

## Říjen – prosinec 2021

**Září:**

9. 9. čtvrtek	Zpívání pro zdraví - Rubín
13. - 17. 9.	Rekondice Rezort Sněžné
17.9.	Vycházka
27. 9.	Členská schůze - 14 .00 hod. ÚMČ Brno- střed, Dominikánská ul.
29. 9. - 1. 10.	Český den proti rakovině - prodej kytickek

**Říjen:**

8. 10.	Vycházka Rudka, Kunštát
27. 10.	Výtvarná dílna
středy 10-11 hod.	Plavání
12. 10. úterý	Říjen na růžovo - pořádá Aliance Praha, MOŮ ŽK – zástupce projektu "Nebýt na to sama"
16. 10. sobota	Plaveme prsa - plavecký stadion za Lužánkami - akce pořádaná na počest pana Čepeláka

**Listopad:**

5. 11.	Vycházka Soběšice, Řečkovice
24. 11.	Výtvarná dílna
středy 10-11hod.	Plavání

**Prosinec:**

3. 12.	Vycházka Židenice-Akátky
středy 10-11hod.	Plavání
6. 12.	Členská schůze s vánočním programem
8.12.	Výtvarná dílna

**Zapište si prosím termíny našich akcí do kalendáře.**

**Podrobné informace k jednotlivým aktivitám jsou uvedeny v letáku.**

## Informační leták říjen – prosinec 2021

### Milé členky a členové Klubu Diana, vážení přátelé a příznivci našeho klubu.

Uplynul rok od našeho vzájemného setkání na členské schůzi 29. září 2020 v sále Magistrátu města Brna na Dominikánském náměstí. I když se naše další setkání nemohla uskutečnit kvůli přetrvávajícím opatřením v důsledku trvajících nálezů koronaviru, snažil se výbor Klubu Diana informovat Vás dostupnými prostředky o činnosti klubu a plánech pro období roku 2021, pokud se situace změní.

Byli jsme s Vámi v kontaktu telefonicky, mailem a někteří z Vás se setkávali na vycházkách a výletech v okolí Brna.

### Uskutečněné aktivity a činnost Klubu v období března - září 2021

V měsíci červnu, kdy byly postupně uvolňovány zákazy shromažďování, uskutečnil se plánovaný **rekondiční pobyt od 7. do 14. června 2021 v Luhačovicích - Hotel u Havlíčka pro 21 osob.**

V hotelu jsme byli prvními hosty po uvolnění zákazu, celý hotel včetně stravování nám byl k dispozici bez dalších návštěvníků, takže jsme si bez obav, po celou dobu pobytu užívali čerstvě připravené a desinfikované prostředí ve dvoulůžkových pokojích, vybavených soc. zařízeními a televizí. Vedoucí hotelu pan Hyžík se ochotně staral o naši spokojenost se službami, včetně chutného stravování. Po celou dobu pobytu nám přálo počasí a tak jsme si každý den užívali krásného prostředí lázní Luhačovice a vycházek do okolí. Cílem našich výletů byl pramen Otovka, Viola a Křížová cesta. Navštívili jsme také pramen Aloiska, Kamený kříž, Pražskou čtvrť, Luhačovický zámek a moderní kostel. Na přehradu jsme se svezli vláčkem do Pozlovic. Pitnou kúru nám poskytly prameny Vincentka, Otovka, Aloiska a na vycházkách v okolní přírodě jsme posílili naše plíce a rozhýbali po dlouhé zimě ztuhlé klouby. Některé naše členky si užily několikrát za týden pobyt v plaveckém bazénu, který byl poloprázdný a poskytl nám aktivní relaxaci. Lázeňská kolonáda, příjemné kavárničky, rozkvetlá příroda nám po aktivním programu umožnily si odpočinout, občerstvit se a užít si lázeňské atmosféry.

Autobusový **výlet do Hodonína** se uskutečnil 22. června. místo původního termínu 18. května 2021

Tradiční květnový zájezd nemohl být kvůli koronaviru uskutečněn. Proto byl uspořádán tento autobusový zájezd až koncem června. Změna bohužel negativně ovlivnila účast, bylo nás jen necelá třicítka účastníků, z toho ještě část turistů. Nicméně zájezd dopadl dobře, posloužilo k tomu i slunečné počasí. Naše první zastávka byla u zámku Milotice. Prohlídku jsme měli objednanou a dostali jsme dobrou průvodkyni. Po zámku se procházeli návštěvníci v dobových kostýmech a nechali se s ochotou fotografovat.

