



SPCCH

ROK

2016



Nymburk

Lysá nad Labem



Poděbrady



Středočeský kraj



Jmenný seznam členů OO SPCCH Nymburk

| | | |
|---|---|----------------------------|
| Navrátilová Hana Předsedkyně | Tyršova 1581/39 288 00 Nymburk | 325 532 494 723 506 802 |
| Nováčková Miloslava Místopředsedkyně | Hradební 185 288 00 Nymburk | 737 652 704 |
| Radová Věnceslava Hospodářka | Lesní 265 288 02 Krchleby | 731 064 531 |
| Novotná Olga Zapisovatelka | J. Gagarina 1901 288 00 Nymburk | 724 304 091 |
| Vomáčko Ladislav Člen | Příčná 60/V 290 01 Poděbrady | 602 781 700 |
| RSDr. Šmídová Jaromíra Členka | Měník 17 503 64 Měník | 728 826 509 |
| Miškovská Hana Členka | Na Zemské Stezce 330/5 289 22 Lysá nad Labem | 325 561 514 732 478 922 |
| <u>Kontrolní komise:</u> | | |
| Tošenovská Zdenka Předsedkyně | Puškinova 1122/III 290 01 Poděbrady | 739 085 636 |
| Kilbergerová Zdenka Členka | Skupova 1347 289 22 Lysá nad Labem | 777 551 319 325 551 317 |
| Čechová Hana Členka | Brigádnická 1817 288 00 Nymburk | 323 959 959 |



PLÁN ČINNOSTI

Okresní organizace SPCCH v ČR a.s. Nymburk na rok 2016.

- Výbor okresní organizace se bude scházet podle potřeby a zadání úkolů z Centra služeb
Zodpovídá předseda a místopředseda
- Zabezpečuje program akcí podle doporučení Centra služeb
Zodpovídá výbor a garanti
- Zodpovědně bude vybírat místa pro pořádání rekondičních pobytů, s ohledem na ekonomickou situaci účastníků, v souladu se zdravotním postižením
Zodpovídá výbor a garanti
- Vypracuje projekty na Granty SKV z Fondu hejtmána, KUL a HUF, pro příspěvek na akce členů OO
Zodpovídá předseda
- Podle zájmu členů ZO zabezpečí ozdravné pobyty a pobyt u slovenských sousedů
Zodpovídá výbor a garanti
- V případě příspěvku na činnost od krajského úřadu, uskuteční akci s odborným kurzem k dané problematice
Zodpovídá výbor a garanti
- Na konci roku svolá členy výboru všech tří základních organizací a okresního výboru ke vzájemné besedě a předání zkušeností
Zodpovídá předseda a místopředseda
- Výsledky činnosti okresní organizace bude propagovat ve sdělovacích prostředcích, rozhlasu a ostatních médiích, včetně zveřejnění foto
Zodpovídá pí Navrátilova a p. Vomáčko
- V týdnu SPCCH v ČR /říjen 2016/ bude aktivovat činnost ZO a OO k větší propagaci, s cílem rozšíření členské základny
Zodpovídá výbor a kontrolní komise
- Bude aktivně reagovat na vyhlášené dotační akce během podávání žádosti
Zodpovídá výbor
- Povedeme dokumentaci akcí roku 2016 v katalogu
Zodpovídá předsedkyně a zapisovatelka
- Okresní organizace bude průběžně dbát na hospodárné využívání peněžních prostředků
Zodpovídá hospodárka a kontrolní komise
- Kontrolní komise zabezpečí školení o správném hospodaření a jeho evidenci pro členy kontrolní komise a hospodáře všech tří základních organizací
Zodpovídá předseda kontrolní komise
- Na konci roku 2016 zkontroluje hospodaření se státními a sponzorskými příspěvky za uplynulý rok
Zodpovídá kontrolní komise
- Uskuteční jednodenní výlet pro funkcionáře okresní organizace a ZO okresu
Zodpovídají pí H.Čechová,Šmídová, Miškovská a p. Vomáčko
- Plán činnosti bude průběžně kontrolován na jednáních okresní organizace, případně doplňován o vhodné aktivity.

Plán činnosti byl sestaven a odsouhlasen všemi přítomnými členy okresního výboru a kontrolní komise dne 11.ledna 2016.

SOBOTA 5. BŘEZNA / NEDELE 6. BŘEZNA 2016 - ČÍSLO 95

NYMBURSKÝ deník

*Přádali jsme
Středočeský kraj
i město Nymburk*



*Díky městu jsme
zpoměli
Karla IV.*

Už zase odstartovali

Jen krátce po skončení roku 2015 se sešel výbor Okresní organizace SPCCH v ČR, z.s. Nymburk, aby uzavřel účet svého plánu práce. Nejen že se mu podařilo realizovat všechny plánované akce, ale uskutetnil ještě řadu dalších, na které použil i peněžní dotace z Fondu hejtmána a z Humanitárního fondu Středočeského kraje. Připočteme-li k počtu účastníků rekondičních a ozdravných pobytů i ty, kteří navštévovali různé kurzy, dostaneme se k počtu 236 lidí. A to je již číslo, se kterým organizátoři mohou být spokojeni.

Zimní období bývá dobou klidu a odpočinku. To ale pro sedmičlenný výbor okresní organizace neplatí. Již v lednu vypracovali a schválili plán činnosti na rok 2016 a sestavili projekty do fondů vy-

hlášených Středočeským krajským výborem.

Protože v letošním roce poutá pozornost veřejnosti 700 let výročí narození Karla IV., rozhodl se výbor uspořádat pro členy jednodenní zájezd do Špindlerova Mlýna na prohlídku Ledária, kde si prohlédnou ledové sochy Karla IV. a jeho čtyř manželek.

V pobytových plánech nečeká výbor až na léto, ale už na duben připravil ozdravný a léčebný pobyt pro 77 účastníků do lázní Píešťany. V týdenním pobytu využijí plavání v bazénu i léčebné procedury, poznají nejen lázeňské město, ale při výletech i jeho okolí. A že je na co se u našich sousedů podívat, to jistě každý zná. O své prožitky z obou akcí povíme čtenářům zase příště. Další rok jsme odstartovali naplno.

Hana Navrátilová

ZA PŘÍSPĚNÍ FONDU HEJTMANA A
HUMANITÁRNÍHO FONDU KRAJE

Ledové sochy Karla IV. a jeho manželek najdete v ledáriu ve Špindlerově Mlýně

Návštěvníky Špindlerova Mlýna čeká zajímavá atrakce - pokud budou chtít, mohou se novou lanovkou nechat vyvézt k unikátnímu ledáriu, ve kterém uvidí sochy z ledu. Hala s ledovými sochami vyrostla nedaleko horní stanice šestisedačkové lanovky na Pláně.

Ledárium je od horní stanice lanovky opravdu pár kroků, takže jeho návštěvu zvládne každý.

Návštěvníci, kteří míří k obřimú stanu poprvé, moc neví, co uvnitř přesně čekat.



Seznam účastníků do Krkonoš

ZO Nymburk

1. Čihulová Zdena
2. Bidziliová Jaroslava
3. Nováková Oldřiška
4. Novotná Eva
5. Mičová Marie
6. Malá Jaroslava
7. Nastoupilová Anna
8. Čechová Hana
9. Šupíková Marta
10. Šitavancová Hana
11. Veselá Ludmila
12. Nováková Věra
13. Řepíková Ludmila
14. Trejbalová Alena
15. Navrátilová Hana
16. Nováčková Miloslava
17. Radová Věnceslava
18. Miškovská Hana
19. Neprašová Helena MUDr

ZO Lysá n/L

20. Hladká Marie
21. Pour Václav
22. Pourová Eva
23. Kilbergerová Zdena

ZO Poděbrady

24. Kloudová Dana
25. Šťastná Jana
26. Pletková M
27. Ing Král Bohumil
28. Černá Julie
29. Pacáková Jiřina
30. Ing Vidová Vlasta
31. Pospíšilová Jana
32. Bujková Marie
33. Šmídová Jarmila
34. Trojanová Věra
35. Hercíková Marie
36. Konečná M
37. Mrázová Jaroslava
38. Kodešová Marie
39. Šubrtová Petra
40. Šubrt Jan
41. Vít Eduard
42. Hubáčková Helena
43. Ditrichová Eva





Špindlerovské LEDÁRIUM

TÉMA - 700 let výročí narození Karla IV.



