



OBČASNÍK 1/2026

Vážení přátelé, milí kamarádi,

máme za sebou první tři měsíce roku 2026 a zároveň i první tři akce. Letošní rok jsme začali sportovně a o tom, jak nám to šlo, se můžete dočíst ve druhé části Občasníku. V té první Vám přinášíme informace o akcích, které pro Vás připravujeme.

Pokud Vás některá z nich zaujme budeme rádi, když se k nám připojíte. Jen bych Vás chtěla požádat o dodržování termínů přihlášek, usnadní nám to přípravu jednotlivých akcí.

Aktuální dění můžete sledovat také na našich stránkách www.spmp-hodonin.cz. Zde si také v části „O nás“ můžete přečíst Zprávu o činnosti za rok 2025 nebo nahlédnout do plánu akcí na rok 2026.

Těšíme se na další společná setkání!

Jitka Soldánová

Připravované akce

Den Země

V sobotu **25. dubna 2026** pořádá Zoo Hodonín a Dům přírody Hodonínské Dúbravy

Den Země Dúbravou i Savanou.

Akce probíhá v Domě přírody Hodonínské Dúbravy od 10 do 17 hodin a v Zoo Hodonín od 13 do 17 hodin. Vstupenka zakoupená do Zoo Hodonín platí i do Domu přírody a naopak.

Stejně jako v předchozích letech bude mít SPMP Hodonín v Zoo Hodonín stanoviště nazvané „Máme rádi zvířata“.

Na tuto akci není potřeba se hlásit, budeme rádi, když se za námi na naše stanoviště v Zoo Hodonín přijdete podívat.

Víkendový pobyt v RS Kopánky

Že máme opravdu rádi zvířata ukážeme i na jarním víkendovém pobytu. Tentokrát bude pobyt v duchu „**Nech brouka žít**“. Připravili jsme pro Vás tvořivé i soutěžní aktivity na toto téma, maminky budou mít čas i pro sebe a určitě nebude chybět ani večerní posezení. V neděli dopoledne za námi přijede trenér nordic walkingu Janek Vajčner a zájemci budou moct vyrazit na procházku s holemi.

Termín: **15. – 17. 5. 2026**. Začínáme v pátek večer v 18:00 (přijíždět můžete od čtyř hodin odpoledne), končíme v neděli po obědě.

Přihlášky: u Jitky Soldánové e-mailem nebo na mobil 605 725 472 nejpozději do **20. dubna 2026**.

Cena: **2 550 Kč** za účastníka na celý víkend. V případě poskytnutí dotace z Ministerstva zdravotnictví bude částka oprávněným příjemcům (tj. účastník s mentálním nebo kombinovaným postižením a v případě, že je držitelem průkazu ZTP/P, rovněž jeho doprovod) úměrně snížena a po konečném vyúčtování vrácena.

Platbu proveďte do **20. dubna 2026** převodem na účet 1668230257/0100 (uveďte identifikaci plátce), nebo osobně u Jarmily Čuprové.

Cena zahrnuje ubytování ve 3 – 4 lůžkových pokojích s vlastním sociálním zařízením a stravu 3x denně (pitný režim je zajištěn pouze jako součást jídla).

V případě neúčasti lze přihlášeným účastníkům vrátit po konečném vyúčtování pobytu pouze část za nevyužitou stravu.

Doprava: vlastní.

Týdenní pobyt pro rodiny v hotelu MAS v Sezimově Ústí

Pokud byste se měli zájem zúčastnit se připravovaném pobytu v hotelu MAS, kontaktujte prosím obratem Jitku Soldánovou e-mailem (jitka.soldanova@spmp-hodonin.cz) nebo telefonicky na mobil 605 725 472 pro další podrobnosti k pobytu. Zájemci, kteří se předběžně přihlásili, se již hlásit nemusí, v průběhu dubna jim rozešleme pokyny a další informace k platbě.

Termín pobytu: **7. – 12. června 2026** (5 nocí; neděle – pátek).

Cena pobytu: **7 990 Kč**. Na pobyt jsme požádali o dotaci, v případě jejího získání bude částka oprávněným příjemcům (tj. účastník s mentálním nebo kombinovaným postižením a v případě, že je držitelem průkazu ZTP/P, rovněž jeho doprovod) úměrně snížena a po konečném vyúčtování vrácena.

Z naší činnosti

Turnaj v bowlingu

Po lednovém „odpočinku“, kdy bylo potřeba dokončit vyúčtování dotací loňského roku a odevzdat povinná hlášení, jsme se poprvé společně sešli v neděli 15. února 2026 na turnaji v bowlingu, který přilákal rekordní počet účastníků. Akce se těší stále větší oblibě, což dokazuje nejen celkový počet 51 přítomných, ale také skutečnost, že jsme dorovnali historicky nejvyšší počet hráčů (37) z prosince minulého roku. Nebýt toho, že Lence s maminkou vypovědělo na poslední chvíli službu auto, padl by rekord!

