**Z P R A V O D A J**

FIT-ILCO Praha, z.s.

Polská 1664/15, 120 00 Praha 2

2/2023

**Sídlo kanceláře:** Polská 1664/15, 120 00 Praha 2 – zvonek České ILCO/FIT-ILCO

**Telefonní kontakt:** 601 324 100 nebo 777 431 953

**Spojení:**Tram.č.11,13 – stanice Jiřího z Poděbrad, metro trasa A – stanice Jiřího z Poděbrad **je do října 2023 uzavřena** z důvodu rekonstrukce

Vážení přátelé,

doufám jste si všichni užili hezké dovolené nebo pobyty na chatách a chalupách. Léto, zdá se ještě nekončí a bude tedy ještě příležitost uspořádat vycházky a výlety do přírody.

**CAFE THERAPY**

Jako vždy alespoň jedenkrát měsíčně se sejdeme v CAFE THERAPY ve Školské ulici č.30, Praha 1 – spojení tramvajemi č.3,5,6,9 a 14, zastávka Vodičkova, vždy od 15,30 hod. Setkávání je naplánováno na každé první úterý v měsíci ( 5.9., 3.10.,7.11., 5.12., atd.).

Přijďte si popovídat, získat informace a najít si nové přátele, kteří jsou na stejné lodi a rádi váspodpoří a podělí se o své zkušenosti.

**CO NÁS ČEKÁ :**

**5.10. Vycházka do Divoké Šárky –** sraz zájemců a účastníků bude na stanici tram.20 a 265 Divoká Šárka ve 14hodin. Mobil pana Hazuky, průvodce je 775 340 082

**12.10.2023 ČLENSKÁ SCHŮZE - od 14.30 hod.**  jako vždy v sále Domova SueRyder (Michelský dvůr). **Spojení bus č. 124, 139, 150 z Kačerova, zastávka Michelská,** tramvaj č. 11 a 14, zastávka Michelská. K areálu domova s pečovatelskou službou je to 5 min. chůze.

**Program:**

* 14.15 hod. Registrace účastníků
* 14.30 hod. Uvítání
* 15.00 hod. Přednáška – Mgr. Šárka Slavíková ( Amelie z.s.)

Připravte si dotazy – lázeňská péče, příspěvky, soc.péče, ………….

* 16.00hod. Závěr
* 16.10hod. Diskuze, volný program

**16.10.2023 bude v INFOCENTRU Českého Ilca v Polské ulici 1664/15-1.**patro

**Den otevřených dveřích od 13.hodin.** Zájemce zazvoní na zvonek Českého Ilca a po ohlášení, zatlačí silně na vstupní domovní dveře, aby se otevřely.

**9.12.2023 Vánoční členská schůze :**

Jako vždy v sále Domova SueRyder (Michelský dvůr). **Spojení bus č. 124,139, 150 z Kačerova, zastávka Michelská,** tramvaj č.11 a 14 zastávka Michelská. K areálu domova s pečovatelskou službou je to 5 min. chůze.

**Program :**

* 13.30hod. Registrace
* 13.50hod. Uvítání
* 14.00 hod.Vystoupení - je v této chvíli velkým tajemstvím, ale těšme se!
* 15.00 hod. Maškarní průvod masek
* 15.30 hod. Tombola (cena lístku 25,- Kč, připravte si prosím drobné)
* 16.00 hod. Vyhodnocení soutěže
* 16.30hod. Poděkování aktivním členům, nečlenům a sponzorům
* 17.00 hod. Večeře, diskuze, volná zábava, závěr

Pro letošní rok je vyhlášena soutěž o co nejoriginálnější model ve stylu **„Filmová postava “**. Nejlepší tři masky budou odměněny.

**Vstupné na toto zábavné představení:**

Pro členy FIT – ILCO Praha, z.s., kteří mají zaplacen členský příspěvek za rok 2023, je **vstupné 150,- Kč**. Členové, kteří nemají uhrazen poplatek, a ostatní zaplatí **200,- Kč**. Večeře (řízek, brambory + malé pití) je pro členy FIT – ILCO Praha, z.s., kteří mají zaplacen členský příspěvek za rok 2023 zdarma. Členové, kteří nemají uhrazen členský příspěvek a hosté zaplatí **200,- Kč**.

