



TyfloCentrum

# DORÁŠEK



***Duben - 2024***

ZPRAVODAJ SONS A TYFLOCENTRA SEMILY

Archivní 570, Semily

e-mail: [semily-odbocka@sons.cz](mailto:semily-odbocka@sons.cz)

web: [www.sons-semily.info](http://www.sons-semily.info) a [www.sons.cz/semily](http://www.sons.cz/semily)

e-mail: [semily@tyflocentrum-lb.cz](mailto:semily@tyflocentrum-lb.cz)

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

## Návštěvní dny v SONS a TyfloCentru Semily

Pondělí	8:30 - 16:30 hod. - <b>SONS</b>
Úterý	8:00 - 14:00 hod. - <b>TyfloCentrum</b>
Středa	8:00 - 16:00 hod. - <b>SONS + TyfloCentrum</b>
Čtvrtek	8:00 - 16:00 hod. - <b>SONS + TyfloCentrum</b>
<b>Plánované akce i mimo klubovnu</b>	
Pátek	zavřeno

### Kontakty: SONS

**Pavel Paldus**  
předseda

778 441 502  
[semily-odbocka@sons.cz](mailto:semily-odbocka@sons.cz)  
[paldus@sons.cz](mailto:paldus@sons.cz)

**Jiří Večerník**  
pracovník odbočky

605 952 149  
[vecernik1@seznam.cz](mailto:vecernik1@seznam.cz)

### Kontakty: TyfloCentrum

[semily@tyflocentrum-lb.cz](mailto:semily@tyflocentrum-lb.cz)

**Zuzana Podhajská**

737 788 199

**Vlasta Křapková**

736 679 515

**Klára Votrubcová**

778 782 979

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 dubnu oslaví narozeniny:

Ducháčová Jaroslava

Jakubičková Jaroslava

Večerník Jiří

Paldusová Ivana

Kučera Vladimír

Knoblochová Veronika



Přejeme Vám pevné zdraví, štěstí a hodně lásky.

## **PRAVIDELNÁ SCHŮZKA RADY SONS**

Rada odbočky se sejde ke svému jednání **ve čtvrtek 18.4. 2024** v 8:00 hod. v klubovně.

# **SONS a TyfloCentrum Vás zvou na tyto akce:**

**Na každou akci je nutné potvrdit svou účast!**

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

## **4.4. Vrchlabí – Muzeum Krkonoš**

**Na tuto akci potvrd'te svoji účast Klárce**

*Dotkněte se Krkonoš a poznejte je na jednom místě! Po šestileté rekonstrukci je otevřeno nové **Muzeum Krkonoš**. Nadčasová a interaktivní expozice dokumentuje nejen příběh jedinečné přírody, ale také jeho sepjetí s osudem člověka, který v horách žije.*

**Společný oběd v restauraci Zelená zahrada.**

Odjezd z autobusového nádraží v 8:32 hod.

Předpokládaný návrat v 15:26 hod.

## **11.4. Rozhledna na Janečku**

**Na tuto akci potvrd'te svoji účast Zuzce**

Zděná rozhledna vybudována z bývalé trafostanice. Po prohlídce pěší procházkou do Pod Spálova k vlaku a vlakem do Železného Brodu. Společný oběd bude zajištěn v jídelně In Tino u vlakového nádraží.

Odjezd z autobusového nádraží v 9:00 hod.

Předpokládaný návrat v 14:22 hod.

## 18.4. Bowling v Sedmihorkách

**Na tuto akci potvrďte svoji účast Zuzce**

Společný oběd bude zajištěn v místní restauraci

Odjezd z vlakového nádraží v 9:57 hod.

Předpokládaný návrat nejpozději v 15:56 hod.

## 25.4. Lučany nad Nisou

### Muzeum na cestě

Komentovaná prohlídka Auto Moto muzea

**Na tuto akci potvrďte svoji účast Klárce**

Společný oběd bude v Restauraci u Šárky

Odjezd z vlakového nádraží v 8:49 hod.

Předpokládaný návrat nejpozději v 15:27 hod.



# Informace od VZP pojišťovny

Máte přiznanou invaliditu druhého či třetího stupně?  
Nezapomeňte nám oznámit svůj nárok na snížený ochranný limit.