*Špindlerovo mlýn
a vrchlabí
byla místa
našeho
prvního zájezdu.*



*Bral se den
4. března*



Ve Špindlerově Mlýně vyrostlo ledové království!



**KRKONOŠE MUSEUM IN VRCHLABÍ -
FOUR HISTORIC HOUSES**



To byl jen
začátek...

NYMBURSKÝ

deník

PONDĚLÍ 2. KVĚTNA 2016 - ČÍSLO 102

Za sluncem a sněhem



Zatím co s v naší nadmořské výšce se zima projevuje jen chladem, zataženou oblohou a deštěm, podařilo se 44 členům Okresní organizace Svazu postižených civilizačními chorobami v Nymburce strávit alespoň jeden den na slunci a sněhu.

Vyjeli si do Špindlerova Mlýna, kde na Píáních umělci zpodobnili tzv. LEDÁRIUM, jakousi polokouli, ve které na trůně seděl Karel IV, a kolem něho jeho čtyři manželky a andělé. Bylo to v záři slunce velice působivé, krásně umělecky ztvárněné a zpfistupněné všem věkovým kategoriím, protože v jeho blízkosti končila nová šestimístná lanovka.

Po krásném dopoledni se účastníci přesunuli do Vrchlabí, které má co ukázat v každém ročním období. V závěru odpoledne nechybělo ani společné posezení. Co říci závěrem? Že ti, kteří Ledárium vymysleli a do ledových kvádrů vytesali, připravili pro návštěvníky krásný zimní zážitek.

Hana Navrátilová



LEDÁRIUM na téma Karel IV. na Píáních ve Špindlerově mlýně (fotografie nahoře), které navštívili členové Okresní organizace Svazu postižených civilizačními chorobami (fotografie dole). Foto: Archa Hany Navrátilové

Pražský hrad – Karel IV.



Přjezd Karla IV. na nádvoří Pražského hradu.

První dubnovou nedělí zaplavily stovky lidí z celé naší vlasti Pražský hrad. Ten den byl věnován zahájení letní sezony na tomto našem největším hradu.

Tuto slavnost si nenechalo ujít ani 45 členů Okresní organizace Svazu památkových civilizačních klubů v Nymburce. Stačí spolu s dalšími návštěvníky zhlédnout na nádvoří

hradu přjezd Karla IV. s jeho čtyřmi ženami a celým dvorním doprovodem. Celý ceremoniál ještě zvýraznilo slunné počasí. řada v průběhu roku nepřístupných míst a to zdarma, i mnoho jiných atrakcí. I když z hradních teras byl výhled na Prahu po ránu v mírném oparu, rozhodně stálo za to vidět naše hlavní město jako na dlaní.

Ti, kdo vydrželi až do odpoledne, a náš zájezd mezi ně patřil, zhlédli královský průvod ještě jednou. Ten se opakoval pro ty, kteří ho ráno nestihli. Celá akce působila důstojně, což si tento náš veličán a celý areál hradu zasloužil.

Hana Nevrtilová

Tisíciletá historie místa, v němž se tvořily dějiny české státnosti.



Druhým zájezdem za Karlem IV. byl Pražský hrad



ta kradě bylo
po celý den
na co se
dívat. -
S porodem
Karla IV.
a družiny
na nás
dýkla
minulost.



Nymburský radnice občanům zpravodaj

červenec/srpen
2016

www.mesto-nymburk.cz

Připomněli jsme si Karla IV.



Foto: Miroslav Zlámal

Na začátku všeho byla žádost členů výboru Okresní organizace Svazu postižených civilizačními chorobami v Nymburce o příspěvek na vzpomínkové akce jednoho z našich historických velikánů – Karla IV.

Žádost se setkala s pochopením a díky příspěvku ve výši 11 000 korun si mohli naši členové vyjet do Špindlerova mlýna a v Ledáriu prohlédnout unikátní expozici ledového sosoři Karla IV. a jeho čtyř manželek.

Také druhá akce okresní organizace na Pražský hrad se setkala s nemenším zájmem než ta první. V den zahájení letní sezóny zde uvítalo 45 členů naší organizace průvod významného panovníka české historie. V doprovodu královské družiny, ve které nechyběly čtyři Karlovy manželky, jel majestátní

panovník v dobovém oděvu na koni. Nemenším zážitkem byly prohlídky sálů Pražského hradu, Zlaté uličky a řada vystoupení zaměřených na oslavu výročí.

Ráčí se „Do třetice všeho dobrého.“ A tou poslední akcí i díky peněžnímu příspěvku byla na začátku měsíce června návštěva hradů Žebrák a Točnick. Žebrák byl založen v druhé polovině 13. století jako majetek českých králů. Za Karla IV. se uskutečnila velká přestavba a rozšíření, ve kterém pokračoval jeho syn Václav. Ten tu často pobýval. Po požáru v roce 1395 postavil na protějším kopci hrad Točnick.

Výbor okresní organizace plánuje pro své členy ještě další kulturní zážitky, které rukou oslav Karla IV. přimáží.

Hana Navrátilová
předsedkyně Okresní organizace
SPCCH v ČR, z. s. Nymburk





Hotel
HARMONIA

PIESTANY SLOVAKIA



Piešťany - Slovakia



*Do Piešťan
jsme odjeli 16. dubna
na ozdravný pobyt*

deník

www.muzeumn-sk



trenčiansky hrad

Malý okruh

Datum a čas: 18.04.2016 13:59:11

Cena: 3,5 EUR

Počet osob: 1

Děchodci: 1 x 3,5 EUR

Šest krásných dnů

Zamračená obloha a 8°C tepla. Tak opouštěly dva autobusy naši republiku, aby jen několik desítek kilometrů za hranicemi je uvítala modrá obloha plná slunce. Tak došlo v poledních hodinách v druhé polovině dubna 76 účastníků léčebné ozdravného pobytu do hotelu Harmonia v Piešťanech.

Prožili zde 6 dnů a nedá se vůbec říci, že by rozdělení republiky na dva státy vzájemné vztahy lidí nějak narušila. Cítili jsme se tu jako doma.

Všichni využili léčebných procedur přímo v hotelu, které byly součástí pobytu, možnost půjčení kol k projíždkám podél kanálu řeky Váhu a pohodlným procházkám po cyklostezce.

Zajímavá byla procházka s průvodcem po lázeňském parku s hotely a lázeňskými domy.

Výhodou pobytu byla

přítomnost obou řidičů s autobusy, kteří nás nejen dovezli, ale i přemísťovali po místech, které členky výboru Okresní organizace SPCCCH v ČR, z.s. Nymburk sjednaly.

První výlet byl na prohlídku města Trenčína a polovina účastníků doslova vyšlapala nejen na hrad, ale zdolala i 92 schodů až do hradní věže. Celý areál hradu byl rozlehlou nedobytnou tvrzí.

Opakem byla návštěva pohádkového hradu Bojnice. Zde nás sice autobusy dovezly až téměř k hradu, ale těch schodů do věže nebylo o nic méně než v Trenčíně. Jeho interiér i exteriér je skutečně krásný a nelze se proto divit, že ho můžeme vidět v řadě filmových pohádek. Přes velký počet schodů do věže jsme se nevzdali sestupu do sklepení a k prameni zámecké studny.



Foto: Anča Hany Navrátilová

V Kočárisku je Štefánikův rodný dům i nedaleká mohyla, kterou jsme pracně zdolali a odkud byl krásný pohled do okolí.

Abychom plně využili i den návratu domů, zastavili jsme se ještě na zámku Lednice. Pěkný rozlehlý

park s desítkami různých dřevin, kterému naproti zámku vévodí bílá věž minaretu, obíhá rameno řeky Dyje. Na dvou lodích jsme jeho část projeli a tak se rozloučili s šestidenními zážitky z kultury, historie, procházek přírodou, léčením

i rekreace, abychom se vrátili zpět domů.

Tato zatím třetí akce letošního roku potvrdila, že členky okresního výboru připravují zajímavé akce, při kterých jim přeje i pěkné počasí.

