenní poznávací zájezd - I. pololetí

**Termín: 6. října**

**Počet osob: 50 - 100**

Prohlídka nejvýznamějšího barokního zámku v ČR. Odpoledne návštěva vinného sklípku v Žeravicích u Kyjova. Příjemné odpoledne při hudbě, tanci, zpěvu a ochutnávání dobrého vína z jižní Moravy.

(v ceně - doprava, zámek, sklípek, hudba, oběd, ochutnávka 6 vín, káva, svačina - klobáska, voda)

**účastnický poplatek: 19. 3. - 20. 3. 655 Kč**



## Co pro Vás chystáme na rok 2018

**Jednodenní zahraniční zájezd - II. pololetí**

**Termín: 9. května**

**Počet osob: 49**

Kittenberské zahrady - pestrá podívaná plná barev, vůní a zážitků. Komplex tvoří zahrady - Toskánská, Růžová, leknínová, Japonská, zahrada duhy, zahrada smyslů a spousta dalších. Prohlídka benediktinského kláštera v Gottweigu. V městě Tullnu navštívíme zahrady, které jsou rakouským unikátem. Návštěva rozhledny na celý areál.

(v ceně - doprava, vstupy, průvodce, pojištění)



**účastnický poplatek: 5. 3. - 6. 3.**

**500 Kč + 20 Euro**

**Divadlo Opava, Ostrava, Olomouc, U. Hradiště**

**Termín: I. a II. pololetí**

**Počet osob: 50**

Na I. pololetí plánujeme shlédnout operetu od Johanna Strausse ml. - „Cikánský baron“ v Slezském divadle Opava.

II. pololetí - dle programu divadel

Informace získáte v INFO - centru začátkem roku 2018.

**účastnický poplatek: 7.2. - 8. 2.**

**490 Kč**



## TÝDENNÍ POBYTY

Na rok 2018 organizace pro své členy připravila 5 typů pobytů. Každý je jinak zaměřený - ozdravný, aktivizační, lázeňský, poznávací a wellness - poznávací. Věříme, že si každý z této pestré nabídky vybere pobyt, který mu bude vyhovovat po všech stránkách.

---

## Co pro Vás chystáme na rok 2018

### **OZDRAVNÝ pobyt na Slovensku - Podhájská**

**Termín: 25. - 30. června**

**Počet osob: 25**

Voda v Podhájské je světovým unikátem s blahodárnými účinky na celý organismus, srovnatelná s Mrtvým mořem. Jako jediná je slaná. Tato voda je nejléčivější z celého Slovenska. Voda obsahuje lithium léčící dnu, jodidy stimulující štítnou žlázu a další prvky.



(účastnický poplatek - doprava, ubytování, cestovní pojištění dle věku účastníka, polopenze)

**záloha: 12. 2. - 14. 2.**

**840 + cestovní pojištění dle věku**

**doplatek: 16. 4. - 18. 4.**

**120 Euro**

### **AKTIVIZAČNÍ pobyt na Malé Morávce - senioři se svými vnuky**

**Termín: 14. - 20. července**

**Počet osob: 70**

Týdenní pobyt zaměřený na společné aktivity prarodičů se svými vnuky. Tímto mezigeneračním pobytem se společně učíme sociabilitě, přizpůsobivosti, ohleduplnosti, respektu, altruismu, čestnosti, umění odpouštět, empatii a hlavně vzájemné lásce.



**záloha: 26. 2. - 28. 2.**

**2 000 Kč senioři, 2 000 dětí**

**doplatek: 30. 4. - 2. 5.**

**2 710 Kč senioři a 1 110 Kč dětí**

### **LÁZEŇSKÝ pobyt na Slovensku - Trenčianské Teplice**

**Termín: 17. - 23. září**

**Počet osob: 51**

Ubytování - hotel Slovakia, dvoulůžkové pokoje se soc. zařízením. Je zajištěna plná penze - snídaně formou švédských stolů, obědy a večere - výběr z nabídky + vynikající zeleninové saláty. V ceně pobytu je zahrnuto 12 procedur. Každodenní vstup do vnitřního bazénu s teplotou 31 st. C - dopolední i odpolední cvičení v bazénu. Každodenní volný vstup do sauny, 1 x vstup do venkovního bazénu Grant. 1 x volný vstup na taneční večer v hotelu PAX se skleničkou vína.



## Co pro Vás chystáme na rok 2018

Procházky po kolonádě a krásném okolí místních lázní.