**Přijímáme od našich pojištěnců oznámení o přiznaném stupni invalidity pro účely snížení ochranného limitu na započitatelné doplatky za předepsané částečně hrazené léčivé přípravky.**

S platností **od 1. 1. 2020** je ochranný limit snížen na **500 Kč** u pojištěnců, kteří **jsou poživateli invalidního důchodu pro invaliditu třetího nebo druhého stupně a doložili tuto skutečnost** kopií rozhodnutí o invalidním důchodu. Snížený limit lze tedy přiznat až ode dne, kdy invalidní pojištěnec rozhodné skutečnosti své zdravotní pojišťovně doloží. Pokud nic neoznámí a nedoloží, vztahuje se na něj nadále limit dle věku: zákon o veřejném zdravotním pojištění stanoví ochranný limit ve výši 1 000 Kč u dětí mladších 18 let a pojištěnců starších 65 let, ve výši 500 Kč u pojištěnců starších 70 let a u ostatních pojištěnců 5 000 Kč. Pojištěnci VZP, kterých se snížený limit od 1. 1. 2020 týká, mohou oznámit a doložit pojišťovně tento svůj nárok.

Vše je možno vyřídit:

na kterémkoli [klientském pracovišti](#) , nebo zasláním vyplněného a podepsaného formuláře a dokladů poštou na adresu VZP ČR, Orlická 2020/4, 130 00 Praha 3 (vhodné je zaslat dopis doporučeně)

# Co dělat na zahradě v dubnu:

## **Přihnojte jahody, stromy i růže**

Duben je měsícem přihnojování. Kupovanými průmyslovými hnojivy proto v průběhu dubna přihnojte jahodníky, ale i maliníky či ostružiníky. Budete mít díky tomu větší úrodu. S přihnojováním nezapomeňte ani na ovocné keře a stromy. Zásobu živin by měly dostat také růže nebo okrasné cibuloviny.

## **Zaměřte se na okrasné trvalky i jednoletky**

Čtvrtý měsíc v roce je vhodný také k tomu, abyste od sebe v záhoncích rozsadili trsy trvalek, jako jsou například mečíky nebo jiřinky. Do volné půdy okrasného záhonku můžete rovněž vysít okrasné letničky.

## **Ořežte přerostlé větve okrasných keřů**

V průběhu dubna svou pozornost zaměřte také na okrasné keře, které kvetou v létě. Těmto keřům provedte tzv. zmlazovací řez. To znamená, že jim ořežete přerostlé větve. Dejte si ovšem pozor na to, abyste keřům ponechali původní tvar.

**Tip:** *Kromě zmlazování okrasných keřů se v dubnu pusťte také do řezu růží. Odstraňujte přitom suché, slabé a poškozené výhony.*

## **Zvertikulujte trávník**

Na jaře byste měli trávniku, který máte kolem domu, dopřát celkovou očistu. Odstraňte z něj mechový porost a důkladně jej provzdušněte pomocí vertikulátoru. Jestliže tohoto elektrického zahradního pomocníka nemáte, trávník zvertikulujte alespoň pomocí hrábek nebo vidlí.

**Kdy na první sečení trávníku?** *Ideálně koncem dubna. Trávník sekejte hodně nízko. Po prvním posekání jej dostatečně zalijte a dodejte mu živiny v podobě vhodného průmyslového hnojiva.*

### **Pust'te se do vysévání zeleniny a bylinek**

V dubnu toho můžete hodně udělat i na užitkové zahradě. Na záhonky vysejte kořenovou zeleninu, špenát, ředkvičky, hrách, saláty nebo červenou řepu. Jak na záhony, tak do nádob patří také semínka aromatických bylinek. Vysévat tak můžete levanduli, šalvěj, tymián či oregano. Ovšem také kopr, nařovou petrželku nebo fenykl.

**Víte, že?** *Polovina dubna je rovněž správným časem pro výsadbu raných brambor. Tyto brambory mohou být jak předklíčené, tak nepředklíčené.*

**Projekt byl realizován za finanční podpory Úřadu vlády České republiky. Výstupy projektu nereprezentují názor Úřadu vlády České republiky a Úřad vlády České republiky neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem těchto výstupů.**



Vydávají: SONS a TyfloCentrum Semily

Pro své členy, klienty a příznivce -  
**NEPRODEJNÉ!**