

Zpravodaj



Ročník 26

Číslo 2

Duben 2025

Milé Amazonky

Pomalou se probíráme ze zimního spánku, i když letos nás zima nijak zvlášť nepotrápila. Připravili jsme pro Vás opět spoustu jarních akcí. Nově zkusíme rekondiční pobyt ve Františkových Lázních, na který jsme dostaly dobré reference. Těšíme se na Vás...

Program na II. čtvrtletí 2025

6.-11. dubna		Rekondiční pobyt ve Slatinicích
28. dubna	14:00 hod	Výroční členská schůze -Seminární Centrum Akademie, Hrušovská 16
12. května	14:30 hod	Přednáška První pomoc Seminární Centrum Akademie, Hrušovská 16
14. května		Český den proti rakovině
9.června	14:30 hod	Schůzka-Babinec, Seminární Centrum Akademie, Hrušovská 16
15.-22.června		Rekondiční pobyt ve Františkových Lázních
24.června	10:00 hod	návštěva ostravského muzea Výstava Lauby



6.-11.4. se uskuteční **rekondiční pobyt v Lázních Slatinice**

(6 dní/5nocí). Plná cena pobytu je letos 8600 .-Díky příspěvku od LIGY PROTI RAKOVINĚ a dalších sponzorů je konečná cena pro naše členky **6000.-** Cena zahrnuje 5 nocí, plnou penzi , 5 procedur a 2x vstup do bazénu. Ubytování a služby jsou opět v lázeňském domě BALNEA**** Zaplatit je třeba na náš účet 374145773/0300 do konce

března(výjimečně i hotově). Lázeňský poplatek vybereme na místě.

28.dubna ve 14:00 hod se bude konat **Výroční členská schůze** ve Velkém sále Seminárního Centra na Hrušovské ulici v 1. patře a všechny jste srdečně zvány na setkání. **Občerstvení zajištěno.**

12. května ve 14:30 hod se bude v Seminárním Centru konat **přednáška paní Tichopádové- První pomoc.** Kdysi dávno jsme již přednášku o poskytování první pomoci absolvovaly, ale toto důležité téma si neškodí osvěžit. Přednáška se koná v Seminárním Centru na Hrušovské 16

Český den proti rakovině se bude konat ve středu **14.května.** Sbíрку pořádá Liga proti rakovině jako Český den proti rakovině. Téma: Prevence rakoviny tlustého střeva a konečníku. Koordinátorky sbírky jsou Gita a Katka. Organizace této akce je velmi náročná a proto oceníme pomoc každé z Vás, i když prodáte jen pár kytiček. Část z výtěžku této akce nám Liga proti rakovině poskytne na naši činnost . Objednaly jsme 8000 kvítků. Opět nám pomohou dobrovolníci a studenti.



9.června ve 14:30 hod se koná poslední schůzka-Babinec před prázdninami. Přijďte si popovídat a pro nový Zpravodaj , kde se dozvíte, co pro Vás chystáme na léto. Akce se koná v Seminárním Centru na Hrušovské 16

Ve dnech 15.- 22.6. se uskuteční **rekondiční pobyt ve Františkových Lázních v penzionu FRANCIS SPA HOTEL***** Celková cena je 7850.-(ve dvoulůžkovém pokoji) nebo 9250.-(jednolůžkový pokoj) V ceně je zahrnuto 7x ubytování, polopenze, 10 procedur a vstupní lék. konzultace. Těm z Vás, které nebyly v dubnu ve Slatinicích přispějeme 1000.-. Láz. poplatek 50.-/noc uhradíte na místě, Dopravu si zajistí každá sama, pojedeme přímým vlakem z Ostravy tam i zpět. Pobyt je již naplněn, evidujeme jen případné náhradníky. Přihlášené budeme v předstihu informovat o podrobnostech a termínu zaplacení





24.června v 10:00 hod se s námi pojdte podívat do ostravského muzea. Kromě trvalých expozic je k vidění zajímavá výstava o zaniklé části ostravského centra zvané Lauby. Potom si tradičně zajdeme posedět někam na kafičko. Snažím se domluvit komentovanou prohlídku. Vstupné pro členky uhradíme.

Poslední cvičení před letními prázdninami bude 25.června. Dům dětí čeká velká rekonstrukce, do konce června cvičíme jako obvykle. Po prázdninách uvidíme, zda budeme moci pokračovat...

Připravujeme opět rekondiční pobyt v Karlově Studánce v termínu 5.-11.10 2025 Podrobnosti k pobytu budou v dalším Zpravodaji. Základní cena je 8221.-(6x ubytování na Bezručí, 6x polopenze 5 procedur). Kdo nebyl letos ve Slatinicích či Fr. Lázních, dostane příspěvek spolku 1 000.- Snažíme se ještě získat nějakou dotaci, zatím nevíme, zda úspěšně.



Nezapomeňte zaplatit členský příspěvek 250.-(ideálně na účet) či hotově, nejpozději na členské schůzi

Gratulace těm z nás, které oslaví své narozeniny v dubnu, květnu a červnu

Stalo se...

...na našich webových stránkách stále nevidíte zprávy z našich letošních akcí. Náš web je již zastaralý a spravovat jej je čím dál tím obtížnější. Hledáme cesty, jak jeho vzhled modernizovat, ale nějaký čas to potrvá. Zatím naše aktivity můžete sledovat hlavně na Facebooku

...první setkání a zajímavá přednáška proběhla 13.1., informace o službě, kterou provozuje naše město pod názvem SOCIOPPOINT.

Tuto službu pro občany Ostravy nám přišly představit pracovnice Magistrátu města Ostravy Mgr. P. Dvořáková a Mgr. S. Kseničová.. Tento program pro občany v tíživé sociální situaci se po zkušební době osvědčil a nyní je pevnou součástí sociálních služeb pro Ostravu. V diskuzi se dostalo i na zkušenosti našich členek ...

... 10. února jsme se opět sešly na našem pravidelném měsíčním setkání zvaném Babinec...

...24. února jsme opět zavítaly do porubské Menssany trochu potrápít mozkové závity při trénování paměti...

...naše edukační činnost neustále probíhá, seznamujeme ženy, jak se starat o zdravá prsa, ukazujeme jak provádět samovyšetřování. Snímek je z akce pořádané RBP zdravotní pojišťovnou v ostravském Futuru, kde jsme edukovali spolu s Belliskami...



... naši činnost můžete podpořit příspěvkem na náš transparentní účet založený u ČSOB číslo 297012001/0300

PODPORUJÍ NÁS

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

OSTRAVA!!!



RYOR



Zpravodaj – vychází každé čtvrtletí, neprodejný – vydáván pouze pro vlastní potřeby.

Úřední hodiny v 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. 602 540 792

Číslo účtu 374145773/0300 ČSOB ,a.s.Ostrava

IČO 44941226