(Účastnický poplatek - doprava, ubytování, procedury, pojištění, plná penze)

**záloha: 19. 2. - 21. 2.**

**525 + pojištění dle věku účastníka**

**doplatek: 23. 4. - 25. 4.**

**225 Euro**

### N O V I N K A

#### **POZNÁVACÍ pobyt v Západních Tatrách - Roháče**

**Termín: 2. - 7. září**

**Počet osob: 51**

Ubytování je zajištěno ve 3hvězdičkovém velmi pěkném podhorském hotelu. Součástí je i relaxační centrum. Jsou zajištěné dvoulůžkové pokoje se soc. zařízením, TV a 2 delegáti. Strava - polopenze. Snídaně formou - švédských stolů a tříhodová večeře výběrem z menu - polévka, hlavní jídlo a saláty. Po celý pobyt zdarma vstup do vnitřního bazénu a sauny. Tento pobyt není zaměřen pouze na přiměřenou turistiku, ale i na poznávání okolí. Program pobytu je sestaven přiměřeně k věku účastníků. Účastníci si sami budou moci vybrat, jakého programu se budou účastnit.

**Program pobytu:** - návštěva Terchové, Muzeum Jánošíka, vláčkem Vrátná dolina, procházka na salaš Oravice - ochutnávka žinčice a sýrů, lehká turistika Juráňovou dolinou, koupání v termální vodě v Thermál Parku Meander Oravice, Oravská přehrada - projížďka lodí, Slanický ostrov umění, Tvrdošín - galerie malířky Márie Medveckej, unikátní dřevěný kostel, Chocholovské termy, dřevěné domky v Chocholově, skanzen Brestová, lanovkou ve Spálené dolině na Roháče, Oravský Podzámok.

Po večeři jsou také připravené programy - folklorní večer s hudbou, romantická chvílka ve wellness a saunách, turnaj v bowlingu.

(účastnický poplatek - doprava, ubytování, polopenze, pojištění + místní poplatek)

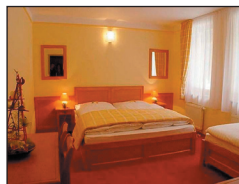
**Vstupy si hradí každý účastník sám - předpokládaná výše všech vstupů 42 Euro)**

**záloha: 5. 2. - 7. 2.**

**3 000 Kč**

**doplatek: 9. 4. - 11. 4**

**2 960 Kč + 6 Euro**



## Co pro Vás chystáme na rok 2018

### NOVINKA

#### WELLNESS - POZNÁVACÍ pobyt na Slovensku - Bojnice

**Termín: 12. - 17. srpna**

**Počet osob: 48 osob**

Ubytování je zajištěno ve velmi pěkném hotelu Pod zámkom. Po vyklonění z okna se před vámi tyčí chlouba Bojnice - stejnojmenný zámek s ZOO. Stravování - plná penze. Snídaně v hotelu, na obědy a večere se dochází do 300m vzdálené restaurace Slavia.

Jsou zajištěné dvoulůžkové pokoje se soc, zařízením, TV. Tento pobyt je zaměřen na **wellnes a zdraví** -

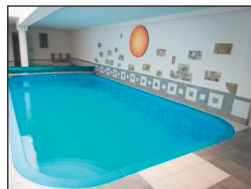
vnitřní bazén v hotelu, vířivka, sauna, koupání v léčivých bazénech Mier v lázních, dechová cvičení v přírodě. Turnaj v Bowlingu. Taneční večer. Procházky po kolonádě s ochutnávkou místních oplatků, návštěvy cukráren.

**Poznávání** - prohlídka Bojníc s průvodcem, prohlídka zámku a ZOO, procházka na vyhlídku a salaš, přehrada Nitranské Rudno, skanzen Čičmany, betlém v Rajecké Lesné a kalvárie, lázně Rajecké Teplice, Fačkovské sedlo, Piaristický klášter, prohlídka Prievidzi s průvodcem, Topolčianky - prohlídka národního hřebčína, prezidentský zámek, park.

(účastnický poplatek - doprava, ubytování, plná penze, pojištění, zájezdy, vstupy, procedury, delegát + láz. poplatek

**záloha: 29. 1. - 31. 1. 3 000 Kč**

**doplatek : 2. 4. - 4. 4. 3 960 Kč + 6 Euro**



#### **Páteční odpoledne při hudbě, tanci a zpěvu - restaurace Bečva**

V letošním roce jsme pro naše členy naplánovali novou aktivitu, která měla velký úspěch, proto v ní budeme pokračovat i v příštím roce a to v každém pololetí.

