

# Zpravodaj



Ročník 20

Číslo 4

Říjen 2020

## *Milé Amazonky*

*Letošní rok je tedy jízda. Pandemie zasahuje do našich životů a už z toho začínáme být všichni unavení. A zdá se, že s přicházejícím podzimem se situace zase zhoršuje. Opět pro Vás připravujeme spoustu akcí a doufáme, že se všechny uskuteční. I když v této situaci to zaručit nemůžeme. O případných změnách Vás budeme včas informovat.*

## **Program na IV. čtvrtletí 2020**

<b>4.- 10. října</b>		<b>rekondiční pobyt Karlova Studánka</b>
<b>9.října</b>		<b>akce Plaveme prsa</b>
<b>12. října</b>	<b>14:30 hod</b>	<b>přednáška –Měření cévního věku-Seminární Centrum Akademie, Ostrava, Hrušovská 16</b>
<b>15. října</b>	<b>8:30 hod</b>	<b>výlet do Archeoparku a Rybího domu v Chotěbuzi</b>
<b>9.listopadu</b>	<b>14:30 hod</b>	<b>babinec- Seminární Centrum Akademie , Ostrava, Hrušovská 16</b>
<b>12.-15.listopadu</b>	<b>9:30 hod</b>	<b>relaxační pobyt v penzionu Šance, Frýdlant nad Ostravicí</b>
<b>4. prosince</b>	<b>14:00 hod</b>	<b>tradiční Mikulášské setkání, Středisko volného času, Ostrava, Ostrčilova 19</b>



**4.-10.10. rekondiční pobyt Karlova Studánka-**doprava tam i zpět individuální. Pobyt začíná večerí a končí snídaní. Letos bude cena příznivá, díky využití lázeňských voucherů. Základní cena 2740.- Kč zahrnuje ubytování -lázeňský dům BEZRUČ, polopenzi, procedury. Cena bude ještě snížena v závislosti na tom, zda účastnice byla letos na rekondici ve Slatinicích. Nutno zaplatit do konce září, výjimečně hotově v kanceláři (po,st.) na účet-374145773/0300. Před odjezdem účastnicím pobytu sdělíme podrobnější informace

V lázeňském bazénu budeme v pátek 9.10.opět pořádat **akci Plaveme prsa.**

**12.10. 14:30 hod-přednáška: Měření cévního věku-přijdou mezi nás zástupci z Revírní bratrské pojišťovny, se kterou spolupracují a na jejich Dnech zdraví představují veřejnosti náš spolek Onko Amazonky a edukují samovyšetřování prsou. Přednáška se uskuteční v Seminárním Centru Akademie**

**15.října 8:30hod-se snad, do třetice, konečně uskuteční výlet do Archeoparku a Rybího domu u Chotěbuzi,** pokud bude příznivá situace, kdyby zase došlo ke změně, budeme Vás informovat. Vstupné do archeoparku by mělo být zdarma a otevřen bude po rekonstrukci už celý areál. Vemte sebou i kamarádku, partnera či vnoučata. Pojedeme vlakem (odjezd 8:30 ze Svinova nebo 8:38 z Hl. nádraží). Z nádraží půjdeme pěšky cca 20 min. Archeologická lokalita Chotěbuz-Podobora je jednou z nejvýznamnějších pravěkých a raně středověkých památek Těšínského Slezska. Potom navštívíme Rybí dům, kde si prohlédneme akvária a taky si můžete vybrat něco dobrého k obědu z široké nabídky rybích specialit.



**9.11. 14:30 hod –babinec** Přijďte si jen tak popovídat a dozvědět se novinky o naší činnosti. Setkání se uskuteční jako obvykle v Seminárním Centru Akademie

**12.-15.11. relaxační pobyt v penzion Šance ve Frýdlantu nad Ostravicí-**odjezd autobusu v **9:30 hod** od Domu kultury. Cena pobytu je 1000.- Nutno zaplatit do konce října. Na pobyt přispíváme z výtěžku květinového dne. Pobyt začíná a končí obědem. Opět se budeme věnovat ručním pracím. Vezměte si sebou: nůžky a pokud si chcete vyrábět věnce, přineste si vlastní materiál a kdo má, i tavnou pistoli. Tentokrát budeme na ván. trhy v Gongu na prodej šít sovičky.

