



NOVINY POV 3/2022

MILÍ ČLENOVÉ,

na druhou polovinu jara jsme připravili nabitý program. Některých oblíbených akcí se dočkáme po dvouleté pauze, třeba Pochodu Praha Prčice nebo oslavy Narozenin POV. Samozřejmostí je další vydatná porce VOLNOČASOVEK 2022. Předposlední dubnová neděle odstartuje letošní výletní sezónu Klubu TÚRA. Věříme, že si z nabídky vyberete a že se budeme často potkávat.

ČLENSKÁ SCHŮZE PRAŽSKÉ ORGANIZACE VOZÍČKÁŘŮ

Na středu 8. června svolává předsedkyně Pražské organizace vozíčkářů Členskou schůzi - DEN POV. Konat se bude v KC Zahrada (Malenická 1784, Praha 11 – Jižní Město).

Na schůzi vás pracovníci POV seznámí s jednotlivými projekty, kterým se věnujeme, a společně naplánujeme budoucí aktivity POV. Dostatečný prostor dáme diskuzi. Po ukončení schůze vás zveme na oslavu Narozenin POV.

Na Den POV je třeba se telefonicky nebo e-mailem přihlásit, nejpozději do 27. května do 15:00. Stejně jako na ostatní pražské akce je třeba, abyste si dopravu na místo konání a zpět domů zajistili sami. Nicméně se pokusíme ještě dispečinku údaje o dopravovaných shrnout tak, aby vše klaplo bez problémů, zejména při večerním rozvozu. Při přihlašování tedy nezapomeňte uvést, zda službu Bezba dopravy využijete. Dopravu budete platit přímo poskytovateli (50,- Kč za osobu a jednu cestu).

PROGRAM ČLENSKÉ SCHŮZE

15:30 – 16:00 – prezence

16:00 – zahájení schůze

1) představení a schválení programu

2) zprávy o projektech realizovaných v roce 2021 a plánech na rok 2022

3) finanční zpráva

4) diskuze

17:50 – ukončení schůze, přesun do předsálí

V době od 17:50 do 18:50 budou probíhat úpravy sálu a přípravy koncertního vystoupení. V tuto dobu bude sál uzavřen. Budeme mít prostor povídat si v předsálí. Děkujeme za pochopení.

NEPŘEHLÉDNĚTE

Pochod Praha Prčice

Členská schůze

Narozeniny POV

Noční pohotovostní služba

VOLNOČASOVKY 2022
program na květen a červen

NAROZENINY POV

Srdečně vás zveme na oslavu výročí vzniku POV, která se uskuteční ve středu 8. června krátce po skončení Členské schůze POV. Slavit budeme v Kulturním centru Zahrada (Malenická 1784, Praha 11 – Jižní Město) od 19:00 do 21:30. Oslavy tří výročí dokupy, protože 29. a jubilejní 30. narozeniny jsme vzhledem k okolnostem oslavit nemohli, zahájí vystoupením swingová kapela Modrá synkopa. Po koncertu vás zveme na raut.

K účasti na Narozeninách POV, stejně tak jako na předcházející Členské schůzi POV, je třeba se přihlásit e-mailem nebo telefonicky nejpozději do 27. května. Při přihlašování uveďte, zda jste si na akci objednali přepravu Bezba dopravou, nebo zda využijete MHD.

POCHOD PRAHA PRČICE

V sobotu **21. května** se uskuteční dvakrát odložený 55. ročník Pochodu Praha – Prčice. Pražská organizace vozíčkářů tradičně zaštiťuje 13 kilometrů dlouhou trasu z Miličina do Prčice určenou pochodníkům s průkazy ZTP a ZTP/P a jejich doprovodům. Pravidla účasti na této trase se liší od nově zavedených pravidel platných pro ostatní trasy. Prosím, věnujte pozornost všem informacím.

Start bude na parkovišti v Miličíně od 9:00 do 10:00. Kontrolní punkt trasy je v Červeném Újezdu (kontrola budou na místě od 11:00 do 13:30). Informace o miličínské trase naleznete na domovských stránkách pořadatele, najdete zde: <https://praha-prcice.cz/trasa/milicin>. Dle pravidel pořadatele na speciální trasu nesmíme pouštět pochodníky bez postižení, nejsou-li doprovodem, a rodiče s dětmi (i v kočárku). Pravidla Pochodu Praha Prčice jsou zcela v pravomoci hlavních pořadatelů a POV je musí dodržovat.