I. pololetí - 9. března (100 členů)

II. pololetí - 19. října (100 členů)

Zájemci se mohou hlásit v kanceláři již od ledna. Vstupné činí **25 Kč**.

#### **Bowling - druhá a třetí středa v měsíci (mimo letních prázdnin)**

**Od ledna budeme bowling hrát v -TrumfCentru (u Zubra) vždy od 10. 00 - 11. 00 hodin.** Od účastníků vybíráme 35 Kč na zaplacení dráhy. Při bowlingu nejde o vítězství (ale potěší), ale o protažení těla a pobavení se se svými kamarády a poznání nových přátel. Zájemci se mohou hlásit se v kanceláři nebo na telefonu (581 217 082)



---

## Co pro Vás chystáme na rok 2018

**Zimní kavárna - účastníci se mohou hlásit již od ledna na všechny kavárny**

**31. ledna** - Václav Plšek - „ZOO“

**28. února** - Michaela Chodilová - „Sdružení obrany spotřebitelů Čech a Moravy“

**28. března** - Karla Otavová - MAMMA HELP

**31. října** - Ing. Helena Patočková - cestopisné téma

**28. listopadu** - Mgr. Hana Šimanská - sociální téma

### Oblast zdraví

masáže	130 Kč/ks
centrum Adam (solná jeskyně, bylinková lázeň, masážní lůžko, křeslo)	80, Kč/ks
permanentka na bazén pro osoby s průkazem ZTP	304 Kč/ks

### Půjčovna kompenzačních pomůcek

Zapůjčujeme invalidní vozíky, francouzské hole, chodítka, odkladný stolek k lůžku.

### Městský dům Přerov

Na kulturní představení pořádané MD Přerov mají členové 50% slevu (zadní řady). Zájemci si představení zaplatí v kanceláři STP a zde si také vstupenky vyzvednou. Nákup vstupenek probíhá pouze přes pracovníci STP Přerov. **OD LEDNA 2018 SE BUDE PŘI PŘEDKLÁDÁNÍ ZAKOUPENÉ VSTUPENKY ÚČASTNÍK PROKAZOVAT I PRŮKAZKOU NAŠÍ ORGANIZACE (ZELENÁ PRŮKAZKA)!!!**

### Přihlašování se na vybrané akce.

**U každé akce je uveden termín placení účastnického poplatku a TO JE I TERMÍN PŘIHLÁŠENÍ NA AKCI. Doplatky u pobytových akcí jsou rovněž uvedeny pod akcí.**

**PROSÍME ČLENY, ABY PLACENÍ ÚČASTNICKÝCH POPLATKŮ HRADILI V UVEDENÝCH ČÁSTKÁCH. NIKOLIV VE VĚTŠÍCH BANKOVKÁCH.**

### ČLENSKÝ PŘÍSPĚVEK 2018

Na členské schůzi dne 13. září bylo odsouhlaseno navýšení členského příspěvku od roku 2018 na **240 Kč na celý rok.**

## Aktivizační ozdravný pobyt

### Trenčianské Teplice - 18. 9. - 24. 9. 2016

Naše milé a oblíbené Trenčianské Teplice nás tentokrát přivítaly chladným a deštivým počasím. To nám ale neubralo chuť strávit zde příjemný týden s veškerou lázeňskou péčí, procedurami i společnými akcemi. Jen koupání ve venkovním termálním bazénu nám ve studeném počasí nevyšlo.

Kaváren k příjemnému posezení je zde dostatek,



společná fotografie všech 62 účastníků



seznamovací večírek v hotelu PAX

čehož jsme velmi rádi a často využívali. Zvládli jsme úplně vše jako účastníci srpnového zájezdu také díky společenským akcím, které pro nás připravila vedoucí paní Ivana Vaculová.

Za její ochotu a vstřícnost děkujeme.

účastnice pobytu - Iva Šimáková

## Shrnutí z přednáškové členské schůze MO STP Přerov

### Městský dům 13. září

Dne 13. 9. 2017 se v MD v Přerově uskutečnila přednášková členská schůze. Zúčastnilo se jí 192 členů organizace.