Dalším cílem naší cesty bylo město Hodonín. Po cestě vedoucí účastníky seznámil s historií okresního města Hodonín a před obědem jsme stihli prohlídku středu města s mnoha architektonickými památkami. Vedoucí u každého zastavení seznámil přítomné s nejzajímavějšími objekty. Byla též možnost navštívit Masarykovo muzeum.

Odpoledne nás očekával hlavní bod programu, a sice projížďka na parníku po řece Moravě, která tvoří hranici se Slovenskem. Šikovná průvodkyně nás cestou po řece zásobovala výkladem nejen o řece, ale též o lužním lese, kterým jsme projížděli. Hlavně z horní paluby se naskýtal úžasný pohled na řeku a její okolí.

Na závěr nás čekalo překvapení v podobě návštěvy rozhledny Nedánov. Zvláště výstup na

rozhlednu byl v parném dni poněkud náročnější, takže zasluží obdiv ta skupina, která vycházku absolvovala. Po náročně prožitém dni jsme našli odpočinek v blízké restauraci. Zájezd se všem líbil a očekávají pokračování této tradice i v příštích letech.

**Členové výboru Klubu Diana** se v tomto období scházeli dle potřeby a zúčastňovali se aktivit MOÚ

**-24. 5. Pacientská rada MOÚ** - je poradním orgánem Min. Zdravotnictví. Pomáhá pacientům řešit problémy, se kterými se setkají, zlepšení prostředí ústavu, léčbu nemocných a udržuje kontakt pacientů s vedením ústavu. Členy pacientské rady jsou zástupci vedení ústavu, lůžkových i ambulantních oddělení, pacientských organizací a pacientů. Klub Diana zastupuje předsedkyně M. Gruberová. Na jednání této pacientské rady byly podány informace o výsledcích spokojenosti pacientů - 80% hodnotí kladně. Přítomní byli seznámeni s novelizovanými WEB stránkami MOÚ, s činností centra komunikace, ombudsmana, s novým informačním portálem pro pacienty.

Mgr. Andrea Nováková představila nový projekt pro onkopacienty - "**Nebýt na to sama**".

Ředitel MOÚ informoval o uvedení do provozu zrekonstruovaného Bakešova pavilonu, připravovaných projektech pro pacienty, preventivní programy a o dalších výhledech činnosti a aktivit ve prospěch pacientů a návštěvníků MOÚ. Informoval také o statistice následků nákazy Covidem - výsledky jsou uspokojivé.

**- 5. 9. Plavba za zdravím** - Brněnská přehrada. Tak jako každoročně LPR ve spolupráci s MOÚ pořádala Plavbu za zdravím, zúčastnili se 4 členové KD. Účastníky na lodi přivítal ředitel MOÚ, vyzval je k návštěvě přízemí lodě, kde sestřičky z MOÚ prováděli měření tuku a svalové hmoty, dermatologické vyšetření a edukaci na fantomu prsu. Součástí plavby byl kulturní program.

**- 9. 9. Zpívání pro Zdraví** - Nadace zdraví pro Moravu - zúčastnilo se 30 členů Klubu Diana. v Programu vystoupila cimbalová muzika Burčáci a pěvecká skupina z Míkovic.

Po dlouhém období zákazu kulturních akcí byla tato akce pohlazením pro duši a přítomní senioři si zazpívali se zpěváky a prožili odpoledne setkáním se svými přáteli.

### **Rekondiční pobyt v Resortu Sněžné 13. - 17.9.2021.**

Zúčastnilo se nás 19 členů Klubu Diana a byli jsme ubytováni v krásně zařízených dvou a čtyřlůžkových apartmánech s polopenzí. Protože fyzické síly našich členů nejsou stejné, rozdělili se účastníci na několik skupinek, které se různě mísily, podle toho jak se kdo ten den cítil. Během našeho pobytu jsme proto navštívili mnoho míst např. Buchtův kopec, Mílovy, cukrárnu u Hofrů, Blatiny, Dráteničky, Kadov, Svratku s krásně opraveným zámečkem Karlštejn, Penzion u Martina, Medlov, Poličku a další lokality. Dokonce někteří z nás, kteří rádi sbírají houby mněli možnost si nějaké nasušit. Počasí nám přálo a celý týden bylo příjemně a hlavně nepršelo. Pobyt se nám všem moc líbil i díky vstřícnému personálu Resortu Sněžné.

