



TyfloCentrum

DORÁŠEK



Prosinec - 2021

ZPRAVODAJ SONS A TYFLOCENTRA SEMILY

Archivní 570, Semily, tel.: 488 577 840

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

POZOR změna pracovní doby Tyflocentra!!!

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** 488 577 840

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

Zuzana Podhajská 778 441 501
místopředsedkyně

Jiří Večerník 605 952 149, 778 702 400
pracovník odbočky vecernik@sons.cz

Kontakty: **TyfloCentrum** 488 577 840

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 prosinci oslaví narozeniny:

Lánská Zdeňka

Vandová Zuzana



Přejeme Vám pevné zdraví, štěstí, hodně lásky a pohody.

PRAVIDELNÁ SCHŮZKA RADY SONS

Rada odbočky se sejde ke svému jednání

ve středu 15.12. v 8:00 hod. v klubovně odbočky.

Na každou akci je nutné přihlásit svou účast!!!

2.12. Dvůr Králové - DUV

exkurze – ruční výroba vánočních ozdob

Odjezd z vlakového nádraží v 9.05 hod.

9.12. Nácvik motoriky

vyrobíme si vánoční dekoraci

Začátek od 12 hod. v klubovně

16.12. Nácvik sebeobsluhy s vánoční besídkou

Začátek od 12 hod. v klubovně



Provoz v prosinci:

TyfloCentrum

Od 20. 12. do 31. 12. 2021
D O V O L E N Á

SONS

Od 27. 12. do 31. 12. 2021
D O V O L E N Á

Pravidelný provoz bude obnoven od 3. ledna 2022



Z tvorby naší členky:

Výlet do Dolánek na Zrcadlovou kozu

Ve čtvrtek ráno jsem posnídala, vzaly jsme s mamkou do auta pejska, ale pak mamča jela domů a nechala si výjimečně mou fenku doma. Kamarádka mi pomohla do autobusu v Semilech, kde mne vyzvedla pracovnice Tyflocentra. Cestou na vlakové nádraží jsme si vydatně povídaly. Čekal tu už Jirka a postupně Zdenda, Zdenička a kamarádka Stáňa. Jak nás zahlédly, ptaly se, kde mám fenku, tak jsem odpověděla, že doma odpočívá. Pojede s námi příští týden. Nastupujeme do vlaku, kde je dosti místa, tak sedíme pohromadě. Ještě před nástupem jsme si zakoupili jízdenky a v Dolánkách vystupujeme. Jdeme asi necelou hodinu k Zrcadlové koze, kde je dětské hřiště, procházíme okolo skály, z níž spadla malá holčina a zabila se, druhá byla těžce zraněná - je tam pomníček, svíčky, srdíčka, stalo se to již před několika lety. Cestou se k nám přidala Věrka P, a jak jdeme vesele si s ní povídáme. Došli jsme až na Zrcadlovku za hojného povídání o všem možném. Jdeme k ohrádce, kde jsou kozičky, kozlíci, prasátka a myslím, že i ovečka nebo oslík, Vlasta šla pro sáček s granulemi za 10 Kč, pak mi ostatní dopomohli a já vlezla po schůdkách nahoru po žebříku a dolů až do ohrádky. Sehnula jsem se k jednomu kozlíkovi a druhý mě trknul do horního rtu, přišla i dvě prasátka, tak je Jirka drbal na hlavě V ohrádce jeden zlobivec kozlík odháněl ostatní kozičky a kozlíky od jídla, tak je Zdenička lákala na nakrájená jablka, aby mohly jíst ostatní. Hladili jsme je a těšili se s nimi, líbilo se mi to, jak chroupali jablka, granule.

Zdenička lákala zlého kozlíka na jablko, abych dala i kozičkám, které zlý kozlík nepustil vůbec k jídlu. Věrka to vše vyfotila, také natočila. Jdeme na oběd, mají zelnou polévku, skoro všichni jsme si dali kuřecí směs a pití. Já si původně chtěla dát kuřecí kousky, ale pak jsem se též rozhodla pro směs s malinovku a i dokonce medovník. Objednali jsme si jídlo sedíme na terase u dvou stolků, Zdenda a já jsme si dali i polévku, jinak ostatní jen hlavní jídlo. Naproti sedí Vlastička, vedle Hanča a vedle i Věrka, Pan číšník nám jídlo ochotně přinesl na terasu. Ostatní si dali kávu a já s Vlastičkou jsem šla prozkoumat dětské hřiště, které je i pro dospěláky, sedla jsem si na velkou oválnou houpačku, na velkou trampolínu, ale jen jako na čtyři, protože bych si musela sundat boty a měla bych mokré ponožky. Pak jsem si i vyzkoušela kolotoč, který se točil, jinak, než-li je obvyklé. Prozkoumaly jsme to tam a vyfocena jsem také moc krát. Na Dlaskově statku jsme si koupili vizitky a na nádraží jsme čekali slabou půl hodinu na zpáteční vlak. V Semilech jsem ještě čekala s Vlastou chvíli na bus do Jilemnice. V Jilemnici mi s přestupem pomohla s mladá žena na naše nástupiště. Ochotní lidi mi pak pomohli u nás na vesnici vystoupit. Domů jsem došla zcela samostatně, (trasu mám nachozenou) a jak mne fenky uviděly, tak skákaly na plot a vchodovou branku, tak jsem vše doma vyprávěla, co jsme zažili. Díky Vlastičce moc moc za průvodcování i za podrobný popis cesty a okolí a za to, že jsem mohla být na dnešním výletě. Díky moc za krásný zážitek ještě jednou.

Zdravím srdečně z hor. Vaše Radzi

Náš recept:

Zelí s červenou řepou a křenem

- 500g hlávkového zelí
- Tři menší červené řepy
- 80g křenu
- Citrón
- Řepkový olej
- Sůl
- Výhonky řeřichy – nemusí být

Postup přípravy: Zelí nastrouháme či nakrájíme na tenké nudličky, poté spaříme, pokapeme olejem a pořádně prosolíme. Červenou řepu upečeme či uvaříme i se slupkou, po vychladnutí ji oloupeme a rovněž nakrájíme na nudličky. Křen nastrouháme, smícháme se lžičkou šťávy z citrónu a přidáme k zelí s červenou řepou. Připravenou směs promícháme a necháme odležet několik hodin v lednici. Po vyjmutí z lednice posypeme nakrájenou řeřichou a můžeme servírovat!

Přejeme dobrou chuť!!!



Vydali: SONS a TyfloCentrum Semily

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