Schůzi zahájila předsedkyně organizace Eva Divinová. Přivítala účastníky schůze a představila hosty - náměstka primátora Bc. Tomáše Navrátila, vedoucí Odboru soc. věci a školství Mgr. Romanu Pospíšilovou a předsedkyni Výboru pro sociální a zdravotnické záležitosti a pro soc. začleňování Mgr. Věru Vránovou PhD. Poté se ujal slova náměstek primátora Bc. Tomáš Navrátil, který členy přivítal a pozdřvil. Taktéž členy přivítala i Mgr. Romana Pospíšilová a Mgr. Vránová přítomné seznámila s činností výboru.

Poté se ujal slova předsedkyně, Eva Divinová, která navrhla zvýšení členského příspěvku na rok 2018 ve výši 240 Kč na rok. Navržená výše čl. příspěvku byla odsouhlasena. Téma první přednášky bylo na zdravotné téma - „Jak prožít chladný podzim bez bolestí kloubů“. Tuto přednášku přednesly Mgr. Kapliová a Mgr. Příkopová z lékárny U Hygie. Obě nás seznámily, jak se vyhnout bolesti kloubů přírodní cestou.

Přednášku zakončila Mgr. Kapliová citátem - „Nejlepší doktoři jsou doktor dieta, doktor ticho a doktor veselost“. Další



přednášku si pro členy připravila M. Chodilová ze Sdružení obrany spotřebitelů Moravy a Slezska. Téma přednášky znělo: „Spotřebitelské praktikum aneb jak nenalezt podvodníkům. Obě přednášky byly dle mého názoru velmi přínosné a byly oceněny potleskem. Závěrem předsedkyně pozvala přítomné na malé občerstvení.

Chtěla bych poděkovat za účast a předsedkyni Evě Divinové a Ivaně Vaculové za organizaci schůze.

A Vám všem přeji pěkné podzimní dny.

Kateřina Nadymáčková

---

## **Ohlédnutí za výstavnou na přerovském zámku**

### **Poklady z hůry aneb Jak se žilo na Hané**

Dne 10. října se sešlo před přerovským zámkem 20 členů naší organizace. Společně jsme se šli podívat na komentovanou prohlídku výstavy nazvané „Poklady z hůry aneb Jak se žilo na Hané“. Naši skupinky se ujal historik a kurátor Muzea Komenského v Přerově Mgr. Kamil Lukeš. Představil nám architekturu, interiéry, tradice, zvyky a činnosti v průběhu jednoho roku života na hanáckém venkově. Součástí výstavy byla rovněž jedinečná výstava fotografií muzejní fotografky paní Jitky Hanákové, inspirované folklorem. Dozvěděli jsme se nejen zajímavosti ze života našich pradědečků a prababiček, ale také zajímavosti z historie Folklorního souboru Haná Přerov, založeného v roce 1967. Vystavené předměty nás vrátily do našeho dětství a mládí. Předbíhali jsme se v povídání, kdo konkrétní předměty využíval ke svému každodennímu životu jak na vesnici, tak také ve městě.

Výstava se všem zúčastněným velmi líbila. Na závěr jsme všichni velkým potleskem poděkovali Mgr. Kamilovi Lukešovi za poutavé povídání.



---

## **Jednodenní poznávací zájezd**

### **ZOO Ostrava, zámek Kunín - 6. 9. 2017**

Jeden z posledních jednodenních zájezdů MO STP Přerov v roce 2017 měl své cíle v ZOO Ostrava a zámek Kunín.

Nejprve něco o ZOO Ostrava. Osobně mám pocit, že je ostravská zoo v našich končinách dosti opomíjena. Má totiž konkurenci v zoo, ležících Přerovu přece jen blíž - Zoo Olomouc a zvláště Zoo Zlín-Lešná. Přitom je Zoo Ostrava jedničkou na Moravě a jednou z nejvýznamnějších zoo v ČR. Celkovou rozlohou 100 ha je po Chomutově druhá a počtem 437 chovaných druhů po Plzni a Praze třetí největší v ČR. Prosazuje se i na mezinárodním poli, o čemž svědčí např. to, že od r. 2007 vydává ESB (Evropskou plemennou knihu) hrocha obojživelného a v současnosti vede také EEP (Evropský chovný plán) siky vietnamského.

Ostravská zoo byla založena v parku v Kunčičkách na 6,5 ha, ale brzy byla přeměněna do členitého terénu lesního komplexu Stromovka, asi 3 km severovýchodně od centra města, kde byla slavnostně otevřena 1. 5. 1960. Je pohodlně dosažitelná městskou hromadnou dopravou. Po bouřlivém rozvoji v 70. a 80. letech, přišla po sametové revoluci stagnace, ale od roku 2004 s nástupem ředitele Ing. Petra Čolase začal systematický rozvoj zoo.

