

Rok 2021 se pomalu blíží ke svému konci a my vám představujeme poslední letošní porci VOLNOČASOVEK a tradiční VÁNOČNÍ BENEFIČNÍ KONCERT. Upřímně doufáme, že se i přes zhoršenou epidemiologickou situaci všechny plánované akce uskuteční.

Abychom však předešli potížím a chovali se maximálně zodpovědně, omezili jsme počty účastníků na jednotlivé akce. Také bude třeba, abyste při akcích konaných v Centru samostatného života měli alespoň rouškou chráněná ústa a nos. Účast na Vánočním benefičním koncertu pak bude podmíněna obecnými pravidly nastavenými pro konání akcí. Jejich aktuálnost budeme ověřovat a přihlášené účastníky informovat. Rozhodně bude pro účast třeba doklad o očkování nebo negativním testu. Děkujeme za pochopení.

Pro všechny VOLNOČASOVKY obecně platí, **že je třeba se k účasti předem přihlásit, a to nejpozději do pátku před konanou akcí. Hlásit se můžete u Věry Malé (tel.: 736 485 859, e-mail: mala@pov.cz).**

Pro zájemce, kteří se nemohou dopravit městskou hromadnou dopravou, nabízíme dopravu mikrobusey. Kapacita svozu je ale omezená. Také jednotlivé akce jsou omezené počtem účastníků, je třeba se hlásit včas. Účastnický poplatek je 50,- Kč na osobu. Platí i doprovod.

POZOR: Změna programu VOLNOČASOVEK 2021 vyhrazena. O posunech termínů budeme informovat všechny přihlášené telefonicky a současně případné změny zveřejníme na webových stránkách [www.pov.cz](http://www.pov.cz) ve složce VOLNOČASOVKY. Možnost účastnit se programu není vázána na členství v organizaci, ale členové POV mají v účasti přednost.

### ONLINE AKCE POV – DŮLEŽITÉ INFORMACE

Následující informace se vztahují na všechny aktuálně plánované online akce POV. Online akce se odehrávají na platformě Google Meet. Odkaz na lekci naleznete nejpozději v den konání v popisu volnočasovky na webu [www.pov.cz](http://www.pov.cz), přihlášeným účastníkům ji pošleme do mailu den předem. Na odkaz stačí „kliknout“. V současné době není potřeba mít zřízený účet u Google, tedy Gmail. Budete-li mít s připojením k akcím potíže, pokusíme se vám s jejich vyřešením pomoci. Neváhejte a zavolejte nám. Na online akce se nevztahuje účastnický poplatek, jsou zdarma.

### PŘÍPOMÍNKA inzerovaných říjnových akcí

**20. ŘÍJNA, středa, TVOŘIVÉ SETKÁNÍ.** Chcete se stát opravdovým malířem? Objevte práci s akrylovými barvami a jejich kouzlem, Centrum samostatného života, 15:15 – 16:45.

**27. ŘÍJNA, středa, JÓGA PRO SEDÍCÍ.** Jemná jógová a dechová cvičení pod vedením lektorky Jitky Dytrychové, Centrum samostatného života, 15:15 – 16:45.

## **VOLNOČASOVKY LISTOPAD 2021**

### **3. LISTOPADU, středa, ŠIP-KÁRY.**

Oblíbenou VOLNOČASOVKOU je trénink moderních elektronických šipek. Hrajeme na klasický, vysoký terč. Všechny potřebné pomůcky účastníkům na místě půjčujeme. Sejdeme se v SB Centru Chodov, K Horkám 1, Praha 4. Začátek programu je v 17:30, oficiální závěr pak ve 21:00.

### **5. LISTOPADU, pátek, VYCHÁZKA BEZ BARIÉR.**

Ústav organické chemie a biochemie AV ČR nabízí neobyčejnou architektonickou prohlídku nové budovy v Dejvicích, která má kromě jedinečného tvaru i krásnou střešní terasu se zahradou a výhledem na Prahu. Součástí prohlídky je také populárně-naučný vhléd do nejmodernějšího výzkumu. Vycházka pak bude pokračovat kolem nové budovy Fakulty architektury do další architektonicky výrazné moderní stavby Národní technické knihovny, která má v přízemí příjemnou kavárnu. Převážná část vycházky proběhne ve vnitřních prostorech, z nepředvídatelného listopadového počasí proto není třeba mít obavy.