REGISTRACE A PLATBA

Přestože pochodníci na ostatních trasách se musejí registrovat online předem a platit převodem, na miličínské trase zůstávají pravidla stejná. Centrální registrace není potřeba a "pochodné" bude pro všechny stejné, 20,- Kč za osobu. Vybírat se bude na místě. Mějte připravenou přesnou částku. Přestože není nutná registrace, prosíme všechny, kteří se plánují pochodu zúčastnit a nevyužijí námi organizovaný zájezd, aby se přihlásili prostřednictvím e-mailu **frankova@pov.cz**. POV bude organizovat dopravu z Prčice zpět na parkoviště v Miličíně, aby se řidiči dostali ke svým vozům a vyzvedli své posádky v Prčici. Za „kyvadlovou“ dopravu se bude vybírat symbolický poplatek 20,- Kč na osobu. Všechny potřebné informace získáte na startu u organizátorů. K pendlu je třeba se předem přihlásit na výše uvedeném mailu a na místě požadavek potvrdit při úhradě "pochodného"!

Pražská organizace vozíčkářů bude na Pochod Praha – Prčice organizovat hromadný zájezd. Doprava bude zajištěna z předem určených míst srazu, cena zájezdu je 250,- Kč za osobu pro členy organizace a jejich doprovody a 400,- Kč pro ostatní. Členové POV mají přednostní účast. Kapacita zájezdu je omezena. Časy odjezdů budou všem přihlášeným sděleny nejdříve ve středu 18. května.

Přihlásit se k zájezdu musíte telefonicky na telefonních číslech 224 826 078 nebo 736 485 859 nejpozději do 6. května.

Zdrávi došli a dojeli!

VOLNOČASOVKY 2022

K účasti na VOLNOČASOVKÁCH je třeba se hlásit (telefonicky, nebo na e-mailovou adresu mala@pov.cz), ideálně nejpozději dva pracovní dny před konáním. Kapacita akcí je omezená, proto doporučujeme přihlášení neodkládat. Změna programu VOLNOČASOVEK 2022 je vyhrazena. O posunech termínů budeme informovat přihlášené telefonicky a současně případné změny zveřejníme na webových stránkách www.pov.cz ve složce VOLNOČASOVKY.

Možnost účastnit se programu není vázána na členství v organizaci, ale členové POV mají v účasti přednost. Od ledna 2022 nezajišťujeme na akce dopravu, přepravu mikrobusem si musejí zájemci o účast objednat sami. V případě, že se chcete na místo konání dopravit veřejnou dopravou, můžete o pomoc s vyhledáním spojení požádat pracovníky POV. Většina VOLNOČASOVEK 2022 je ZDARMA. Výše případného účastnického příspěvku bude uvedena v popisu jednotlivých akcí.

VOLNOČASOVKY 2022 V KVĚTNU A ČERVNU

PAVLAČ - online povídání o všem, co vás zajímá, tíží nebo těší.

Pomocníkem pro spojení s vámi nám i nadále budou moderní technologie. Máme tak možnost spojit se i s těmi, kteří se nemohou účastnit akcí přímo.

Věra Malá a Tereza Novotná se na vás budou těšit na online Pavlačích. Témata povídání jsou zcela na vás, připravit si můžete i otázky ze sociální oblasti. Potkáme se na platformě Google Meet.

úterý 31. května, 10:30 – 11:30, odkaz: <https://meet.google.com/drb-svfb-poj>

úterý 28. června, 10:30 – 11:30, odkaz: <https://meet.google.com/wyx-gbvd-rnq>

JÓGA ONLINE – dechová a relaxační cvičení pod vedením zkušené lektorky.

Nabízíme vám další hodiny jógového cvičení pod vedením lektorky Jitky Dytrychové (www.hridaya.cz), které můžete odcvičit v pohodlí domova, ale i osobně s námi v POV nebo venku. Předvádí-li lektorka pohyb, který vám vaše fyzické schopnosti neumožňují, je možné jej provést v omezeném rozsahu, nebo si cvik pouze představovat.