Hana Navrátilová

*Piešťany
nás uvítaly
krásným
jarním
počasím,
které nám
zprůjemnilo
pobyt,
rehabilitaci
i odpočinek*

ck
se
ch
sp
le
ve

ch
vý
či
m
ut
sc
le

g
tk
ta
se
oi
m
V
ve
lo



Ani kdy jsme
nezapomněli
na akci
"Nachodíme civilky"



- a za týden
jeme nachodili
1.112 km

Akci jsme
propagovali
oni i uvnitř
hotelu





SLOVENSKÉ NÁRODNÉ MUZEUM
MUZEUM BOJNICE



Múzeum Slovenských národných bojov
Museum of the Slovak National Uprising



Expozícia M. Štefánika / M. Štefánik - Hlavná expozícia



VITAJTE V SLOVENSKOM NÁRODNOM MÚZEU

Milana Štefánika

*Cieľom výletu
byl rámek
Bojnice
i rodný dom
a pamätník
Milana
Štefánika*



Zámek Lednice na Moravě



NÁRODNÍ PAMÁTKOVÝ ÚSTAV, ZÁMEK LEDNICE
VI 44 Lednice na Moravě • Tel: +420 59 546 036 Fax: +420 59 546 037



Lednice zámek

Zámek Lednice, letní sídlo v anglickém novogotickém stylu, je díky slavným řezbářským dílům v reprezentativních sálech dokladem té nejlepší řemeslné dovednosti a vytříbenosti vkusu jedné z nejbohatších knížecích rodin – Liechtensteinů. K vidění jsou soukromé apartmány členů rodu z konce 19. století i pokoje mladých princů a princezen. K zámku, zasazenému do rámce francouzské zahrady, přiléhá unikátní palmový skleník. V areálu parku tvoří dominantu vyhlídková věž – minaret.

*Při návratu domů
jsme se zastavili
v Lednici.*

*Prohlédli si nejen interiéry,
ale projeli se i na lodičkách!*



2018.04.22

Hotel Sadek



Delcy





od 25.6. - 2.7.2016
byl hotel domovem
20 diabetiků
a 13 respiriků



Propagovali
jsme
i naši
činnost

Prošli jsme se Českým lesem...



Letošní první rekondiční pobyt jsme uskutečnili netradičně na jihu naší republiky. Hotel Sádek v obci Díly se stal na týden domovem pro 20 diabetiků a 13 respiriků. Příznivé počasí nám umožnilo plně využívat krásné přírody s čistým vzduchem na každodenních procházkách, které jsme

podnikali v rámci akce „Rozhodíme civilky.“

Hlavní náplní pobytové akce byla nejen ranní rozvíčka, ale i pravidelná cvičení na židlích a karimatkách. A i při nich jsme využívali vhodné venkovní prostředí.

Český les včetně jeho nejvyšší hory Čerchov jsme

prochodili křížem krážem. Kraj spisovatele Jindřicha Šimona Baara, Jana Sladkého Koziny, hudebního skladatele Jindřicha Jindřicha i kolébka dudáků upoutal plně naši pozornost. Po večerech jsme na terase hotelu hovořili o celodenních zážitcích, posílovali naši paměť v soutěži a uvítali celo-



*ha vyléte jsme
si připomněli
modelky
J.Š. Baara-
Jindř. Jindřicha
i Jana
Sladkého
Kozinu*

republikové známého dudáka a zakladatele kapely dnes již 85 letého Antonína Konrádyho s jeho dcerou. Zahráli a zapívali, podělili se s námi o hezké zážitky ze života i cest po světě s dudáckou kapelou.

V Klenčí pod Čerchovem jsme si prohlédli expozici přírody i domu Jindřicha Šimona Baara, v Domažlicích,

kteří jsou doslova jen pár kroků od Dílů, muzeum, z rozhledny na Čerchově se pokochali pohledem na okolní krajinu i na přehraničí s Německem, nakrmili kapry v rybníku Babylon, zastavili se u pomníku J. Š. Baara a J. S. Koziny.

O krásě přírody tohoto jihu naší republiky by se toho dalo napsat hodně. Je

třeba jen dodat, že jsme ke zlepšení zdraví účastníků využili všechny volný čas a cestou domů ještě navštívili zámek v Chudenicích, kde jsme si připomněli, co všechno Karel IV. v souvislosti s pobytem na těchto místech pro svou dobu znamenal.

Hana Navrátilová



ČESKÝ LES



Historie a pamětihodnosti města



Domažlice



ka týdenním
rekordním pobytu
jeme nachoditi
dalších 650 km
s tolemi i v tričkách



KONRÁDYHO DUDÁČKÁ MUZIKA
Z DOMAŽLIC



 **Dům přírody**
ČESKÉHO LESA
v Klenci pod Čerchovem

... Českým lesem prochází evropské labsko-dunajské rozvodí a že dešťové kapky dopadající na jeden dům v osadě Závist odtékají z jedné strany do Černého a z druhé strany do Severního moře?

... v Českém lese žije silná populace bobra evropského, který je výborným architektem krajiny a který úspěšně obnovuje zaniklé vodní nádrže?

PŘIJDTE HVYJTU!

Brána do Českého lesa

... byl Český les významnou sklářskou oblastí a že velké množství zdejšího dřeva bylo v minulosti cileně spalováno za účelem získávání popela pro výrobu potaše používané právě na výrobu skla?



Jindřich S. Paar.
Kryez - spisovatel: Život - tvorba

Narodil se 7. února 1869 v Klenci pod Čerchovem v čp. 94 rodičům Jiřímu a Anně. Byl jejich třetím dítětem, ale první dcera zemřela do jednoho roku po narození. Otec zdědil malou zemědělskou usedlost, matka se na ni přivádala. Během společného života, rodiče nějaké pozemky ještě přikoupili, takže rodina nikdy netrpěla nouzí (trávil proto, že matka byla velmi šetrná) a obě jejich děti byly velmi šťastny. Obecnou školu



získal Aloise Jindřicha, přísného učitele Jindřich v Klenci pod Čerchovem v čp. 94 rodičům.



Horšovský Týn





Železná Ruda



Eisensteiner Hütt'n



- lanovka na 'Javor'





*Na výletech
jsme navštívili
i památník
J. S. Baara*

CHUDENICKO

Starý czernínský zámek v Chudenicích



Zámek Lázeň

Vrch Zďár byl od pradávna kulturním místem starých Keltů, Slovanů a později také křesťanů. Prameny pod ním byly považovány za posvátné a léčivé a snad již dávni obyvatelé Chudeniců různých kultur je uctívali.

Bylo jen otázkou času, kdy se místu vyvěřené dostane větší pozornosti. Stalo se tak za majitele chudenickeho panství Františka Josefa hraběte Czernína z Chudenic, který roku 1728 objednal u významného českého barokního architekta Františka Maxmiliána Kaňky, který byl také autorem plánů nového kostela sv. Wolfganga na vrchu Zďár, projekt kapličky. Kaple byla postavena nad pramenistém při jižním úpatí vrchu Zďár a měla jednoduchý čtvercový půdorys uprostřed se studánkou a byla zakryta zvonicovou střechou. Její stavba proběhla od března do října 1728.

Zámek Lázeň



Hotel pod Hořicí



Tyden
o podzim
v
Stumavy

Hotel
s každým
vyžitím
účastníci
rekoná. potyln
kardio a TP





*Prohlédli jsme si
i lesnaté okolí
otce*

Pod Hořicí svítilo slunce



V polovině srpna odjelo 40 členů SPCCCh v ČR, z.s. ze základních organizací Lysá nad Labem, Nymburk a Poděbrady do hotelu Pod Hořicí v Soběšicích na další týdenní rekondiční pobyt. Tentokrát zde o své zdraví, odpočinek i duševní pohodu pečovali kardiáci a tělesně postižení.

V rekonstruovaném hotelu našli nejen pohodlné

a velmi pěkné ubytování, ale hlavně krásný krytý bazén s přehřívanou vodou, který jim byl k dispozici 12 hodin denně. Cvičení v něm prospělo zvláště tělesně postiženým. Jeho rozměry umožnily i rekreační plavání.

Kromě povinného denního programu MUDr. Helena Neprašová realizovala i kurz paměti, který byl velmi

dobře přijat a z jednotlivých zadání obdrželi vždy tři nejlepší čestné uznání a malý dárek. Všichni využívali krásné letní počasí k denním procházkám v přírodě Šumavského podhůří, ve kterém je řada zámků a hradů, ve kterých pobýval i Karel IV., jemuž patří rok 2016 - Veľhartice, Kašperk, ale i hrad a zámek v Janovicích nad Úhlavou a další.