A tak procházka příjemným lesoparkovým prostředím dnešní ostravské zoo nabízí moderní expozice, mezi nimiž několik letitých bude rovněž brzy nahrazeno. Směr, kterým se současná ostravská zoo ubírá, představuje např. expozice ČITVAN s 1,4 ha velkým přírodním výběhem pro medvědy ušaté a hulmany posvátné, vydry malé a binturongy. Velký výběh přináleží i k pavilonu afrických zvířat s žirafami núbijskými, zebrami Grévyho, antilopami losími a dalšími nebo PAVILON EVOLUCE s šimpanzi a kočkodamy Dianinými.

Nechybí pavilon šelem se lvy a levharty, také pavilon opic s makaky lvími, mandrily a dalšími. Právě tento pavilon je z těch letitých a odsouzený v blízké budoucnosti k likvidaci. Atraktivní je i ASIJSKÉ SAFARI s řadou asijských druhů kopytníků, přístupný pouze místním vláčkem. Mezi účastníky zájezdu však jednoznačně zvítězil moderní pavilon slonů a v něm malý sloní sameček Chandru, který se zde narodil 8. 7. 2017. O ostravské zoo by se dalo mluvit ještě dlouho, např. o chystané výstavbě nebo ostravských prvoodchovech (mezi nimi i první narozený slon v ČR v r. 2011) atd. na což nám už zde nezbyvá místo.

Až na jaře nebudete vědět kam vyrazit, vzpomeňte si na tento článek. Proč na jaře? Zahradní úprava zoo nejlépe vynikne, právě když kvetou rododendrony.

účastník zájezdu a současně i průvodce Zoo Ostrava Václav Plšek

## Fotografie z akcí



se zatajeným dechem jsme poslouchali povídání Ing. Patočkové o zámcích na Lořiře



všichni jsme se kochali pohledem na dvouměsíční sloní mládě

---

## Stránka pro seniory - důležité informace

### Novela zákona o nemocenském pojištění - pokračování

**Potřebu péče v následujícím období potvrdí šetřující lékař.** Rodiny díky této dávce získají čas bez obav uvážit, jak zajistit dlouhodobou péči o svého příbuzného, pokud by měla být dlouhodobá (více než 3 měsíce). Novelou zákona se odstraní hlavní překážky, které v současné době péči v rodině omezují nebo znemožňují. Jedná se zejména o obavu ze ztráty příjmu a obavu z výpovědi z práce při žádosti o neplacené volno. **Pečujícímu, ať již zaměstnanci nebo OSVČ, bude po dobu poskytování dlouhodobé péče náležet z nemocenského pojištění náhrada ztráty příjmu z výdělečné činnosti, která musela být přerušena,** a to ve stejné výši jako v případě krátkodobého ošetřovného, tj. 60 % denního vyměřovacího základu. V průběhu péče nemůže zaměstnanec dostat výpověď a po ukončení péče mu nová zákonná úprava garantuje původní práci i návrat na stejné pracovní místo. O příbuzného po hospitalizaci bude moci pečovat **široký okruh ošetřujících osob,** ale vždy samozřejmě pouze jeden člověk. Poskytnutí pracovního volna pečující osobě nebude však automatické. **Bude záležet na rozhodnutí zaměstnavatele,** zda svého zaměstnance, který žádá o uvolnění pro péči svého rodinného příslušníka uvolní. Zákon stanoví, že zaměstnavatel může odmítnout udělit ošetřovatelské volno zaměstnanci, pokud má pro to vážné provozní důvody a písemně je zaměstnanci sdělí. V ostatních případech je povinen volno poskytnout. Návrh zákona nyní míří k podpisu prezidenta ČR. Nová dávka pak bude k dispozici lidem **od května či června 2018.**