**CO SE UDÁLO :**

**8.5.2023** jsme ve Zbuzanech a Ořechu prožili **Memoriál Mileny Švestkové**

**23.5.2023** jsme **na lodi, plující Prahou oslavili 30.let FIT-ILCA** Jsme rádi, že tak dlouho již pomáháme sobě navzájem i ostatním lidem, kteří se setkali s nemocí, kterou bylo nutno řešit stomií. Našimi členy jsou pacienti středního a vyššího věku a naše aktivity jsou k tomu přizpůsobené. Jako oslavu 30 let spolku jsme uspořádali výlet parníkem po Vltavě s pohoštěním a muzikou. Počasí  bylo ukázkové, pohledy a snímky z horní paluby parníku, na sluncem ozářenou Prahu byly báječné. V programu jsme poděkovali současným a minulým vedoucím klubu, vzpomněli jsme na kamarády, kteří nás již opustili. Pozdravit nás  přijela předsedkyně ČESK0HO ILCO Štěpánka Kovaříková. Užili jsme si krásné odpoledne s dobrým jídlem i skleničkou, zazpívali jsme si s harmonikářem. Dobrá nálada nás neopustila ani při skončení plavby. Děkujeme předsedkyni a výboru za uspořádání takové oslavy. Rádi budeme vzpomínat.

**31.6.2023** pan Hazuka provedl stomiky **Průhonickým parkem**

**26.8.-2.9.2023** jsme byli na **rekondičním pobytu na Šumavě v Zelené Lhotě-** již potřetí v  rodinném penzionu Zach. Zvládli jsme v Dešenicích návštěvu v Zemance, hospůdce, kam nás pozval B.Braun na oběd a potom po večeři u Zachů byla přednáška paní Olgy Panenkové a kolegyň o nových pomůckách. Dali jsme túry Špičák, Pancíř a z nich Černé a Čertovo jezero a Železnou Rudu-Alžbětín a Klatovy i návštěvu hradu Švihov. Všechny akce se vydařily někdy navzdory deštivému počasí. Hlavně, že jsme byli spolu a mohli se spolu bavit a sportovat.

**ČLENSKÉ POPLATKY ZA ROK 2023**

Výše poplatku pro zájemce o členství v letošním roce činí 300 Kč a zůstává na stejné úrovni jako v minulých letech. Uvědomujeme si obtížnou ekonomickou situaci a z tohoto důvodu nechceme našim členům tento poplatek navyšovat.

Pokud nebude členský příspěvek zaplacen do 15.12. běžného roku, budeme mít zato, že nechcete být nadále členem spolku FIT – ILCO Praha, z. s.,a budete vyškrtnuti ze spolku.

**V kanceláři jsou k dispozici EUROKLÍČE, stomické průkazy– kdo má zájem kontaktujte mne na tel. 723 764 176 Katka.**

**Nadále probíhají tyto soutěže - své příspěvky zasílejte na:**

**„ My básnické střevo máme, s osudem se vyrovnáme“** email: [basnickestrevo@gmail.com](mailto:basnickestrevo@gmail.com)

**„Fotografie lavičky s logem České Ilco“** email:[ceskeilco@centrum.cz](mailto:ceskeilco@centrum.cz), předmět **Lavička, PytlíkArt – odkaz na** [**www.pytlikart.cz**](http://www.pytlikart.cz/)

**---------------------------------------------------------------------------------------------------------**

**STOMICKÉ PORADNY :**

**BBRAUN** – poradna na poliklinice Budějovická, Praha 4, tel. 778 455 871,

770 102 821pí.Charvátová

**BBRAUN Bulovka** - Urostomici , tel. 734 417 700 (objednání)

**ConvaTec** - poradna na Barrandově, tel. 770 188 189

**!!!!!!!!!!!!! DO VŠECH PORADEN JE NUTNÉ SE PŘEDEM OBJEDNAT !!!!!!!!!!**

**Kontakty :**

[www.stomici-praha.cz](http://www.stomici-praha.wz.cz/), [www.facebook.com.ceskeilco](http://www.facebook.com.ceskeilco/) (oficiální portál o dění ve spolcích a novinkách v oblasti stomie), email: [fitilco@seznam.cz](mailto:fitilco@seznam.cz),

**Bankovní spojení: 1939312319/0800**

Předsedkyně: Kateřina Janikovičová723 764 176, místopředsedkyně: Ing. Olga Voříšková 734 380 093, Libuše Logojdová 603 570 670, jednatelka: Jitka Srpová 732 521773, pokladní: Květa Nespěšná 777 875 324