úterý 17. května, 15:15- 16:45

Zacvičíme si v kanceláři POV naživo, ale bude možné připojit se k hodině i online. Potkáme se v Centru samostatného života, Benediktská 6, Praha 1, a na platformě Google Meet, odkaz: <https://meet.google.com/ubr-ptwf-pkk>

středa 15. června, 14:00 - 16:00

Tentokrát protáhneme svá těla a osvěžíme mysl v přírodě. Cvičit budeme v Kunratickém lese. Sraz účastníků je na zastávce linky H1 Petýrkova ve 14:00, předpokládaný konec lekce je v 16:00.

U KAFÍČKA – pohodové besedy na zajímavá témata v domácí atmosféře.

DEGUSTACE VÍNA

Změna je život, a proto se tentokrát nesejdeme u kafička, ale u vínečka. Přátelé a sousedé z Víno-klubu pro vás přichystali degustaci bílých a růžových vín. Vše odstartuje vzorek šampaňského. Víno nebudeme jen ochutnávat, ale dozvíme se zajímavosti o jeho pěstování a zpracování. Ochutnávat budeme v Centru samostatného života, Benediktská 6, Praha 1.

středa 1. června, 15:15 - 16:45

ŠIP-KÁRY - trénink moderních elektronických šipek.

Po znatelných výpadcích v tréninku naší amatérské skupiny ŠIP-KÁRY se, jak doufáme, vrátíme k intenzivnějšímu tréninku našich oblíbených šipek. Sejdeme se v SB Centru Chodov, K Horkám 1, Praha 4. Nemáte-li vlastní šipkařské vybavení, nevadí. Vše potřebné vám zapůjčíme. Na místě se platí **vklad 20,- Kč** na úhrady her na elektronickém terči. Házíme na klasický vysoký terč odpovídající šipkařským pravidlům. Dopravu si musí každý účastník zajistit individuálně.

středa 4. května, 17:30 – 21:00

úterý 28. června, 17:30 – 21:00

PSÍ ŽIVOT – poučné setkání s kynologem a čtyřnohými kamarády.

Milovníci a majitelé psů, a to nejen asistenčních, se s námi mohou vydat na společné venčení, na kterém nám zajímavé rady pro soužití psů a lidí dá zkušený kynolog Ivan Benda ze spolku Asisteční psi. Venčit budeme ve Stromovce, sejdeme se ve 13:30 u fontány před Výstavištěm. Končit budeme na stejném místě.

středa 18. května, 13:30 - 15:00

VYCHÁZKY BEZ BARIÉR - toulky zajímavými a přístupnými místy Prahy.

Těší nás, že jste si oblíbili procházky po zajímavých místech Prahy. Proto jsme jich pro vás na měsíce květen a červen připravili hned několik. Byť je letos komplikací doprava, nenechte se odradit a spolu s námi se vydejte na průzkum známých i méně známých zákoutí našeho Hlavního města.

středa 11. května, STARÉ MĚSTO

Procházka srdcem Prahy nikdy neomrzí, proto uličky Starého Města prokličkujeme i letos. Těší se na vás Věra a Tereza.

SRAZ ÚČASTNÍKŮ: přední vchod OD Kotva, 13:00, konec na stejném místě 16:00

středa 25. května, KARLÍN s průvodkyní Helenou Ganickou

Vydáme se za osobitou atmosférou někdejšího pražského předměstí. Těší se na vás Helena, Tereza a Věra .

SRAZ ÚČASTNÍKŮ: Karlínské náměstí, park, u dětského hřiště ve 13:00, konec na stejném místě 16:30.

středa 22. června, PRAŽSKÉ OSTROVY

Užijeme si romantickou atmosférou vltavských ostrovů a dáme si jistě něco dobrého. Těší se na vás Tereza a Věra.

SRAZ ÚČASTNÍKŮ: přední vchod OD Kotva 13:00, nebo piazzetta Národního divadla 13:30, konec 16:00 piazzeta ND, 16:30 OD Kotva

ÚSTAV ORGANICKÉ CHEMIE A BIOCHEMIE AV ČR S BONUSEM

Ústav organické chemie a biochemie AV ČR nám opět 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 vhled do nejmodernějšího výzkumu. Tedy, kdo nezavítal nebo nestihl v minulém roce, nenechte si ujít. Vycházka pak bude pokračovat buď návštěvou kavárny v Národní technické knihovně, nebo navážeme další poutavou menší besedou a prohlídkou Fakulty architektury ČVUT.