**Mikulášské setkání- 4.12. ve 14:00 hod** letos se opět v prosinci setkáme v sále ve Středisku volného času na Ostrčilově ulici. Do konce listopadu vybíráme 50.- na občerstvení.

**Členský příspěvek na rok 2021 zůstává ve výši 250.-**

**Gratulace těm z Vás, které oslaví své narozeniny v říjnu, listopadu a prosinci:**

**8.10. Alena K.(70 let),30.10.Miroslava Č. (87let),  
10.11 Monika V. (70let),  
20.11. Nataša K.(60let) 9.12 Dana H (81 let)  
24.12. Eva L.( 70 let), 24.12. Jana V(75 let)**



## Stalo se...

...protiepidemiologická opatření omezila naše aktivity a tak se teprve až koncem června mohla konat naše Výroční členská schůze. I když ještě za některých bezpečnostních opatření. Nebylo to možné v našem tradičním místě, Středisku volného času na Ostrčilově ulici, tam nás zatím nepustili, místo se našlo v Seminárním Centru Akademie. Samozřejmě za dodržení všech bezpečnostních opatření. Tak trochu divně působilo rozsazení na předepsanou vzdálenost, ale zase jsme se v tom velkém sále vizuálně neztratily. Užívaly jsme si možnost být spolu po dlouhé době bez roušek. Káva, občerstvení a schůze mohla začít. Jejího vedení se opět s přehledem ujala Eva Bartuszková. Se správou o činnosti spolku za minulý rok nás seznámila předsedkyně Katka Pintérová. A protože je v sále k dispozici audiovizuální technika, udělala to formou prezentace. A moc se jí to povedlo. Při promítání jsme si připomněly naši bohatou činnost a o co jsme letos zůstaly ochuzeny. Každá schůze má svůj ustálený řád, zpráva o hospodaření spolku, které pečlivě a svědomitě vede Gita, zpráva revizní komise, plán činnosti na období před námi. Ten je letos poněkud kratší a ovlivněn nejistou situací, přesto nás kromě obvyklých pravidelných činností čekají dvě význačné akce. Koncem září odložená sbírka Český den proti rakovině a předtím tradiční Setkání členek patientských organizací Moravskoslezského kraje. Letos jsme pořadatelkami my, a přípravy už jsou v plném proudu. Akce se uskuteční v areálu Dolní oblasti Vítkovic. Je to organizačně velmi



náročné, každá pomocná ruka je vítána, aby vše klaplo, hostům se v Ostravě líbilo a my jako hostitelky obstály...

Hospodaření i plán činnosti byly schváleny bez připomínek.

Závěrečná diskuse se týkala uplynulého podivného času, situace kterou nikdo z nás nečekal a se kterou se budeme asi

vyrovnávat ještě dlouho. Snad už je to za námi, a když ne, budeme připraveny.

Když jsme pokořily rakovinu, tak musíme i toto. Jsme přece silné AMAZONKY.





...28.srpna jsem zastupovala náš spolek na natáčení klipu pro dobrou věc. Bezva parta lidí z těšínského F CENTRA rozjíždí opět, již třetím rokem kampaň pod názvem #jdeoprsa. V Dolní oblasti Vítkovic se točilo informační video, které by mělo podpořit prodej deodorantu a část výtěžku půjde opět pro nás Amazonky.

## PODPORUJÍ NÁS

Činnost spolku ONKO-AMAZONKY by nemohla být bez finanční podpory.  
Děkujeme



**Zpravodaj** – vychází každé čtvrtletí, neprodejné – vydáváno pouze pro vlastní potřeby.  
**Úřední hodiny ve Seminárním centru Akademie, Hrušovská 16, Ostrava 1**  
**Po 10 – 12 hod St 14 – 16 hod**

Zpracovala: K. Pintérová tel. 603 442 519 ,602 344 495  
Distribuce a evidence: G.Wilkonská, tel. 603 714 767 , 602 540 792