### **Přehled aktivit od října do prosince.**

**Výbor Klubu Diana se zapojí do aktivit MOÚ -- nový projekt pro onkologické pacienty - "Nebýt na to sama."** Program byl zahájen Onkokosmetickou poradnou - problémy s kůží a vlasy po onkoléčbě, pohybovými aktivitami, dále budou následovat psychologické přednášky, výživové poradny. Účast na těchto aktivitách je zdarma a výbor Klubu Diana Vás bude průběžně informovat o těchto službách letáčky.

Vedoucí projektu pro onko pacienty je Mgr. Nováková - [www. nebytnatosama.cz](http://www.nebytnatosama.cz)

**Onkokosmetická poradna MOÚ Švejdův pavilon - kožní ambulance 2, patro** - úterý a středa 16.00 - 18.00 hod.

**Od září bylo zahájeno cvičení JOGY - pondělí 10 - 11 hod - Studio Happyjoga, Mendlovo nám. 2. Brno**

v září byla zahájena **terapie tancem - středa 10 - 11 hod - Studio Magic Free Group, Vídeňská 99, budova č. 10, Brno**

**Lekce jsou zdarma, účast je možno rezervovat přes [www.nebyt-na-to-sama.cz](http://www.nebyt-na-to-sama.cz)**

**Info.tel: 605 590 525**

**Onkologičtí pacienti, kteří mají zájem o tyto aktivity, si účast zajistí osobně.**

## **Výtvarná dílna pro rok 2021**

<b>29. 9. 2021</b>	Výtvarná dílna <b>není</b> – prodej kytickek LPR
<b>27.10.2021</b>	Prostírání
<b>24.11.2021</b>	Brože z organzy
<b>8.12. 2021</b>	Drátkování

Při některých výtvarných technikách si budou členky hradit 50% nákladů na materiál. Výtvarná dílna začíná vždy ve 14.00 hod. Vedoucí za Klub Diana je Zdeňka Vlahová mobil : 604 253 140.

**Z důvodu omezené kapacity výtvarné dílny informujte vedoucí Zdeňku o Vaší účasti ve výtvarné dílně, maximálně 8 osob v daném termínu.**

Program našich středních setkání ve výtvarné dílně je naplánován a domluven s vedoucími ve výtvarné dílně. **Pokud některá z členek nemá o tu konkrétní naplánovanou výtvarnou techniku zájem,** bylo by dobré, aby do výtvarné dílny přišla v jiný den, kdy se jí může vedoucí ve výtvarné dílně věnovat a s vybranou ruční prací pomoci. Veškeré náklady si tyto členky budou hradit samy.

**Plavání - plavecký stadion v Řečkovících - zahájení bude ve středu 6. října od 10 do 11hod.**

Kdo má zájem, přihlaste se u Věrky Pavlíčkové, která je pověřena organizací této aktivity. tel. 737 685 829.

Účast v plaveckých hodinách je podmíněna ukončeným očkovaním proti Covidu, ev. prokázaným testem v každé hodině plavání.

**Jednodenní turistické vycházky :**

**pátek 8. října 2021 - Rudka, Kunštát**

sraz v 8.20 hod. před nádražím v Kr.Poli

odjezd autobusu v 8.27 hod.

návrat do Brna cca 14.30 hod.

V Rudce si prohlédneme uměle vytvořenou jeskyni v níž se nachází 17 soch blanických rytířů, 3 sochy legionářů a zbytky sochy T.G.Masaryka. Sochy vytvořil Stanislav Rolínek, rodák z Bořitova. Jako první vytvořil sochu TGM – byla zničena nacisty. Vstup do jeskyně hlídá socha lva.

