



TyfloCentrum

DORÁŠEK



Listopad - 2022

ZPRAVODAJ SONS A TYFLOCENTRA SEMILY
Archivní 570, Semily

e-mail: semily-odbocka@sons.cz

web: www.sons-semily.info a www.sons.cz/semily

e-mail: semily@tyflocentrum-lb.cz

web: <http://tyflocentrum-lb.cz/>

Návštěvní dny v SONS a TyfloCentru Semily

Pondělí	8:30 - 16:30 hod. – SONS
Úterý	8:00 – 12:00 hod. - TC
Středa	8:00 - 16:00 hod. – SONS +TC
Čtvrtek	8:00 - 16:00 hod. – SONS + TC
Plánované akce i mimo klubovnu	
Pátek	zavřeno

Kontakty: SONS

Pavel Paldus 778 441 502
předseda semily-odbocka@sons.cz
paldus@sons.cz

Zuzana Podhajská 778 441 501
místopředsedkyně

Jiří Večerník 605 952 149
pracovník odbočky vecernik@sons.cz

Kontakty: TyfloCentrum

Zuzana Podhajská 737 788 199
semily@tyflocentrum-lb.cz

Vlasta Křapková 736 679 515
semily@tyflocentrum-lb.cz

MOTTO:

Nejsme organizace, která za nevidomé rozhoduje a jedná; jsme nevidomí občané, kteří rozhodují a jednají sami za sebe.

Zásady našeho počínání jsou:

svépomoc, partnerství, solidarita, úcta k lidské důstojnosti ,svobodná volba, zdravý rozum.

Pro případné dobrovolné dárce uvádíme číslo účtu naší odbočky:

3843741329/0800

Společenská kronika:

V měsíci listopadu oslaví narozeniny:

Martinová Věra

Palounek Petr



Přejeme Vám pevné zdraví, štěstí a hodně lásky.

PRAVIDELNÁ SCHŮZKA RADY SONS

Rada odbočky se sejde ke svému jednání **ve středu 23.11.** v 8:00 hod. v klubovně odbočky.

Na každou akci je nutné přihlásit svou účast!!!

*** Případná změna programu vyhrazena ...**

3.11. Bowling v Turnově

Odjezd z autobusového nádraží v 10.33 hod.

Předpokládaný návrat do Semil v 15.18 hod.

10.11. Oblastní shromáždění SONS

začátek v AC MIX baru – u Celerů od 13 hod.

16.11. Paseky nad Jizerou

středa! exkurze - EMBA papírna

Odjezd z autobusového nádraží v 9.03 hod.

Předpokládaný návrat nejpozději v 15.48 hod.

24.11. Nácvik motoriky

výroba adventního věnce (věnec si přineste z loňska)

začátek od 12 hod. v klubovně

Náš recept:

Pečené cukety s kuřecím masem a sýrem výborná večeře - nemají chybu

Na 6 porcí si připravte:

3 větší cukety

sůl, pepř

olivový olej

1 cibuli

chilli dle chuti

500 g kuřecího masa

(jedno jestli dáte mleté nebo ho pokrájíte nadrobno)

4 stroužky česneku

70 g rajského protlaku

oregano nebo tymián

sladkou papriku

100 g oblíbeného sýra

(hodí se gouda, eidam či mozzarella)

Postup:

Cukety rozpulte a vydlabejte dužinu. Vydlabané cukety z obou stran pokapejte olivovým olejem, posolte, opepřete a pečte 15-20 minut při 180 °C.

Mezi tím na oleji osmažte cibuli s chilli, přidejte kuřecí maso, česnek, nakrájenou dužinu z cukety, protlak s paprikou, oregano nebo tymián, osolte a pepřete. Přidejte 100 ml vody a povařte do změknutí tak 15 -20 minut a nakonec vmíchejte větší část nastrohaného sýra.

Směsí naplňte pečenou cuketu, posypejte zbylým sýrem a dejte zapéct na 10 minut.

Máte hotovo a přeji dobrou chuť!

Milí přátelé,
zapsaný spolek Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých ČR a obecně prospěšné společnosti Tyfloservis a TyfloCentrum Praha si Vás dovolují pozvat na
**DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ DOMU SLUŽEB
PRO NEVIDOMÉ** Krakovská 21, Praha 1

Kdy: v úterý 8. listopadu 2022 od 9:00 do 17:00 hod.

Rádi Vás uvítáme v centru poskytujícím specifické služby nevidomým a slabozrakým.

Uvidíte speciální učebny, odborná pracoviště i klubové prostory, ve kterých se nevidomí učí dovednostem nezbytným pro jejich plnohodnotný život.

Vás, kteří již využíváte některé z našich služeb, zveme: Pojdte se podívat mezi nás a na místa, kde ony služby vznikají a odkud jsou z velké míry i realizovány.

Pokud jste zrakově postižený a žádnou ze služeb ještě neznáte, přijďte se s nimi osobně seznámit a poslechnout si něco o tom, co všechno a jak pro Vás nabízíme.

Po celý den bude možné navštívit mnohá pracoviště, odborné kabinety a setkat se s pracovníky pořádajících organizací. čím vším konkrétně se můžete u nás v daný den seznámit, najdete níže v tomto emailu.

Na setkání s Vámi se těší představitelé služby poskytujících organizací:

Mgr. Luboš Zajíc, prezident SONS ČR, z. s.,
ThDr. Eva Machová, Th.D., ředitelka Tyfloservisu, o.p.s. a
Michal Maišl, ředitel TyfloCentra Praha, o.p.s.

Co Vás letos u nás čeká?

- ukázka pomůcek pro výuku a běžný život zrakově postižených (cvičná kuchyň, lupy, kompenzační pomůcky atd.) – Tyfloservis
- prohlídka počítačové učebny a vyzkoušení speciálních programů pronevidomé
- prezentace služeb Navigačního centra SONS pro nevidomé a slabozraké
- představení Knihovny digitálních dokumentů SONS – www.KDD.cz
- předvedení navigačních systémů orientace na ulici
- vyzkoušení chůze s bílou holí
- ukázka speciálních pomůcek pro zrakově postižené (prodejna tyflopomůcek SONS)
- speciální zvuková střelba
- haptická výstava „Zoo všemi smysly” s možností poznat svět fauny jinak než zrakem (ZOO Praha)

Informace pro školy a instituce:

V případě, že se rozhodnete pro návštěvu našeho dne otevřených dveří jako skupina, prosíme Vás o potvrzení účasti předem do 1. 11.

2022 na tel. 778 768 390 nebo e-mail: svab@sons.cz

Členské příspěvky na rok 2023

Oblastní rada SONSu na svém jednání odsouhlasila členské příspěvky pro rok 2023 ve výši **200,- Kč**.

Nezávisle na jednání a rozhodnutí rady, navrhovali zvýšení členských příspěvků ze stávajících 150,- Kč/rok i samotní členové na jedné z akcí, kde se mimo jiné též diskutovalo o velice nepříznivé finanční situaci odbočky. Vzhledem k současné nepříznivé ekonomické situaci (*vysoká inflace, mohutný růst cen surovin a energií*) sponzorů ubývá.

Členské příspěvky pro následující rok, které je třeba dle Stanov zaplatit do konce 1. čtvrtletí daného roku, tj. do 31. března 2023, budou již vybírány od přítomných členů na jednání Oblastního shromáždění v listopadu. S sebou je třeba přinést členské průkazky SONSu na potvrzení úhrady.



Vydali: SONS a TyfloCentrum Semily Pro své členy, klienty a příznivce – **NEPRODEJNÉ!**