Všem se líbila návštěva města Sušice, kde náměstí s velice pěknou architekturou gotických měšťanských domů a květinovou výzdobou vévodí empírová kašna a není snad návštěvníka Sušice, aby nezavítal do muzea s kdysi světově známou výrobou sírek, ale i betlemem.

Celoodpolední procházka k Boubínskému pralesu, kterému vévodí malé jezír-

ko, zůstane všem zúčastněným ještě dlouho v paměti. Nikomu se nechýlilo z krásné přírody odjet domů. Aby návrat byl příjemnější, zastavili jsme se na prohlídku vodního zámku v Blatné.

Celá doba pobytu se konala i s heslem „Rozchodíme civilizky“, a tak výboru okresní organizace lze připsat další úsele kilometry.

Hana Navrátilová





" Rozchodíme
civilky* -
i to byla kresla
nachezených
970 km

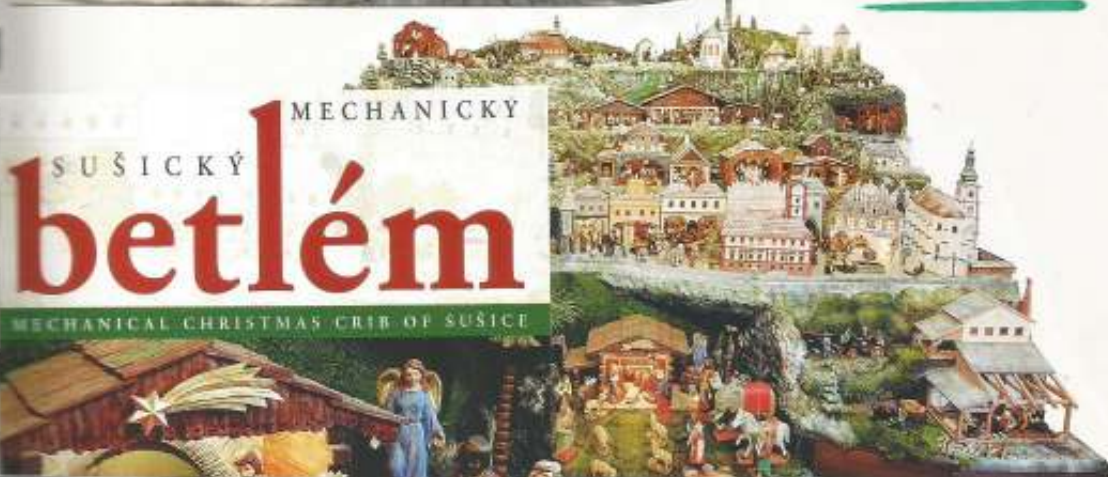




*Malá rozsvícení
před návštěvou
Sušice*



**SUŠICE –
KOLÉBKA
SIRKAŘSTVÍ**



MECHANICKY
SUŠICKÝ
betlém

MECHANICAL CHRISTMAS CRIB OF SUŠICE

Boubínský prales
 Parkoviště u Idiny Pily, výchozí místo naučné stezky "Boubínský prales", Inf.středisko, zpevněná lesní cesta k Boubínskému jezírku 1,2 km, výška 920 m, 1 zastávka naučné stezky.
 Celá stezka cca 4 km, její část (1-5 zastavení)

Zastavení naučné stezky: 1. U Boubínského jezírka
 2. Chůdové stromy, 3. Král smrků, 4. Lovecký chodník, 5. Lukurská cesta

*Jirinka
 + Boubínský prales,
 je kouzelným místem*



interier Boubínskýho pralesu

Hrad a zámek Velhartice

1290-1318 Bušek z Velhartic, komorník královny Karla IV. postavil gotický hrad. Syn Bušek byl mistrem komory a velkým přítelem Karla, doprovázel ho na cestách. V době, kdy se panství postavilo proti Jiřímu z Poděbrad, zde byly ukryty korunovační klenoty.
 Jádrem domu je Rajský dům, v roce 1430 spojil nevidaným mostem se 4 oblouky s novou věží Putnou. Menhrt z Hradce.
 Pobýval zde i Karel IV., viz báseň Jana Nerudy:
 Král Karel s Buškem z Velhartic, teď zasedli si k dubovému stolu, ti dva už pili mnohou tíši spolu a zapěl si z plných plic...



*Zámek i hrad jsme
 prošli celý*

Na exkurzi
v místní farmě
s 1400 kusy
skotu



Vodní zámek Blatná



Při návratu domů
jsme se zastavili
na zámku
Blatná





hotelrusava 



4 října 2016

NYMBURSKO

*47 členů s tělesným postižením
a jejich denní doprava
přijíval v Hostýnských
vrších.*

Pod Hostýnským vrchem



Účastníci zájezdu. Foto: Archív Hany Navrátilové

Hluboko pod nebem, vysoko na zemi, tak lze charakterizovat Svátý Hostýn, který je nejnavštěvovanějším a také nejvýše položeným putovním místem na Moravě.

Jen několik málo kilometrů od baziliky na jeho vrcholu v hotelu Rusava pobývalo 46 členů s tělesným postižením na týdenním rekondičním pobytu. Krásné počasí, které jim přálo, umožnilo cvičení a procházky přímo v lůnu Hostýnských vrchů. Při splnění všech podmínek, které rekondiční pobyt představuje, mohli využít procedur wellness centra a bazénu, což bylo pro jejich postižení více než vhodné a příjemné.

Navštívili nejen baziliku a nově opravenou Křížovou cestu na Hostýně, kde se

podle pověsti v roce 1241 ukryvali lidé před velkým nájezdem Tatarů, nedaleký Holešov se zámek a Židovskou synagogou a krásná místa kolem Rusavy.

Na půldenním zájezdu zavítali do blízké Kroměříže, která se chlubí nejen barokní nádherou arcibiskupského zámku. Nedaleko je Květná zahrada, která díky své nejdokonalejší barokní podobě a nedávné úpravě je jedinou na světě svého druhu a stala se tak součástí památek UNESCO. Stranou procházky členů nezůstala ani Podzámecká zahrada, která nopak je živelnou ukázkou volně rostoucích cizokrajných rostlin, stromů a květeny, ale i umělé zbudovaných polorozpadlých zákoutí. O Hostýnských vrších by

se dalo napsat ještě hodně obdivuhodných slov, ale zmínili jsme jen ty, které si mohli účastníci rekondičního pobytu alespoň z části prohlédnout. Výbor okresní organizace splnil pro své členy tak zase jeden ze smyslů konání rekondičních a ozdravných pobytů:

- setkání lidí staršího věku s různým zdravotním postižením
- cvičením, edukacemi, přednáškami a besedami přispět ke zlepšení tělesného a duševního zdraví
- poznat krásná místa naší vlasti
- užít si příjemných chvil v kolektivu druhých, a tak alespoň na pár dní nebyť sám doma, jak se říká mezi „čtyřmi stěnami“

Hana Navrátilová



V hotelu Rusava
se nejen dobře
spalo, ale byl
k dispozici
plavecký vyho-
raný bazén,
masážní bazén
i sauna.



Na křižce se nejen
dobře cvičilo
i soutěžilo,
ale i prostorný
sál umožnil
další aktivity.





Zámek Bystřice pod Hostýnem

Poznáte Svatý Hostýn,

Hluboko pod nebem, vysoko nad zemí! **To je Svatý Hostýn**, nejvýše položené a také nejnavštěvovanější mariánské poutní místo na Moravě.



Křížová cesta je ulice
Duchova Jarkovlá, který má navrhovat
Háza v Lohocovicích



Jádro se zámečnických výletů byl památný Hostýn s nově upravenou křížovou cestou. - Ale ještě před tím cílem jsme si prohlédli město Bystřice pod Hostýnem s jeho zámekem z 17. století

Zajímavá byla návštěva Kolišova s římskou synagogou a zámekem.



11. ZÁŘÍ 2016



Zámek a zahrada jako ve Francii,



Kroměříž
zámek



Kroměříž

KROMĚŘIŽ
HISTORY
TOUR

Usaďte se do pohodlných sedáček našeho vozu
a nechte se unést do minulosti



Komentovaná projížďka Podzámeckou zahradou

Přijměte pozvání k projížďce, při které můžete vnímat krásy všemi
smysly a navíc se dozvědět spoustu zajímavých informací z historie.
Spátráte krásný krajinný park s celou řadou romantických
záskutků, drobných scének, množstvím domáčích i exotických dřevin
a stovkami druhů zde žijících živočichů.

