

Zpravodaj



Ročník 20

Číslo 4

Říjen 2019

Milé Amazonky

Končí prázdniny a já doufám, že zdravé a odpočaté se navracíte do koloběhu všedních dní. Ale nudit se určitě nebudeme. Plánujeme pro Vás spoustu zajímavých akcí. Tak si nezapomeňte poznačit do svých kalendářů, ať se zase sejdem v hojném počtu...

Program na IV. čtvrtletí 2019

6.- 12. října		rekondiční pobyt Karlova Studánka
14. října	14:30 hod	přednáška Ochrana člověka před riziky-Hasičský záchranný sbor -Seminární Centrum Akademie Ostrava, Hrušovská 16
5. listopadu	8:30 hod	exkurze do Valašského Meziříčí-Gobelínka a Muzeum řeznictví
11.listopadu	14:30 hod	přednáška Kde můžeme pomoci-Charita Ostrava, Seminární Centrum Akademie , Ostrava, Hrušovská 16
14.-17.listopadu	9:30 hod	relaxační pobyt v penzionu Šance, Frýdlant nad Ostravicí
6. prosince	14:00 hod	tradiční Mikulášské setkání, Středisko volného času, Ostrava, Ostrčilova 19



6.-12.10. rekondiční pobyt Karlova Studánka-doprava tam i zpět individuální. Pobyt začíná večerí a končí obědem. Základní cena 4518.- Kč zahrnuje ubytování -lázeňský dům BEZRUČ, polopenzi, procedury a lázeňský poplatek. Cena bude snížena v závislosti na tom, zda účastnice byla letos na rekondici ve Slatinicích. A pro každou účastnici bude letos pobyt ještě levnější, protože jsme obdrželi dar 20 000.- Kč od společnosti RESIDOMO. O konečné ceně, která se bude odvíjet od počtu účastnic budete včas informovány Nutno zaplatit do konce září, výjimečně hotově v kanceláři (po,st.) na účet-374145773/0300. Před odjezdem

účastnicím pobytu sdělíme podrobnější informace,pokyny,info o autobusech mailem atd..

V lázeňském bazénu budeme v pátek 11.10. opět pořádat akci **Plaveme prsa**, kde budeme o důležitosti prevence hovořit s návštěvníky



14.10. 14:30 hod- přednáška: Ochrana člověka před riziky Přijdou mezi nás zástupci z ostravského Hasičského záchranného sboru a budou nás informovat o rizicích vzniku požáru. Přednáška se uskuteční v Seminárním Centru Akademie

5.11. exkurze do Valašského Meziříčí-zveme Vás všechny na tradiční podzimní exkurzi. Pokud bude místo v autobuse, můžete opět sebou vzít rodinu a kamarádky. Pro členky je cena 50.- Ostatní zaplatí vstupné(50.- muzeum gobelínů a 90.-muzeum řeznictví s ochutnávkou)Odjíždíme od Domu kultury v **8:30hod**



Program: návštěva Muzea řeznictví u masokombinátu Krásno spojená s malou ochutnávkou jejich produktů a piva, potom se přesuneme do **Gobelínky** v centru Valašského Meziříčí. Zde si po komentované prohlídce můžeme posedět na kávičku v krásné stylové **Schlatauervě kavárně** mezi gobelíny. Nakonec, pokud bude čas a počasí, můžeme navštívit náměstí nebo Zámek Žerotínů ve Valašském Meziříčí.



11.11. 14:30 hod –přednáška: Zástupci z **Charity Ostrava** k nám přijdou povídat o tom, kde všude pomáhají a také představit nabídku svých služeb. Přednáška se uskuteční jako obvykle v Seminárním Centru Akademie

14.-17.11. relaxační pobyt v penzion Šance ve Frýdlantu nad Ostravicí-odjezd autobusu v 9:30 hod od Domu kultury. Cena pobytu je 900.- 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, předměty, které chcete ozdobit ubrouskovou technikou, a kdo má, i tavnou pistoli. Kdo chce vyrábět papírové košíčky přinese si staré noviny nebo tel. seznam, karton, špejle a lepidlo HERKULES, a misku, která určí tvar košíčku. Dále budeme vyrábět vánoční stromečky, anděly a věnečky zdobené nudlemi, materiál dodá Lydie. Vloni se moc líbily adventní věnce, přineste si korpusy, lepší slaměné a přírodniny na zdobení.

28.11 proběhne opět v Gongu v Dolní oblasti Vítkovic akce pod názvem Křídlení, kde budeme naše výrobky nabízet k prodeji.

Mikulášské setkání- 6.12. ve 14:00 hod- čas konání ještě upřesníme setkáme se v sále ve Středisku volného času na Ostrčilově ulici. Do konce listopadu vybíráme 50.- na občerstvení.

Členský příspěvek na rok 2020 zůstává ve výši 250.-

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

30.10.Miroslava Č. (86let)

16.11Jana B. (70let),

16.11 Renata R..(60let)

9.12 Dana H. (81 let)

18.12. Dana K. (75 let)



Poděkování.

Naše zakladatelka Liduška Váchová moc děkuje všem členkám za slova podpory, které se jí dostaly. Asi už všechny víte, že leží v nemocnici s těžkým zraněním po autonehodě.

Stalo se...

...18.6. jsme navštívily ostravskou ZOO. Většinu asi odradilo horké počasí, ale ty co přišly si užily pěknou procházku ve stínu stromů a bez davu návštěvníků...

...12.-15.6.se naše členky zúčastnily mezinárodní konference Reach to Recovery v Praze, kterou pořádala Aliance žen s rakovinou.prsu. Sešly se zde ženy s celého světa, které spojuje společné téma-problematika života s rakovinou prsu. Spousta odborných přednášek na toto téma, ale také mnoho osobních příběhů. Mezi delegátkami z celého světa a zástupkyněmi českých pacientských organizací byly také Amazonky Katka, Gita a Marta. Náročný program vyvrcholil v sobotu účastí na pražském Avon pochodu...



...27.7. jsme podnikli zájezd do polského Opole. Absolvovali jsme zajímavou prohlídku města s průvodkyní. Druhou plánovanou návštěvu Japonské zahrady v Pisarzowicích jsme ale nestihli, protože nám cestu zkomplikovala porucha autobusu a bloudění řidiče. Ale brali jsme to s humorem...

...12.8. jsme se v hojném počtu sešly již potřetí u naší členky Jindry na její krásné zahradě ve Frýdlantě nad Ostravicí na letní grilovací akci Opeč si svůj párek ...



...v červnu skončila kampaň Aliance pod názvem Ostře sledovaná prsa. V rámci které jsme prováděly edukační činnost pro veřejnost ve spolupráci s Revírní bratrskou pojišťovnou, se kterou chceme po prázdninách s edukačními akcemi spolupracovat...

PODPORUJÍ NÁS

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

OSTRAVA!!!

Aliance žen
s rakovinou prsu



OSTRAVA!!!
PORUBA

MĚSTO
VRATIMOV

RESIDOM

OSTRAVA!!!
OSTRAVA-JIH

RYOR



OSTRAVA!!!
MORAVSKÁ OSTRAVA
A PŘÍVOZ

Zpravodaj – vychází každé čtvrtletí, neprodejný – vydáván 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