Složení účastníků bylo podobné jako obvykle, takže rozdělení na dráhy proběhlo svižně a mohli jsme se pustit do hry. Po celou dobu panovala příjemná atmosféra, hráči se navzájem povzbuzovali a sportovní duch byl znát na každém kroku. Styl hry ani konečný počet bodů nebyl hlavní – i když se každý snažil dosáhnout co nejlepšího výsledku. Důležité bylo, že jsme společně strávili aktivní odpoledne. Na závěr byli hráči odměněni medailemi, které jim udělaly jako vždycky radost.

Celé bowlingové odpoledne se neslo v pohodové náladě, plné smíchu a společných zážitků. Jsme rádi, že si všichni akci užili, a už teď se těšíme na další společné setkání.



Jóga se Sábou

Předjarní slunečné počasí patrně Sábou tentokrát inspirovalo při přípravě lekce jógy. Vymyslela si pro nás totiž motýlí jógu. V sobotu 14. března jsme se sešli v jógovém studiu Mariejoga v Hodoníně a podle pokynů jsme si sebou přinesli velké šátky. Sešlo se nás celkem 20, takže jsme zaplnili celou tělocvičnu.

Po uvítání nás Sába provedla příběhem o motýlovi, který se pomalu líhne z kukly a rozvíjí svá nádherná křídla. Ani jsme si nevšimli, jak příjemně se při tom protahujeme a uvolňujeme své tělo. Když už jsme měli křídla dostatečně rozevřená, čekala nás ještě překážková dráha, která lekci obohatila. Na závěr přišla zasloužená relaxace a každý z nás si odnesl malý dárek – motýlka od Sáby.

Poté následovalo malé občerstvení. To tentokrát nepřipravila jen Sába, ale také Marcelčina maminka Jiřinka, která nedávno slavila půlkulaté narozeniny. Společně jsme tak strávili ještě kousek odpoledne a s dobrým pocitem jsme se rozcházeli domů. Atmosféra byla velmi přátelská a plná radosti z pohybu i vzájemného setkání. Takové společné chvíle jsou pro nás vždy velkou inspirací.



Nordic walking s Jankem

Jak už jsme zmínili v úvodu, začátek roku jsme pojali sportovně. I třetí akce byla sportovní.

Ve středu 25. března odpoledne jsme se sešli v lázeňském parku v Hodoníně s Jankem Vajčnerem na procházce s holemi, jak říkáme nordic walkingu.

Po úvodním rozcvičení a protažení jsme vyrazili na okruh, který si pro nás Janek připravil. Po určitých úsecích jsme si vždy udělali přestávku. Ale ne proto, abychom si odpočinuli, ale proto, abychom s holemi i zacvičili. Po zimě, kdy naše hůlky odpočívaly, nám chvilku trvalo, než jsme se dostali do tempa, ale nakonec jsme procházku všichni v pohodě zvládli. Takže až za námi v květnu přijede Janek na Kopánky na víkendový pobyt, troufneme si už i na kopečky.



Naše oslavenkyně

Naše činnost nezahrnuje jen organizování akcí. Na začátku roku jsme navštívili dvě naše členky při příležitosti jejich významného životního jubilea.

V lednu oslavila kulaté narozeniny paní Libuše Svobodová – dlouholetá členka výboru SPMP Hodonín, která spolu se svým manželem Ladislavem byla jedním z organizátorů

prvního „tábora“ SPMP, a mnoha dalších táborů se účastnila jako zdravotnice. I když už se nemůže účastnit všech akcí, využije příležitosti k setkání aspoň na společenských akcích.

V únoru pak půlkulaté narozeniny slavila paní Jiřina Pilařová, která je nejenže jednou ze zakládajících členek SPMP Hodonín, ale stále je členkou výboru a s dcerou Marcelkou se aktivně účastní pořádaných akcí.

Oběma dámám přejeme hlavně dobré zdraví a hodně pohody.



MĚSTO
HODONÍN

Činnost organizace je finančně podporována městem Hodonínem.

Občasník SPMP ČR pobočný spolek Hodonín 1/2026 byl vydán 26. března 2026.

Na jeho přípravě se podílely Jitka Soldánová, Klára Zahradníková a AI. Fotografie na pořádaných akcích pořídil Oldřich Soldán.

Vaše náměty a příspěvky, stejně jako přihlášky na připravované akce, můžete zasílat na kontakt:

Ing. Jitka Soldánová, Erbenova 8, 695 01 Hodonín

e-mail: jitka.soldanova@spmp-hodonin.cz, mobil: 605 725 472 nebo

e-mail: jarmila.cuprova@spmp-hodonin.cz, mobil: 603 769 551

www.spmp-hodonin.cz

č. účtu: 1668230257/0100