*Na architekturu zámek
v Kroměříži a s jeho
dvěma zahradami
se nedá zapomenout...*



POZVÁNKA



na snídani s hejtmanem
Středočeského kraje a starostou
města Lysá nad Labem u příležitosti
Mezinárodního dne seniorů
a otevření víceúčelového prostoru
pro seniory

dne 01.10.2016 od 9,00 do 12,00 hodin

*Pozvánku využily členky výboru
občasně organizace Jana Narrátílová,
Věnceslava Radlová a Jarmila Smídová.*



NOVÝ KOMORNÍ KULTURNÍ SÁL, který v sobotu otevřelo Vystaviště spolu s městem a Středočeským krajem pro pořádání kulturních a společenských akcí v Lysé nad Labem. Foto: Deník/ Město Lysá

Lysá nad Labem – V rámci Mezinárodního dne seniorů otevřelo Vystaviště Lysá nad Labem společně s městem nový víceúčelový sál pro přibližně stovku lidí, který je vstupním prostorem do haly C u jižního vchodu do objektu vystaviště směrem od nádraží. Příjemné sobotní dopoledne uspořádalo pro přibližně osmdesát seniorů z Nymburska Centrum sociálních a zdravotních služeb Poděbrady.

Nový sál má sloužit jako víceúčelový prostor hlavně

pro seniory, ale po nedávném podepsání smlouvy o spolupráci města s výstavěním bude využíván bezplatně i pro některé komornější kulturní a společenské akce města, spolky a sdružení. „Navázali jsme po deseti letech kvalitní spolupráci s Vystavištěm. Tento prostor se nám podařilo za spolupráce se Středočeským krajem dát do pěkného stavu. Bude sloužit městu, ale i Středočeskému kraji, protože tady ve městě takový prostor nemáme,“ uvedl starosta Karel Otava při slavnostním otevření sálu, kterého se zúčastnil i hejtman kraje Miloš Petera, senátorka Emílie Trísková a Josef Táborský, zastupitel města i starostové dalších měst a obcí z okolí.

V rytmu swingu buší srdce mé.

ŽIVOT 90

Výjimečná hudební show v režii Ondřeje Havelky o životě spoluzakladatele éry českého swingu Jiřího Traxlera.

5. října 2016 od 18.30 hodin v Národním divadle v Praze.

Před představením poděkujeme těm, kteří obětavě pomáhají starým lidem.

Seznam zúčastněných členů OO SPCCH v ČR, z.s. Nymburk

ZO Nymburk:

Hana Navrátilová
Šmidová Jarmila
Novotná Olga
Nešněrová Vlasta
Janková Stanislava
Blažíková Jarmila
Nováčková Miloslava
Malá Jaroslava
Čechová Věra
Horáková Věra
Hejnová Miloslava
Radová Věnceslava
Nováková Oldřiška
Telipská Milada
Novotná Blanka
Špitálská Marie
Macháčková Marie
Dvořáčková Věra
Šafránková Ludmila
Mojžíšová Jaroslava
Mojžíš Otta
Třebalová Alena
Pekárková Nad'a
Hejčmanová Marie
Němcová Nad'a
Knižková Vlasta
Češková Jitka
Řezáčová Eva
Řepíková Ludmila
Kolínská Blažena
Turinská Věra
Šmejkalová Milana
Bekrová Zdenka
Klosová Věra
Salačová Jana
Bohuslavová Eva
Krátká Helena
Míčová Marie

ZO Poděbrady:

Faktorová Jana
Radoňová Eva
Hofmanová Vlasta
Vokálová Lenka
Plachá Miloslava
Štovičková Miloslava
Munková Jitka
Munk Vilém
Drdová Jitka
Pospíšilová Jana
Plačková Lenka
Herešková Marie
Potočková Ludmila
Ševčíková Jana ing.
Mollová Ludmila
Víta Eduard
Hubáčková Helena
Polnický Pavel
Fidlerová Anna
Ferešová Marie Mgr.
Fereš Ladislav
Černá Julie
Ditrichová Eva
Borecká Hana
Molhancová Eva
Drozdová Věra
Drozd Jiří
Král Bohuslav
Králová Milena Mgr.
Paumanová Marie
OttoVá Vlasta
Zmeškal Jaroslav
Bačová Anna
Vomáčko Ladislav
Vomáčková Marta
Odvárko Petr
Odvárková Eva

NÁRODNÍ
DIVADLO



*Těto peníze
se prosí
starých občánů
se z našeho ohrohu
účastnilo 75 členů.*

*Aktei jama uska-
tečnili i aktey
příspěvků frůsp.
z fondu pojma na
Slavodovského
kraje.*

V rytmu swingu buší srdce mé.

ŽIVOT 90

Výjimečná hudební show v režii Ondřeje Havelky o životě spoluzakladatele éry českého swingu Jiřího Traxlera.

5. října 2016 od 18.30 hodin v Národním divadle v Praze.

Před představením poděkujeme těm, kteří obětavě pomáhají starým lidem.

Seznam zúčastněných členů OO SPCCH v ČR, z.s. Nymburk

ZO Nymburk:

Hana Navrátilová
Šmidová Jarmila
Novotná Olga
Nešněrová Vlasta
Janková Stanislava
Blažíková Jarmila
Nováčková Miloslava
Malá Jaroslava
Čechová Věra
Horáková Věra
Hejnová Miloslava
Radová Věnceslava
Nováková Oldřiška
Telipská Milada
Novotná Blanka
Špitálská Marie
Macháčková Marie
Dvořáčková Věra
Šafránková Ludmila
Mojžíšová Jaroslava
Mojžíš Otta
Třebalová Alena
Pekárková Nad'a
Hejčmanová Marie
Němcová Nad'a
Knižková Vlasta
Češková Jitka
Řezáčová Eva
Řepíková Ludmila
Kolínská Blažena
Turinská Věra
Šmejkalová Milana
Bekrová Zdenka
Klosová Věra
Salačová Jana
Bohuslavová Eva
Krátká Helena
Míčová Marie

ZO Poděbrady:

Faktorová Jana
Radoňová Eva
Hofmanová Vlasta
Vokálová Lenka
Plachá Miloslava
Štovičková Miloslava
Munková Jitka
Munk Vilém
Drdová Jitka
Pospíšilová Jana
Plačková Lenka
Herešková Marie
Potočková Ludmila
Ševčíková Jana ing.
Mollová Ludmila
Víta Eduard
Hubáčková Helena
Polnický Pavel
Fidlerová Anna
Ferešová Marie Mgr.
Fereš Ladislav
Černá Julie
Ditrichová Eva
Borecká Hana
Molhancová Eva
Drozdová Věra
Drozd Jiří
Král Bohuslav
Králová Milena Mgr.
Paumanová Marie
OttoVá Vlasta
Zmeškal Jaroslav
Bačová Anna
Vomáčko Ladislav
Vomáčková Marta
Odvárko Petr
Odvárková Eva

NÁRODNÍ DIVADLO



*Těto peníze
se prosí
starých občánů
se z našeho ohrohu
účastnilo 45 členů.*

*Aktei jama uska-
tečnili i aktey
příběhůmů frůp,
z fondu pojma na
Středověského
kraje.*

RELAXCENTRUM NYMBURK

Solná jeskyně



V naší solné jeskyni se setkáte s celou řadou minerálů a stopových prvků, které příznivě působí na zdraví, obratelschopnost a správné duševní rozpoložení návštěvníků jeskyně. Bylo prokázáno, že mimo pro člověka důležité záporné ionizace je vzduch v solné jeskyni nasycen sloučeninami jódu, brómu, draslíku, hořčíku, vápníku, železa, selenu a dalšími, které jsou nepostradatelnými složkami pro správnou činnost lidského organismu. Tyto prvky se v jeskyních uvolňují mnohem intenzivněji než ve volné přírodě a podle odborníků 45-minutový pobyt odpovídá až tříhodinovému pobytu u moře. Už po několika návštěvách dochází ke zlepšení zdravotního stavu.