Akce proběhne ve čtvrtek 19. května od 14:00 do 17:00 a je vzhledem k dobré přístupnosti vhodná i pro zájemce na elektrickém vozíku. Podrobnosti sdělíme přihlášeným. Doprava na akci je individuální.

CHARITATIVNÍ KONCERT HRADIŠŤANU A JIŘÍHO PAVLICI

Ve čtvrtek 26. května se od 19:00 v kostele sv. Šimona a Judy (U Milosrdných, Praha 1) charitativní koncert skupiny Hradišťan a Jiřího Pavlici. Koncert pořádají naši přátelé z Rotary Clubu Praha City a zvou na něj i členy POV. Ti nebudou platit plné vstupné, ale jen symbolické ve výši 200,- Kč. Počet míst je omezený. Vzhledem k nutné registraci, která bude provedena hromadně z POV, je třeba se k účasti přihlásit, a to nejpozději do pátku 13. května. Doprava na akci je individuální. Podrobnosti sdělíme přihlášeným.



ZAPIŠTE SI DO DIÁŘE - HVĚZDA 2022

V sobotu 3. září se uskuteční jubilejní 40. ročník Sportovního setkání (nejen) vozíčkářů - Hvězda 2022. Jsme rádi, že se u příležitosti takového kulatého jubilea vrátí naše Hvězda do Hvězdy. Sejdeme se tedy zase v malebném prostředí obory před letohrádkem.

Těšit se můžete na všechno, co vám v minulých letech na Hvězdě dělalo radost. Chystáme i výroční trička!

Budeme rádi, když do Hvězdy dorazíte i se svými blízkými a kamarády. Odpolednem provede naše milá Jana Rychterová. Program se ladí. Všechny informace budeme průběžně zveřejňovat na www.pov.cz.

NOČNÍ POHOTOVOSTNÍ SLUŽBA

Zaujala nás nabídka noční pohotovostní služby, o které jsme se dočetli v magazínu VOZKA. Nabízí ji Prosaz a mohou ji využít klienti se zdravotním postižením z celé Prahy.

Domníváme se, že tato možnost pomoci bude velmi žádaná a mnohým ulehčí život, pokud bude opravdu spolehlivá.

Prosaz po uzavření smlouvy s vámi a sestavení individuálního plánu péče zajistí jednorázové služby ve vašem bytě ve večerních a nočních hodinách od 21:00 do 6:00 hod. Pečovatelé pomohou, potřebujete-li uložit ke spánku později, například po návštěvě divadla nebo po návratu ze schůzky, přijedou zajistit vaše polohování v průběhu noci, nebo zajistí pomoc při nenadále situaci, jakou je třeba pád z lůžka (vaše požadavky budou podchyceny dopředu ve vašem individuálním plánu péče).

Pro zdárné naplnění co největšího množství úkonů během noci je preferována ucelená trasa pečovatele. Při návštěvě v domě s více klienty se pokusí dispečink naplánovat co nejvíce úkonů pro vaši spokojenost a klidný spánek. Jedna návštěva by i proto neměla u jednoho uživatele přesáhnout 30 minut a bude zpoplatněna dle zákona o sociálních službách částkou 130,- Kč/hodina, tedy 65,- Kč při péči do 30 minut. Přestože budou přejezdy pečovatelů realizovány vozem, je možné, že řešení některých nenadálých příhod nebo požadavků v lokalitách mimo aktuálně naplánovanou trasu, bude mít časovou prodlevu. Objednavatelé služby mají možnost nechat si u PROSAZU uložené klíče od bytu. Poskytovatelé péče jsou prověřeni a absolvují kurz pracovníka v sociálních službách.



KANCELÁŘ POV

Kancelář POV (Benediktská 688/6, Praha 1) je otevřena od pondělí do čtvrtka od 9:00 do 16:00, v pátek pak od 9:00 do 15:00.

NÁVŠTĚVY V KANCELÁŘI POV DOMLOUVEJTE PŘEDEM S KONKRÉTNÍMI PRACOVNÍKY TELEFONICKY NEBO E-MAILEM. DĚKUJEME.

PRAŽSKÁ ORGANIZACE VOZÍČKÁŘŮ, BENEDIKTSKÁ 688/6, 110 00 PRAHA 1

telefonické spojení: 224 826 078, 224 827 210, 736 485 859

e-mail: info@pov.cz, www.pov.cz, www.presbariery.cz