Doprava na akci je zajištěná mikrobusy, svoz účastníků bude probíhat od 11.30, začátek akce je ve 13:00, rozvoz zpět je objednaný na 16:00. Akce je vzhledem k dobré přístupnosti vhodná i pro zájemce na elektrickém vozíku. Podrobnosti o přístupnosti sdělíme přihlášeným.

### **24. LISTOPADU, středa, TVOŘIVÁ SETKÁNÍ - Výroba adventních věnců.**

V listopadovém programu nechybí tradiční výroba adventních věnců s lektorkou a pomocnicí Hanou Müllerovou. Tvořit budeme v Centru samostatného života POV, Benediktská 6, Praha 1. Komponenty a dekorace věnců si můžete dovézt vlastní, případně můžete tvořit z věcí, které připravíme. U hrnečku svařeného vína se sejdeme v 15:15, předpokládaný konec je v 16:45. Podrobnosti sdělíme všem přihlášeným.

## **ONLINE JÓGA PRO SEDÍCÍ**

Nabízíme vám další dvě online hodiny jógového cvičení pod vedením lektorky Jitky Dytrychové ([www.hridaya.cz](http://www.hridaya.cz)), které můžete odcvičit v pohodlí domova. (Informace o tom, jak na online události, naleznete výše v článku Online akce POV – důležité informace.)

**Jóga pro sedící online VIII.** – úterý 9. listopadu od 15:00

**Jóga pro sedící online IX.** – úterý 7. prosince od 15:00

## ÚTERNÍ PAVLAČ

Zveme vás srdečně k online setkání pavlačových „drben a drbačů“. Pojdte si s námi nenuceně popovídat o tom, jak se vám daří, co zrovna plánujete a děláte, co vás trápí, nebo co vás potěšilo v uplynulých dnech. Společně se v předvánočním čase inspirujme, kde vybrat zajímavé vánoční dárky, co upéct dobrého a jak potěšit blízké i sebe. (Informace o tom, jak na online události, naleznete výše v článku Online akce POV – důležité informace.)

**PAVLAČ** - úterý 23. listopadu od 10:30

**PAVLAČ** – úterý 14. prosince od 10:30

## PŘEKONEJME BARIÉRY

Osmnáctý ročník akce s názvem Překonejme bariéry, určené zejména studentům technických a uměleckoprůmyslových škol, proběhne letos ve dnech 3. 11. a 4. 11. od 9.00 do 16.00. Společný projekt FA ČVUT – Ústavu nauky o budovách, Pražské organizace vozíčkářů a Sjednocené organizace nevidomých a slabozrakých se bude opět konat ve vnitřním atriu budovy Fakulty architektury ČVUT v pražských Dejvicích.

Smyslem akce je budoucím architektům, designérům a technikům ukázat specifika pohybu osob s nejrůznějšími typy pohybového nebo zrakového postižení a zároveň přiblížit na modelovém prostředí legislativní požadavky zabezpečující bezbariérové užívání staveb. Studenti si mohou kromě různých kompenzačních pomůcek vyzkoušet i tzv. gerontooblek, simulující pohybová, sluchová i zraková omezení lidí v pokročilém věku.

## POZVÁNKA NA BENEFIČNÍ VÁNOČNÍ KONCERT PRO POV

Srdečně vás zveme na **VÁNOČNÍ BENEFIČNÍ KONCERT PRO POV**, který se uskuteční v pondělí **13. prosince od 18:30**. Díky laskavosti ČCE a pana faráře Michala Šourka se opět sejdeme ve sborovém domě Milíče z Kroměříže, Donovalská 2331/53, Praha 11 – vedle Chodovské tvrze. Hudební program pro nás i letos připravilo skvělé smyčcové Kvarteto Apollon. Prosíme všechny zájemce o účast, aby se telefonicky přihlásili v POV. Pro členy z Prahy zajistíme dopravu. Její kapacita je omezená, proto se hlase k účasti co nejdříve, nejpozději však do 7. prosince do 16:00.