Nedaleko jeskyně vznikla smyslová zahrada, v níž si můžete zkusit poznávat rostliny hmatem a čichem. Po prohlídce je možno vystoupat na kamennou rozhlednu na kopci Milenka. Byla postavena v r. 1928 a je 18 metrů vysoká.

Potom se přesuneme do Kunštátu, kde si prohlédneme náměstí a zámecký park a kde je též možnost se občerstvit.

#### **pátek 5. listopadu 2021 – Soběšice – Řečkovice**

sraz v 9.20 hod. před nádražím v Kr.Poli

odjezd autobusu v 9.33 hod. do Soběšic

návrat z Řečkovic autobusem ve 12.30 hod.

Ze Soběšic půjdeme na rozcestí Pod sídlištěm a potom po žluté turistické značce do Řečkovic. Cesta je nenáročná, asi 4 km dlouhá.

#### **Pátek 3. prosince 2021 – Židenice – Akátky**

sraz v 10.00 hod. na zastávce trolejbusu 25,26 Merhautova

návrat ze Staré osady MHD

Vystoupíme na zastávce Vlčnovská a půjdeme do lesoparku Akátky. Projdeme si naučnou stezku a sestoupíme parkem Bohumila Hrabala do Židenic. Cesta je nenáročná asi 3 km dlouhá.

#### **Český den proti rakovině - prodej kytiček se uskuteční ve středu 29.9. - 1.11. 2021 ve prospěch prevence rakoviny ledvin, močového měchýře a prostaty.**

Klub Diana se této akce opět zúčastní a vyzýváme Vás k pomoci splnit společně tento úkol, který nám umožní pokračovat v další činnosti Klubu. Jakékoliv množství kytiček, které prodáte, bude vítaným přínosem.

**Pacientská rada MOÚ se uskuteční v úterý 12. října.** V případě, že máte jakékoliv připomínky k nebo návrhy ke zlepšení prostředí pro pacienty, nebo kontaktu s ošetřujícími lékaři, nahlaste toto M. Gruberové, která je přednese na pacientské radě.

#### **Růžový říjen - organizuje MOÚ, Aliance žen Praha v úterý 12. října 2021 před Janáčkovým divadlem od 15.00 hod.**

Tato akce je určena pro širokou veřejnost jako měsíc, kdy se mluví o rakovině prsu. Cílem je podpořit prevenci a ukázat veřejnosti, jak se ženy s nemocí potýkají. Symbolem je růžová stužka. Součástí setkání bude také kulturní program a výbor Klubu Diana bude mít stánek s edukací a seznámení veřejnosti s naší činností.

**Přijďte podpořit a užít si tuto akci, srdečně všechny zveme.**

#### **Plaveme prsa - tato akce se uskuteční v sobotu 16. října 2021 od 13.00 hod. v plaveckém stadionu za Lužánkami**

Organizátorem je paní Čepeláková a akce bude na počest jejího manžela, pana Čepeláka. Výbor Klubu Diana za podpory Aliance žen Praha se této akce opět zúčastní s informacemi a edukací prevence rakoviny prsu. Přivítáme, když se této akce také zúčastníte a plaváním podpoříte její průběh. Součástí bývá i plavecký program - akvabely, účast zajímavých osob a celé odpoledne provází přátelská atmosféra.

**Členská schůze s vánoční besídkou bude v pondělí 6. prosince 2021 od 14.00 hodin ve společenském sále ÚMČ Brno střed, Dominikánská ul. 2.**

**V programu budou informace o plánovaných aktivitách Klubu Diana na leden - březen 2022, kulturní program, občerstvení a tombola s dárečky, které si navzájem přineseme a nadělíme.**

**Přijďte se pobavit a popovídat si, neboť v této době je málo příležitostí se vzájemně setkávat.**

Výbor Klubu Diana Vám přeje hezké podzimní dny ve zdraví. Vzhledem k přetrvávajícímu výskytu nákazy covidem dodržujte pokyny hygieny a zdravotnických pracovníků .

**Na setkání s Vámi se těší výbor Klubu Diana.**

Česká spořitelna Brno  
tel.: 604 464 669  
č.ú.1353862399/0800

IČO 15548376

e-mail:[dianaklub@post.cz](mailto:dianaklub@post.cz)  
[www.klubdiana.wz.cz](http://www.klubdiana.wz.cz)