

Zpravodaj



Ročník 27

Číslo 2

Duben 2026

Milé Amazonky

Probíráme se ze zimního spánku a těšíme se na jaro. A my jsme pro Vás připravily opět spoustu jarních akcí. Pozorně si vše pročtete a zapište si do diáře. Těšíme se na Vás...

Program na II. čtvrtletí 2026

12.-17. dubna		Rekondiční pobyt ve Slatinicích
27. dubna	14:00 hod	Výroční členská schůze -Seminární Centrum Akademie, Hrušovská 16
11. května	14:30 hod	Přednáška Kůže –co bychom o ní měly vědět Seminární Centrum Akademie, Hrušovská 16
13. května		Český den proti rakovině
28.května	15:30 hod	návštěva expozice Historie ostravského vodárenství-věž Babylon, Vodárna.-Nová ves
8.června	14:30 hod	Schůzka-Babinec, Seminární Centrum Akademie, Hrušovská 16
14.-21.června		Rekondiční pobyt ve Františkových Lázních



12.-17.4. se uskuteční **rekondiční pobyt v Lázních Slatinice**

(6 dní/5 nocí). Plná cena pobytu je letos 8800 .-Díky příspěvku sponzorů je konečná cena pro naše členky **6300.-** 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.

Pobyt je již obsazen.

27.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 . **Občerstvení zajištěno.**

11. května ve 14:30 hod se bude v Seminárním Centru konat **přednáška paní Tichopádové- Kůže-co bychom o ní měli vědět.** Přednáška se koná v Seminárním Centru na Hrušovské 16

Český den proti rakovině – jubilejní 30. ročník se bude konat ve středu **13.května.** Sbirku pořádá Liga proti rakovině téma: Nádory hlavy a krku. 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.



28.května v 15:30 hod se uskuteční **exkurze na Vodárnu** v ostravské Nové Vsi do muzea ve vodárenské věži Babylon. **Vzhledem k přísným bezpečnostním podmínkám je umožněn vstup pouze pro 9 osob a není to vhodné pro osoby s problémy s pohyblivostí.** Hlaste se, kdo má zájem. Sraz bude v 15:15 před vodárnou, akce trvá 90 min.



8.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 14.- 21.6. se uskuteční **rekondiční pobyt ve Františkových Lázních v penzionu FRANCIS SPA HOTEL***** Celková cena je 8500.-(ve dvoulůžkovém pokoji) nebo 9900.-(jednolůžkový pokoj) V ceně je zahrnuto 7x ubytování, polopenze + polévka na oběd, 10 procedur a vstupní lék. konzultace. Těm z Vás, které nebyly v dubnu ve Slatinicích přispějeme 1000.-.Cena bude ještě o něco nižší podle toho, kolik se nám podaří získat od sponzorů. Láz. poplatek 50.-/noc uhradíte na místě, Dopravu si zajistí každá sama, pojedeme přímým vlakem z Ostravy tam i zpět. **Závazné přihlášky budeme rozdávat na Výroční schůzi 27.4..** Přihlášene budeme v předstihu informovat o podrobnostech a termínu zaplacení.



Poslední cvičení před letními prázdninami bude 23.června.

.Připravujeme opět rekondiční pobyt v **Karlově Studánce** v termínu 4.-10.10 2026 Podrobnosti k pobytu budou v dalším Zpravodaji. Základní cena bude asi 8500.- (6x ubytování na Bezručí, 6x polopenze, 5 procedur) . Kdo nebyl letos ve Slatinicích či Fr. Lázních, dostane příspěvek spolku 1000.- 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...

...14.1. proběhla naše první letošní schůzka- tradiční Babinec, na kterém si vždy máme o čem povídat...

9.2. se konala přednáška o bezpečnosti pro seniory, z cyklu akcí, které pořádá Městská Policie Ostrava a my se dozvěděly spoustu zajímavých tipů...

23.2. jsme opět navštívily ostravskou Menssanu. Příjemně strávená hodinka pečlivě připravená p.. Dagmar Podrazovou, plná pohody, vnitřního zklidnění a harmonie. Moc jsme si to užily...





...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 a proměřit si stav svého zdraví přišla i řada z Vás.....

... 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, neprodejně – vydáváno 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