## Klub TÚRA UKONČIL SEZÓNU 2021

Chceme touto cestou poděkovat hlavnímu organizátorovi Ondrovi Frankovi a jeho pomocníkům za čas, nasazení a ochotu. Poděkování posíláme také řidičům Handicap Transportu, kteří nám obětovali víkendové dny mnoho let zpátky. Nebýt spolehlivého dopravce, který je ochoten

zajistit jízdy i o víkendu a ve svátky, nemohl by Klub TÚRA nabídnout tolik lákavých a atraktivních výletů. MOC DĚKUJEME!!!

Program Klubu TÚRA na rok 2022 budeme sestavovat, až bude jasnější, za jakých podmínek bude fungovat nový dopravce, který od ledna 2022 Handicap Transport nahradí.

### **ČLENSKÉ PŘÍSPĚVKY**

Prosím, zkontrolujte, zda jste zaplatili členské příspěvky za rok 2021. Činí pouhých 100,- Kč. Způsoby úhrady jsou přesně popsány na [www.pov.cz](http://www.pov.cz), v levém menu ve složce O NÁS – Členství. Nejste-li si platbou jistí, kontaktujte Věru Malou. Ta vám také pomůže při jakýchkoliv nejasnostech, jak platbu uskutečnit. Budete-li hradit členský příspěvek 2021 až nyní a plánujete-li pokračovat ve členství v POV, můžete současně odeslat také příspěvek na rok 2022.

### **NÁVRH NOVELY ZÁKONA Č. 108/2006 Sb. V SENÁTU**

V Novinách POV 3/2021 jsme vás informovali o obavách, které sdílíme s dalšími organizacemi v souvislosti s návrhem novely zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách. Ten obsahuje mimo jiné záměr sloučit pečovatelskou službu a službu osobní asistence. Počítá také se sloučením všech pobytových sociálních služeb v jednu. Pražská organizace vozíčkářů s tímto návrhem jednoznačně nesouhlasí, bohužel, Poslanecká sněmovna přes četné výzvy osob a organizací, kterých se změny dotýkají, návrh schválila a předala Senátu. Ten by se jím mohl zabývat na nejbližší schůzi, tedy již 26. října. Máte-li z návrhů obavu, stejně jako my, prosím, kontaktujte senátory. Jejich seznam a e-mailové adresy najdete na [www.senat.cz](http://www.senat.cz).

### **NABÍDKA BEZPEČNOSTNÍCH SLUŽEB**

Firma Jablotron nám před nedávnem představila svou aplikaci Jablotron S.O.S. Ta nabízí nové možnosti pro zajištění osobního bezpečí a servisu doma i mimo domov. Pro klienty se zdravotním postižením tato služba zahrnuje mimo jiné i pomoc při nenadálých problémech, jakými mohou být i poruchy vozíků na cestách. Rámcovou cenovou nabídku jsme zhodnotili jako velice vstřícnou a jednoznačně dostupnou. Chceme zjistit, zda by byl o podobnou aplikaci mezi členy POV zájem. Pokud ano, zorganizovali bychom v prostorách Centra samostatného života schůzku zájemců a odborníka z Jablotronu, který by podrobně popsal možnosti zmiňované bezpečnostní aplikace. Pokud se chcete dozvědět víc, přihlaste se Věře Malé.

### **UPOZORNĚNÍ NA UZAVŘENÍ KANCELÁŘE POV**

V pátek 29. října a v termínu od 23. do 31. prosince bude kancelář POV uzavřena. Děkujeme za pochopení.

Pražská organizace vozíčkářů, z. s., Benediktská 688/6, Praha 1, [www.pov.cz](http://www.pov.cz), [www.presbariery.cz](http://www.presbariery.cz)

tel.: 224 826 078, 224 827 210, 736 485 859, e-mail: [info@pov.cz](mailto:info@pov.cz)