



OBČASNÍK 1/2019

Vážení přátelé, milí kamarádi,

dovolte mi, abych Vás poprvé v letošním roce prostřednictvím Občasníku pozdravila. I nadále bychom Vám v něm rádi přinášeli zprávy o akcích, které se již uskutečnily, upozornili Vás na akce, které připravujeme a informovali Vás o věcech, které by pro Vás mohly být užitečné a zajímavé.

V tomto čísle Občasníku věnujte, prosím, pozornost zejména pozvánkám na akce, které máme před sebou, protože samostatné pozvánky na ně rozesílat nebudeme. Těším se, že se na některé z nich potkáme!

Jitka Soldánová

Připravované akce

Jóga se Sábou

Protože se nám podzimní cvičení se Sábou líbilo, domluvili jsme se, že si cvičení s ní zopakujeme. Proto zveme všechny, kteří se chtějí protáhnout, relaxovat a za odměnu ochutnat zdravou dobrotu, aby si přišli vyzkoušet jógu se Sábou.

Termín: **neděle 10. 3. 2019** od 14:00 do 15:00 hodin (**POZOR ZMĚNA** původně plánovaného termínu 9. 3. 2019).

Místo: JÓGOVÉ STUDIO Mariejoga, Za drahou 1, Hodonín (při cestě z města železničním podchodem směrem do Bažantnice je studio hned vlevo za podchodem).

Přihlášky: vzhledem k omezené kapacitě je třeba se nejpozději do **1. 3. 2019** závazně přihlásit. Pokud bude termín naplněný, bude možné dohodnout další termín. Účast je bez poplatku.

Co s sebou: pohodlné oblečení. V případě dostatku místa si s dětmi budou moci zacvičit i rodiče.

SPMP ČR pobočný spolek Hodonín

Erbenova 8, 695 03 Hodonín

www.spmp-hodonin.cz

Členská schůze SPMP Hodonín

V pátek **15. března 2019 od 15:30** hodin se ve velkém sále restaurace Marina v Hodoníně uskuteční **členská schůze** SPMP ČR pobočný spolek Hodonín.

Protože končí čtyřleté volební období, je Vaše účast velmi důležitá, protože budeme volit nový výbor a kontrolora našeho pobočného spolku. Pokud máte chuť zapojit se se aktivně do činnosti SPMP Hodonín, do přípravy jednotlivých akcí a přispět svými nápady, neváhejte se ozvat!

Seznámíme se také se Zprávou o činnosti a hospodaření za rok 2018 a s plánem na rok 2019, který rádi upravíme podle Vašich připomínek a námětů.

Na členské schůzi můžete také uhradit roční členský příspěvek ve výši **200 Kč** za člena resp. **100 Kč** za člena s mentálním postižením.

Pokud nemáte možnost se členské schůze zúčastnit, a dosud jste členský příspěvek na rok 2019 nezaplatili, uhradte jej, prosím, buď převodem na účet č. 1668230257/0100 (uvedte vaše jméno kvůli identifikaci platby) nebo složenkou na adresu uvedenou v závěru Občasníku.

Týdenní pobyt v Piešťanech

Zveme Vás na týdenní relaxační pobyt v hotelu ALEGRO v Piešťanech. Hotel ALEGRO má kapacitu 70 lůžek, jde o menší hotel s rehabilitačním zařízením a restaurací. Všechny pokoje mají vlastní sociální zařízení.

Termín pobytu je 14. – 20. června 2019.

Cena pobytu je 4 499 Kč a zahrnuje ubytování ve dvoulůžkových pokojích s možností přistýlky, plnou penzi, každý den v 16 hodin kávu a koláč, 7 procedur v hotelovém rehabilitačním centru a každý večer hudebně-zábavný program.

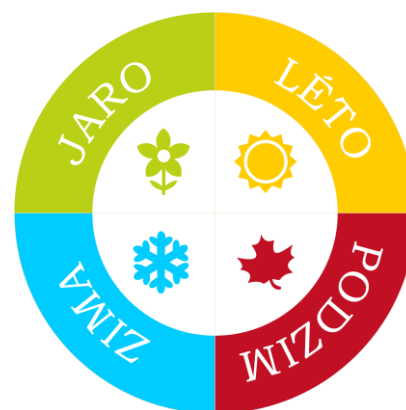
Doprava je možná buď vlastní, nebo autobusem, který zajišťuje hotel. Cena dopravy tam a zpět je 170 Kč za osobu.