Solná jeskyně

2016

Plačková
Firbacherová
Mojžíš
Mojžíšová
Míčová
Bašánková
Mečířová
Kvasničková
Marková
Navrátilová
Šmidová
Šitavanc
Šitavancová
Čermáková

Lucie
Emilie
Ota
Jaroslava
Marie
Olga
Jindra
Věra
Naděžda
Hana
Jarmila
Pavel
Hana
Růžena

Plačková
Soběslavová
Cidlinová
Doležalová
Veselá
Sojková
Čechová
Gontová
Vorlíček
Vorlíčková
Hasanová
Dáňa
Dáňová
Urbanová

Blanka
Anna
Marie
Hana
Lída
Marta
Věra
Jarmila
Jan
Jena
Helena
Jaromír
Marie
Helena



*28 členů příspěvek
výboru okr. org. 50%
platby za 10 pobytů
v jeskyni, což bylo
300,- Kč na osobu*



Vážená paní,
Vážený pane!

beseda k Pneumokokové infekci a preventivnímu očkování v Nymburce

Předáváme Vám osobní pozvánku na besedu k Pneumokokové infekci zápalu plic, na 3.listopadu 2016, od 13 hodin, v Obecním domě, III.poschodí, číslo dveří 305. Program zabezpečuje Rada seniorů, na žádost výboru naší okresní organizace.



*Besedy na stejné téma
se účastnilo i 54 členů
při pobytu v Rozstředí 27.*



???

Věděli jste, že pneumokokový zápal plic je nakažlivou nemocí, přenosnou z člověka na člověka kapénkami vzduchem?

Jen v Evropě se v průměru může objevit přes 9000 případů zápalu plic za den.

**Přibývající léta nezastavíme.
Ale zdraví si chránit můžeme**

NYMBURSKÝ

deník

nymbursko

STŘEDA 16. LISTOPADU / ČTVRTEK 17. LISTOPADU 2016

Ještě několik týdnů



Foto: Archiv Hany Navrátilové

I když léto, vhodné to čas pobytů v přírodě skončilo, akce, které připravuje výbor Okresní organizace SPOCH v ČR, z.s. Nymburk pro členy z Lysé nad Labem, Nymburka a Poděbrad, jsou neméně zajímavé.

Dvaceti osmi zájemců o pobyt v solné jeskyni v Nymburce připlatí na deset pobytů 300 Kč. Sedmdesáti členům z Nymburka a Poděbrad přispěl a zorganizoval večerní program v Národním divadle v Praze. „V rytmu swingu buší srdce mé“ je výjimečnou hudební show v režii Ondřeje Havlky a živě spoluzakladatele éry českého swingu Jiřího Traxlera, která přítomné zavedla do dob jejich mládeži. Na akci nás pozval „Život 90“, který z výtěžku akce rozšíří přístup pro další seniory na Linku důvěry.

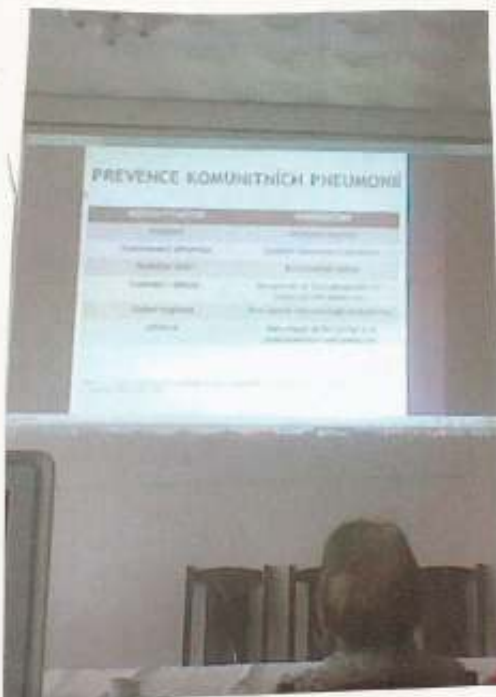
Třetí podzimní akcí byla přednáška MUDr. Ondřeje Krtyka na téma pneumoko-

ková infekce doplněná videoprojekcí. Toto téma je pro nás s přibývajícím věkem velice aktuální, vždyť onemocnění na infekční zápal plic ve věkové kategorii nad 65 let vede často i k úmrtí. Je vhodné se nechat poučit, jak se nemoci vyvarovat.

To ale nebyla zdaleka poslední akce letošního roku. Začátkem prosince odjede na pobyt 53 členů s různým postižením do Rokytnice nad Jizerou do Krkonoš. Nebudeme jen cvičit, procházet se na zdravém horském vzduchu, účastnit se přednášek a besed, ale pobavíme se i na mikulášské nadílce s hudbou a dárky.

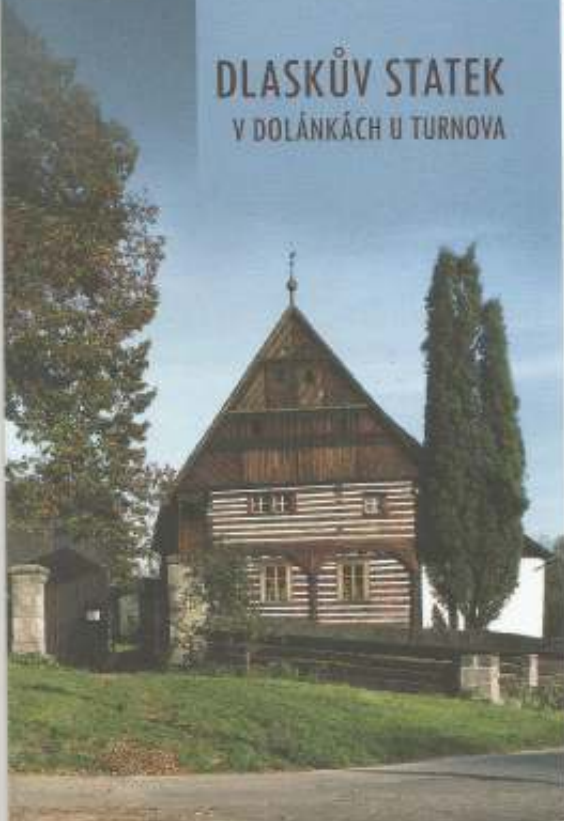
Poslední společnou akcí bude návštěva divadla v Mladé Boleslavi na veselohru S nebožtíkem v patách. Ještě dva měsíce má výbor OO do konce roku 2016 využít a zdá se, že je nepromarní.

Hana Navrátilová



MUZEUM ČESKÉHO RÁJE TURNOV

DLASKŮV STATEK V DOLÁNKÁCH U TURNOVA



DLASKŮV STATEK



národní kulturní
pamáčka
vesnická domácnost
a hospodářství
v 19. století



*54 účastníků pobytové akce
v horském hotelu ROKANA
se při své cestě zastavilo
zd prokládání Dlaskova
stateku, kde si připomínají
život našich předků
na vesnici.*



Plavba statek Dolánky

DLASKŮV STATEK V DOLÁNKÁCH

Hlavní kulturní památka Dlaskův statek v Dolánkách je typická a vzácná dochovanou stávkou národného domu. Bývalé vesnické usídlení a rybník byla postavena v období 17. až 18. století. Od svého vzniku prošel několika stávkami úprav, nejvýznamnější v roce 1794 a 1841. Statek evokuje architektonickou jednotku s třetímáso brázdou se třemi brázdami, horní zámečkem s dřevěnou římsou, vystavěnou v roce 1794, u které s dřevěnými vraty. Objekt tvoří s příslušnými hospodářskými prostorami je patrový, měřící. Dřevěná stěny byly vystavěny s kamennými jako horní brána. Původní dispozice domu byla zachována v roce 1789 a světlá v patře, upravenou v roce 1842 jako výhled. V areálu domu se dochovalo několik stávek. Zachoval ústřední je socha Panny Marie z roku 1784 a patrový měřící žijící, který byl do Dolánky přenesen z Malého Křivčína.





Na Roxanu se trácíme
téměř každý rok.

Výborná kuchyně,
pohodlné ubytování,
to nelze nevyužít.

Letos to bylo
i s mikulášskou
nádělkou.