### Za jakých okolností máme nárok na dopravu k lékaři sanitkou?

Řešíte, jak se dostavit k lékaři na vyšetření, ale zdravotní stav vám neumožňuje cestování hromadnou dopravou? Vysvětlíme, kdy máte nárok na bezplatnou dopravní zdravotní službu. Zdaleka ne všechny sanitky, které jezdí v ČR, jsou totožné. Obecně lze říci, že můžete potkat dva typy. Ten důvěrně známý typ sanitky je žluté vozidlo s houkačkou a majáčkem. Oficiálně se jmenují zdravotnická záchranná služba (ZZS) a jsou v přenesené působnosti provozované státem, respektive krajskými úřady a hlavním městem Prahou. V daném regionu zabezpečují přednemocniční neodkladnou péči. To znamená ošetření akutních případů přímo na místě úrazu nebo náhlého zdravotního selhání a dále v průběhu transportu k dalšímu odbornému ošetření do zdravotnického zařízení. Předmětem našeho zájmu dnes bude druhý typ sanitky, který se oficiálně nazývá dopravní zdravotní služba (DZS) nebo také doprava raněných, nemocných a rodiček (DRNR). DZD můžete spatřit v různém barevném provedení, ale většinou je bílá. Provozují ji soukromé společnosti a majáček ani houkačku zpravidla nepoužívá, ve výjimečných případech ji však může zapnout.

pokračování příště

---

## **STP v ČR, z.s. - okresní organizace**

### **STP v ČR, z.s. - okresní organizace Přerov zastřešuje tři pobočné spolky:**

STP v ČR, z.s. MO Přerov	předsedkyně Eva Divinová	627 členů
STP v ČR, z.s. MO Hranice	předsedkyně Jana Světnická	120 členů
STP v ČR, z.s. MO Střež n. L	předseda Bohuslav Röder	81 členů

### **Akce na rok 2018**

I v roce 2018 zorganizuje i uspořádá OkO Přerov několik akcí pro členy organizace STP v okrese. Jsou to dva pobyty a dva tradiční jednodenní zájezdy. Shodou okolností se dvě pobytové akce uskuteční v lázeňských zařízeních. Ani jeden však není lázeňským pobytem - tzn., není na nich nárok na plnou lázeňskou péči (není na lázeňský poukaz od lékaře)

### **Pobytové akce:**

26. 5. - 2. 6. Turčianské Teplice - pobyt ve spolupráci s MLK -TOURS Frýdek Místek. Hotel Vyšehrad se nachází přímo v lázeňské zóně, v blízkosti říčky Teplica i areálu SPA a Aquaparku.

**Strava:** plná penze formou bufetu švédského stolu (obědy jsou formou polévkového bufetu a u snídaně je i nápojový bufet u večere je k dispozici voda s příchutí). V programu 6 léčebných procedur, v rámci pondělní večere „BÁJEČNÝ TAH NA TURCI“

3 chodové večere s typickým regionálním menu + přípitek Borovička + 1 nápoj (pivo nebo 0,2 l vína), lidová muzika. Možnost fakultativních zájezdů dle místní nabídky a dostatečného počtu zájemců (zálohy bylo nutné zaplatit již do 15. listopadu 2017, doplatek bude vybírán v březnu 2018, cena bude upřesněna; možnost náhradníků)

18. - 24. 8. Bechyně - rekondiční pobyt s částečným příspěvkem MZ, není lázeňským pobytem, ale je nutno dodržovat předepsaný program - cvičení na židlích, cvičení v bazénu. Mimo program je několik procedur. Fakultativně se počítá se shlédnutím divadla s otočným hledištěm v Týně na Vlt., výlet na zámek Červená Lhota, Blata, návštěva minipivovaru Dražic s programem. Dále prohlídka města Bechyně s průvodkyní.

**Strava:** plná penze, výběr 3 menu

(záloha bude 2 000 Kč, bude se vybírat v únoru 2018)

**Rehabilitační plavání:** opětovně celoročně cvičení a plavání v bazénu

**Odborné semináře:** ve spolupráci s rehabilitační lékařkou MUDr. Koudelkovou a psycholožkou Mgr. Halkou Prášilovou PhD.

**Zájezdy:** jarní a vánoční celodenní zájezd do termálních lázní v Győru (Maďarsko), případně dle zájmu (Pasohlávky nebo Dunajská Streda). Změna vyhrazena.

### **Kontakty**

**Telefonní kontakt – 518 217 082, 734 146 691, oostpprerov@centrum.cz**





### **Příprava kandované pomerančové nebo citronové kůry**

**Postup:** z 5-6ti velkých pomerančů získáme kůru, kterou propláchneme, dáme okapanou do hrnce a zalejeme čistou vodou, musí být ponořená a přidáme lžici soli. Po 48 hod. vyluhování propláchneme 2x opět čistou vodou, znovu ponoříme do cca 1 litru vody a přidáme 1 kg cukru krupice. Po dobu 6-7 dnů kůru v cukerném roztoku přivedeme denně do varu a odstavíme. Až je voda s cukrem skoru jako sirup a uvařená do měkka, vyjmeme, pokrájíme na úhledné kousíčky nebo rozmixujeme. Uložíme do sklenic, necháme v lednici a dle potřeby vždy zužitkujeme. Dbáme, aby cukerný roztok byl jako med. Výborné!!!