Přihlásit se můžete **do 15. března 2019** u paní Jarmily Čuprové nebo u Jitky Soldánové na kontaktech uvedených na konci Občasníku. **Zálohu ve výši 1 000 Kč** je nutné uhradit **do 31. března 2019.**

Letní rehabilitační pobyt

V termínu **24. července – 3. srpna 2019** připravujeme pro mladé a dospělé lidi s mentálním a kombinovaným postižením letní rehabilitační pobyt v rekreačním středisku Kopánky na téma **ČTYŘI ROČNÍ OBDOBÍ**.

Hlavní náplní Letního rehabilitačního pobytu jsou tělovýchovné aktivity (sportovní hry, vycházky, plavání, rehabilitační cvičení) a rukodělné činnosti. Pobytu je možné zúčastnit se také v doprovodu rodiče či asistenta.



Cena pobytu je 8 100 Kč. Uvedená cena je bez dotace. I letos žádáme kromě Ministerstva zdravotnictví i další instituce o dotaci či příspěvek, aby bylo možné cenu úměrně snížit. Cena zahrnuje ubytování v dřevěných chatkách s vlastním sociálním zařízením nebo v pokojích ve zděné budově (také s vlastním sociálním zařízením), stravu 5x denně včetně pitného režimu a náklady na zajištění programu.

V případě zájmu kontaktuje Jitku Soldánovou (viz kontakty na konci Občasníku) nejpozději do **15. března 2019**. Zálohu ve výši 4 000 Kč je třeba uhradit do konce března.

Z naší činnosti

Bowling

První akcí letošního roku bylo přátelské utkání v bowlingu, které proběhlo 27. ledna. Ukázalo se, že máme sportovního ducha, protože se nás sešlo celkem 33 a z toho bylo 25 hrajících účastníků. Ti se s vervou vrhli do „koulení“. Někomu se dařilo lépe, někdo s koulí trochu zápolil, objevili jsme i skryté talenty. Všichni ale hráli s ohromným nasazením, my ostatní jsme je se stejným nasazením povzbuzovali a chválili. Zlatou čokoládovou medaili si tak za svůj zápal zasloužili všichni. A to, co jsme tentokrát natrénovali, určitě zúročíme na podzimním utkání.

Zájezd do termálních lázní v Györu

Zajet si do termálních lázní v Györu, abychom se v chladných měsících prohřáli, je už naše pravidelná aktivita. Letos nás ale trochu potrápila chřipková epidemie, která některým účastníkům na poslední chvíli znemožnila odjet. Ti, kteří virům odolali, vyrazili za teplem v úterý 12. února 2019.

Protože byl všední den, nebylo v lázních mnoho návštěvníků, takže jsme si zase bez dlouhého čekání mohli vybírat mezi masážními tryskami nebo perličkami. Jenom nadšenci skluzavek se tentokrát museli spokojit pouze s vnitřním tobogánem. Ale vzhledem k poměrně větrnému počasí to nikomu moc nevadilo. Příjemněji bylo uvnitř, ať už v teplé vodě, při relaxaci na lehátku nebo u dobré kávy či dobroty. A marodům to snad vyjde příště.



Občasník SPMP ČR pobočný spolek Hodonín 1/2019 byl vydán 22. února 2019. Na jeho přípravě se podíleli Jitka a Oldřich Soldánovi. Fotografie byly pořízeny na akcích SPMP Hodonín. Vaše náměty a příspěvky, stejně jako přihlášky na připravované akce, můžete zasílat na kontakt: Ing. Jitka Soldánová, Erbenova 8, 695 03 Hodonín
e-mail: jitka.soldanova@spmp-hodonin.cz, mobil: 605 725 472 nebo
e-mail: jarmila.cuprova@spmp-hodonin.cz, mobil: 603 769 551
č. účtu: 1668230257/010