Město Rokytnice nad Jizerou Vás zve na



VÁNOČNÍ TRHY

v sobotu
3. prosince 2016

od 13:00 hodin
na Dolním náměstí
v Rokytnici nad Jizerou

ADVENT

U ROKYTNICI





I když byl na cestách už sníh,
téměř denně jsme
plnili kilometry
- v akci -

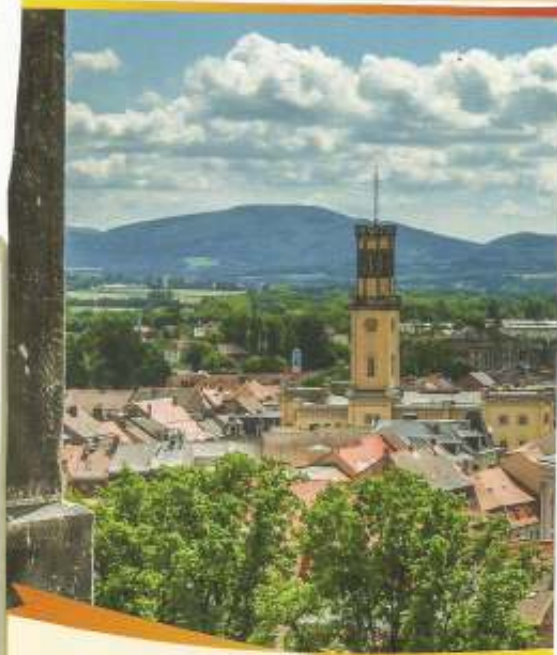


Rozchodíme civilky,
a vakary jsme se těhovali.
přehráškám a tisidám,
+ zdraví životospřáve
+ pozáním věku.



Žitava

Město zal. Poč. 13.stol. Oblast velmi úzce územně i politicky spjata s Čechami. Založeno na obchodní cestě, která vedla od Jaderského moře k Baltiku- Město mělo zvláštní práva od českých králů, čímž se podporoval obchod s obilím a rozvoj pivovarnictví. Později tkalcovny vlny a lnu. Rozvoj města zabrzdlilo husitské revoluční hnutí a první roky třicetileté války. V 1.pol. 18.stol. se město stalo významným obchodním střediskem – pěkné barokní domy. Národní park Žitavské pohoří.



Žitava - Bohatá historií



*Autokusový výlet
na "TROJHEZÍ" s prohlídka
starobylé Žitavy nám
zkomplikoval napadlý
svět.*

Bohatá stavitelstvím



Náměstí s radnicí



Arkadevní dům Domspachthaus

Výbor okr. org. uspořádal 7. v. 2016
přelomné setkání funkcionářů
záhl. organizací k cel-
rodnímu hodnocení
činnosti.

A že bylo čím se
pochlubit, nasto se
kolážou diskuzí.



Zápis ze společné schůze výborů ZO a OO SPCCH Nymburk 16.12.2016.

Přítomní: dle presenční listiny

Schůzi zahájila předsedkyně OO SPCCH Nymburk, pí Hana Navrátilová. Přivítala přítomné, mluvila o tradici těchto setkání a jeho přínosu pro další práci okresní organizace. Vzhledem ke změnám ve složení výborů, požádala předsedy ZO, aby představili své členy.

Pan Beneš hovořil o problémech v práci ZO Lysá n.L., nejstarší věkový průměr v okrese, nedaří se získávat nové členy, např. Milovice jsou relativně mladé město, patří pod ZO Lysá n.L., bylo by vhodné, založit tam samostatnou ZO SPCCH. Představil přítomné členky ZO.

Pí Skořepová představila přítomné členky ZO SPCCH Nymburk. Hovořila o práci ZO v Nymburce.

J.Šmídová omluvila nepřítomnou novou předsedkyni, Dr.Květu Husovou a představila členky výboru ZO SPCCH Poděbrady.

Pí Navrátilová informovala o práci celého výboru okresní organizace SPCCH Nymburk, představila členy a jejich funkci ve výboru. V současné době je sedm členů pro práci výboru ideální.

Pí Radová seznámila s hospodařením OO, a informovala o Rekondičních pobytech 2016.

P.Vomáčko hovořil o práci v okresním výboru a poděkoval předsedkyni Haně Navrátilové za práci pro celou organizaci, která se pod jejím vedením daří.

- podrobně o práci ZO v Nymburce hovořila pí Skořepová, přiblížila konané akce

- o práci ZO SPCCH Poděbrady informovala pí Šmídová, cvičení, plavání, zájezdy, kroužky ručních prací, zpívání, stolního tenisu i ruské konverzace, akademii seniorů na téma psychologie a dalších akcích.

Jana Pospíšilová hovořila o spolupráci s organizací Sen-sen, tzn. senzační senior, kde mají Poděbrady kolektivní členství a byly již několikrát oceněny.

Eva Volejníková informovala o country kroužku, který reprezentuje SPCCH na různých soutěžích.

Luďka Mollová, která se přistěhovala do Poděbrad před cca 6 lety z Ostravy, srovnávala přístup radnic k seniorům, kde Poděbrady jednoznačně vyhrály.

Na závěr schůze poděkovala pí Hana Navrátilová všem za aktivní účast na dnešním setkání, rozloučili jsme se minutou ticha se členy výborů, kteří nás v průběhu roku opustili a popřála všem pěkné prožití vánočních svátků a hodně zdraví do Nového roku 2017.



Členové výboru
ZO Lysá n.L.,
Kumburka
a Poděbrad
hovořili nejen
o akcích, ale i
připravili pro
své členy a příbuzné
roky, ale i o tom,
co už zase chystají
do plánu činnosti
roku 2017.



Také mají zájem
a osázejícím
předávají své
zkušenosti,
připravují
a společných
akcích.

Stejně před vánočními svátky připravil výbor
MČR.org pro funkcionáře okresu společnou
náostřivou divadelního představení
+ mladí Boleslavi jako
malou odměnu za
celoroční práci.



S NEBOŽTÍKEM V PATÁCH

Alec Coppel
americká kriminální komedie



*O pohotovém kurzu
životasprávy
a školku z víkend.
pobytu psal i náš
aktasní deník.
Zotičtých
stánku na rok 2016
se uvěšt, že spolu-
píná se výborem
OO. org. je velmi
-střična.*

NYMBURSKÝ

30. prosince 2016

deník

Slunce a snh.

Již po řadu let nás začátek prosince nepřekvapuje nevlídným počasím. Bylo tomu tak i letos, ale 54 účastníků rekondičních pobytů a kurzu životasprávy, kteří v tento čas pobývali v hotelu Roxana v Rokytnici nad Jizerou přijeli do zimní bílé nadílky, do které svítilo z modré oblohy slunce. A to vydrželo s námi svítit až do konce pobytu. I když na vycházkách museli být pozorní, aby neuklouzli, byla to pro ně nejen předvánoční Ladova pohádka, ale hlavně posílení organismu před zimou v nížině.

Samozřejmě, že plnil při svém pobytu všechny povinnosti, které sebou přináší státní finanční příspěvek. Ráno rozvíčka, dopoledne cvičení, odpočinek, edukace, přednášky, besedy a vše ostatní co s takovým pobytem souvisí.

Cestou na horský hotel ve kterém výbornému přístupu a zabezpečení provozovatele pobývají opakovaně, si prohlédli možnosti hospodaření na Dlaskově statku a zavzpomínali si, jak těžko, ale zdravě se hospodařilo a žilo v době jejich mládí a dokonce i před jejich narozením.

Celý pobyt zpříjemnil i příchod Barborky a Mikuláše, který výbor OO zorganizoval již po páté a vždy v horské přírodě buď Jeseníků, Jizerských hor či Krkonoš. A díky umu a obětavosti autorky kostýmů, členky výboru OO Hany Míškovské a členů ZO Nymburk je nadílka se spoustou dárků již tradičně účastníky vítána. Tím výbor OO ukončil bohatou pobytovou činnost na krásných místech naší vlasti. A hlavně v místech kde mají pro starší generaci pochopení a kam se zase my rádi vracíme.

Přesto, že do konce roku po ukončení pobytu zbývá už jen 24 dnů, výbor OO připravil pro zájemce ještě návštěvu divadelního představení a společně zhodnocení roční činnosti s funkcionáři všech 3 základních organizací a výboru OO. Ale o tom až příště.

Hana Navrátilová





„Rozhodíme civilky“,
akce. Akce v roce
2014 vyklásila
Centrum služeb
SPCCH, ČR.s.
Praha.
Výbor naší
okresní org.
se do ni
přihlásil
až od roku 2015,
ale dříve se říci, že ten
jeden promarněný rok
již dokonil.