### **Čokoládové hrudky nepečené**

**Ingredience:** 20 dkg čokolády, 2 lžice smetany, 15 dkg ořechů, 1 lžice kandované pom. kůry,

**Postup:** ve vodní lázni rozpustíme 20 dkg čokolády a 2 lžice smetany ke šlehání. Dobře rozmícháme a do vlažné přimícháme 15 dkg nahrubo nasekaných ořechů, 1 lžici kandované pomer. kůry. Uděláme hrudky na pečící papír pomocí 2 malých lžiček a nahore posypeme jemně mletými ořechy. Necháme ztuhnout a vložíme do papírových košíčků.

### **Vánoční štola**

**Ingredience:** 50 dkg mouky, 30 dkg ml. cukru, 25 dkg tvarohu, 2 vejce, prášek do pečiva, 25 dkg změkčeho tuku (i na půl se sádlem), 2 lžice rumu, trochu soli - zpracujeme. Přidáme 15 dkg hrozinek, 15 dkg pomer. kand. kůry, 15-20 dkg ořechů, vanilkový cukr.



**Postup:** Vše dobře společně zpracujeme a vytvoříme válec, který na povrchu pomastíme máslem. Dáme na pečící papír a pečeme 1 hodinu při 180 st. C. Během pečení potíráme máslem aspoň 2x. Hotovou štolu dobře pocukrujeme. Dají se z této dávky vytvořit i 2 menší.

### **Mikulášské perníčky**

**Ingredience:** 1/2 kg hladké mouky, 1/4 kg mletého cukru, 10 dkg másla, 3 lžice tekutého medu, 2 vejce, 1 lžička jedlé sody, 1 lžička ml. skořice, 2 lžice kakaa, pomer. nebo citr. kůra.



**Postup:** Zpracujeme, necháme přes noc odpočinout a druhý den vykrajujeme různé tvary a poléváme čokoládovou polevou. Zdobíme bílou citr. polevou nebo sypeme kokosem, oříšky, cukrovou drť, lentilkami apod.

**DOBROU CHUŤ**

---

## Stránka humoru pro zasmání



Když jsem byl malý, bál jsem se tmy. Dnes, když vidím účet za elektřinu, bojím se světla.

V okně činžáku se objevila výrazná cedule: „Prodám saxofon.“ Druhý den se objevily nápisy na všech oknech okolo: „Sláva!“

V noci, po 44 letech manželství žena cítí, jak ji manžel hladí tak, jak to už dlouhá léta neudělal. Začal hladit její vlasy, pak sjel dolů podél páteře ke kříži. Pak přišla na řadu ramena, pak krk, prsa a zastavil se na břicho. Pak jeho ruka pokračovala na vnitřní straně levé paže, dotýkala se kyčle a pak se spustila kolem hýždí a okolo levé nohy až po lýtko. Následně odcestovala zpět na stehno a zastavila se okolo pasu. Pak muž udělal to samé na druhé straně, a aniž by řekl jediné slovo, zapnul televizi. Jelikož všechno toto laskání dělalo manželce dobře, tak se ho láskyplně zeptala: „Zlato, bylo to nádherné, proč jsi přestal?“ On zamumlal: „Našel jsem ovladač...“

Přijde Čech do banky v Curychu uložit peníze. „Kolik chcete uložit?“ ptá se pokladní. „Tři miliony,“ zašeptá klient. „Nemusíte šeptat, tady ve Švýcarsku není bída hanbou.“

Náčelník městských policajtů koupil trezor, svolal své podřízené a říká: „Toto je nejbezpečnější trezor u nás. Má osmimístný kód. Jsou to sice samé čtyřky, ale neřeknu vám, v jakém pořadí!“

Vánoce přicházejí! Do večera 24. 12. trvá období „nežerte to!“. Pak bude následovat období „vy to vůbec nežerete!“

Děda uvažuje před návštěvou zubaře: „Když nezaplátím, nebudu mít čím kousat. Když zaplátím, nebudu mít co kousat...“

Děkan na jisté české univerzitě se ptá při přijímačkách: „Pane studente, proč jste si vybral studium právě na naší škole?“ „Ale tatí, přestaň s těmi blbými otázkami!“