V roce 2015 jsme
nachodili na
pobytových akcích
2016 km. - O rok
předtím už jsme
ušli těch km -
4.432

*Svaz postižených civilizačními
chorobami v ČR, z.s.*



PF 2017

*Přijemné prožít vánočních svátků,
mnoho štěstí a úspěchů v novém roce
přeje*

Manuša Šoumalová

pf 2017

Město Nymburk

Příjemné prožití svátků vánočních,
mnoho zdraví, štěstí, pohody
a úspěchů v roce 2017

Vám za Město Nymburk přeje
Mgr. Adriana Gabrielová
místostarostka

Adriana Gabrielová



*Poslati nám
klakoprání...*

pf 2017

Město Nymburk

Příjemné prožití svátků vánočních,
mnoho zdraví, štěstí, pohody
a úspěchů v roce 2017

Vám za Městský úřad Nymburk přeje

[Signature]
Bc. Zuzana Voženilková
vedoucí odboru

*K kolektivu vedoucí odboru
MěÚ*

Pf 2017

Do nového roku Vám přejeme
hochné zdraví, spokojenosti
a osobních úspěchů.

Kameliy
PhDr. Ladislav Longy
Město

Město Poděbrady

Mgr. Jan Uhlík
Město





P.F.2017
SADSKÁ



Příjemně prožiti vánočních štěstí, v novém roce hodně
dobrých myšlevek, mnoho chuti do práce a pevné zdraví přeji

D. J.
Starosta města
2016/2018

Jan Váňa
Město Sadská
2016/2018

Vážení přítomní,

před třemi roky začaly státní orgány se změnami v systému bezpříspěvkových organizací. Na základě toho byla přejmenována i ta naše na Svaz postižených civilizačními chorobami v České republice jako zapsaný spolek.

Protože výbor OO pracuje pro tři základní organizace, a to v oblasti Lysá n/L, Nymburk a Poděbrady s více jak 850 členů z nichž mnozí nejsou členy dlouho, chceme Vám říci, že základem jsou ZO, poté okresní a krajské výbory po celé republice. Naším výkonným orgánem je Republiková rada, volená členy. Její výkonnou moc představuje Centrum služeb SPCCH v Praze Karlíně na Karlínském náměstí. Tolik tedy v krátkosti o organizaci svazu. Jak víte, veškerá činnost je hrazena z členských příspěvků, sponzorů, darů a příspěvkem státních orgánů. Výbory OO na tom jsou v tomto směru nejhůře, protože okresní úřady byly jako takové zrušeny.

Vaše organizace přispívají z členských příspěvků ročně 15 Kč na člena. Z těchto peněz zůstává na rok 8 Kč OV a 7 Kč odesíláme na činnost Centra služeb. Sami jistě uznáte, zda z této částky se dají dělat zázraky.

Výbor OO proto podává žádosti o státní příspěvek na jednotlivé diagnózy na Centrum služeb Praha, a ten pak rozdělí peníze v rámci republiky na akce: jsou to především rekondiční pobyty, pobytové kurzy a cvičení. Výše příspěvku je určena 202 Kč na účastníka a den.

Aby výbor OO mohl udělat pro členy více akcí, oslovuje obce i města o peněžní pomoc. Bývalo i hodně sponzorů, těch ale postupně tak nějak ubylo.

Další možností jsou projektové žádosti Středočeského kraje. V loňském roce jsme tak pro Vás získali dotaci 60 000 Kč z Humanitárního fondu a 90 000 Kč z fondu hejtmána. To nám velmi pomohlo, a proto by výbor OO Vás rád přehledně informoval jak loni byly využity. Lze říci, že to byl rok nejlepší a tak i hotovost a různorodost byla poměrně velká. Od Centra služeb jsme obdrželi pro členy celkem 196.344 Kč. Připočteme - li k tomu oba již zmíněné projekty a příspěvek MěÚ Sadská ve výši 2 000 Kč a OÚ Všehrapy 2 000 Kč, mohl výbor OO zorganizovat v loni tolik akcí. Důležité je i to, že vaše příspěvky na ně se tak mohly zmenšit.

Již v únoru jsme odjeli s 45 účastníky do Špindlerova Mlýna shlédnout ledový unikát Leclárium se sochami Karla IV jeho manželkami a doprovodem. Navštívili jsme i město Vrchlabí. V dubnu stejný počet účastníků navštívil Pražský hrad při příležitosti otevření letní sezony s oslavou a jízdou krále Karla IV. Podívali jsme se i do míst hradu, kam se veřejnost dostane jen párkrát v roce. V měsíci květnu jsme sjednali týdenní ozdravný pobyt v Piešťanech. Výbor potěšilo, že během 48 hodin byl takový zájem, že jsme přidali další autobus a odjelo nás 76.

První RP byl v červnu v Dílech u Domažlic, další RP byl v Soběšicích a v září jsme byli týden až v krásném kraji pod Hostýnem. Pobyt jsme uzavřeli v prosinci v Rokytnici nad Jizerou a to již po páté s mikulášskou nadílkou. A protože nám zbyly ještě nějaké peníze, zajeli jsme si do divadla do Mladé Boleslavi.

Když tam připočítám ještě 56 050 Kč, kterými jsme přispěli na cvičení pro ZO Nymburk a Poděbrady a 50% platby pro 28 návštěvníků solné jeskyně musíte uznat, že skutečně můžeme letošní rok považovat za nejbohatší za 15 let. Před 3 roky se nám podařilo sjednat celoroční návštěvy bazénů ve Sportovním centru Nymburk na Ostrově a díky velkému pochopení paní ředitelky Ing. Moniky Bezděkové získat nejen levnější vstupy do bazénů, ale i

v ceně 50 Kč kompletní oběd. A nemůžeme se nezminit již o 15 leté spolupráci s rehabilitační sestrou paní Halkou Kozákovou, která 3x týdně vede cvičení pro ZO Nymburk.

Velmi důležitou součástí činnosti Svazu je péče o nás starší občany. Jde o cvičení, pěší túry, společná jízda na kolech, přednášky, boj s obezitou, upevňování zdraví. Prostě takové aktivity, abychom nesešli sami doma, ale snažili se i jako starší udržet si tělesnou i duševní sílu.

Výbor OO se také v roce 2015 přihlásil do akce Centra služeb "Rozchodíme civilky". A již v tomto roce na pobytových akcích účastníci nachodili 4 432 km a v loňském roce 1366 km.

Podarilo se nám navázat i dobrou spolupráci s redakcí okresních novin Nymbursko, která nám otiskla sedm článků s fotografiemi z našich akcí. Okresní výbor má své webové stránky na kterých jsou po celý rok naše akce zveřejňovány včetně fotografií v galerii.

Tolik k roku 2016 s malým ohlédnutím na 15 let zpět. Co výbor OO neméně potěšilo je skutečnost, že v jeho závěru Republikový výbor provedl finanční kontrolu hospodaření s finančními příspěvky a bylo vše v naprostém pořádku.

Můžeme Vám ale říci, že je to usilovná organizační, ale bohužel i dokladová velice náročná práce. A to se daří jen díky tomu, že se konečně podařilo sestavit výbor z lidí kteří jsou velmi činnorodí a pracovití pro Vás členy. Zbývá tedy poděkovat místopředsedkyni paní Miloslavě Nováčkové, která všechny jí přidělené práce dělala rychle, kvalitně. V loňském roce se doslova zapotila i hospodářka paní Věнка Radová, která musela zúčtovat vzhledem k bohaté činnosti tolik dokladů, jako ještě nikdy. Výbornou v něm je i Dr. Jarmila Šmídová, znalá cestovatelka, organizátorka, která své životní praxe a zkušenosti využívá nyní pro organizaci. Obětavou členkou je i paní Hana Miškovská, která v ZO Lysá n/L je pravou rukou zdravotně postiženého předsedy pana Jiřího Beneše a každý úkol výboru OO splní téměř vždy jako první. Velkou pomocnicí a členkou je paní Olga Novotná, která svým krásným písmem doplňuje již 7 let kroniky výboru OO přepisuje texty a dopisuje vše co je kde třeba. Prostě dělá takovou mravenčí práci. A zbývá nám poslední člen našeho okresního výboru pan Ladislav Vomáčko u kterého pro další činnost využijeme jeho zkušeností. A nesmíme zapomenout ani na tříčlennou kontrolní komisi, která v současné době je lze říci v jakési rekonstrukci.

Omlouvám se, že podaná informace byla poněkud delší, ale chtěli jsme Vás seznámit o tom, že výbor OO v Nymburce je tu pro Vás 850 členů ZO.

*Najbohatší rok na akce výboru
Okresní organizace Nymburk
za posledních 15 let je ten letošní
2016*