## blahopřejeme k narozeninám

### Říjen

Adámková Emilie  
Bezděčková Miluše  
Brančíková Marie  
Doleželová Ludmila  
Dosoudil Petr  
Dostál František  
Dostálová Vlasta  
Feyřlíková Zdenka  
Gregovská Jana  
Hájková Ivona  
Haluzíková Věra  
Hošťálková Ludmila  
Hrabětová Magdalena  
Hradová Irena  
Hrubičková Oldřiška  
Hučinová Marie  
Hurtová Marie  
Jeřábková Tatiana  
Kolaříková Božena  
Kolava František  
Komárková Jindřiška  
Koutná Anna  
Kretková Božena  
Kroupová Vlasta  
Kubanová Věra  
Macháčková Marta  
Machalová Eva  
Maková Božena  
Michálková Jiřtenka  
Muchová Jana  
Müllerová Libuše  
Novák Miroslav  
Opravišová Jarmila  
Orságová Jindřiška  
Pospíšil Jan  
Pospíšilíková Zdeňka  
Rabinová Ludmila  
Skopalík Vojtěch  
Skopalíková Vlasta  
Skřeček Karel  
Skřípcová Ludmila  
Sládečková Stanislava  
Svozilová Jaroslava  
Terbanová Vladimíra  
Tomčík František  
Vaňková Alena  
Veselý Břetislav  
Vitoulová Hana  
Zapletal Petr  
Zapletalová Libuše  
Zdráhalová Eliška

### Listopad

Baranová Květoslava  
Bartošková Vlasta  
Bařinová Emilie  
Boháčová Alena  
Buličková Božena  
Dašková Marta  
Duvač Anton  
Fleissigová Růžena  
Gajdoš Milan  
Hanáková Anna  
Holaňa Ladislav  
Houžvová Marie  
Jančová Věra  
John Karel  
Kelnarová Marie  
Kovářová Věra  
Krausová Božena  
Krejčí Tařana  
Křístková Alena  
Kundlová Naděžda  
Kvašňáková Alžběta  
Láhnerová Anna  
Matýsková Helena  
Mikulášková Jarmila  
Motal Vladimír  
Neoralová Ludmila  
Nováková Alena  
Onderková Blažena  
Popová Libuše  
Přikrylová Danuše  
Rezek František  
Ryřavá Klára  
Řezníčková Magdalena  
Sikora Jan  
Slaná Anežka  
Sojková Jiřina  
Svozilová Stanislava  
Szabóová Mirjam  
Šenková Olga  
Šikulová Ladislava  
Turek Antonín  
Veselá Miroslava  
Vyňuchal Jan  
Zámečníková Marie  
Zlámalová Marie  
Zouhar Radmil

### Prosinec

Baranová Libuše  
Bednářová Františka  
Bezdek Antonín  
Bittnerová Marta  
Brožková Vlastimila  
Dvořák Jaroslav  
Havelková Věra  
Honová Marie  
Jankřlová Zdenka  
Kocáková Oldřiška  
Komanová Mária  
Kopčilová Vlasta  
Králíková Jitka  
Kratochvíla Bedřich  
Kratochvílová Jana  
Křaváková Jana  
Křížková Marie  
Kučerová Jana  
Kundl Vladimír  
Macková Anna  
Mazurová Eva  
Michálek Josef  
Mikulenková Marie  
Ostrčil Jiří  
Padalíková Danuše  
Pavličková Dagmar  
Pavlíková Marta  
Pěčková Olga  
Pojslová Jiřina  
Pösingerová Jaroslava  
Prusková Zdeňka  
Přeslička František  
Rypalová Milada  
Srbecká Květoslava  
Stoklásková Marie  
Střelec Julius  
Stříbrná Marie  
Svobodová Alena  
Špundová Jarmila  
Šřastná Eva  
Šustrová Stanislava  
Tomčík Josef  
Václavíčková Jitka  
Václavíková Zdislava  
Válková Jarmila  
Vidlička Jiří  
Výmolová Zdeňka  
Vyňuchal Ladislav  
Vyplelová Marie  
Zajicová Věra  
Zdráhal Pavel  
Zlámalová Věra



## PF 2018



*Vážené členky, vážení členové,*

*předsedkyně organizace paní Eva Divinová a členové výboru Svazu tělesně postižených v Přerově Vám z celého srdce přejí příjemné prožití svátků vánočních, hodně zdraví, štěstí a úspěšný nový rok 2018.*