



TyfloCentrum

DORÁŠEK



Leden - 2022

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 jednájí 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 lednu oslaví narozeniny:

Nosková Jana
Lánský Zdeněk



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

PRAVIDELNÁ SCHŮZKA RADY SONS

Rada odbočky se sejde ke svému jednání

ve středu 19.1. v 8:00 hod. v klubovně odbočky.

Na každou akci je nutné přihlásit svou účast!!!

Při klubových aktivitách je nutné mít respirátor!

6.1. Klubové posezení při kávě

s ohlédnutím ve fotografii za rokem 2021
začátek v klubovně od 12 hod.

13.1. Nácvik motoriky

vyrobíme si vázu – přineste si nádobu
začátek v klubovně od 12 hod.

20.1. Cvičení na židli a

zvuková střelba

začátek v klubovně od 12 hod.

27.1. Nácvik sebeobsluhy

zapečeme si těstoviny + okurkový salát
začátek v klubovně od 12 hod.

NRZP ČR je výhradním distributorem „**Euroklíčů**“ pro osoby se sníženou schopností pohybu pro provozovatele veřejně přístupných objektů v rámci celé ČR.

Jak získat euroklíč?

Kdo může získat zdarma dokonalý Euroklíč? Každý člověk se zdravotním postižením, držitel průkazu TP, ZTP, ZTP/P, diabetik, stomik, onkologický pacient, člověk trpící roztroušenou sklerózou, Parkinsonovou chorobou, nespecifickými střevními záněty: Cronovou chorobou a ulcerózní kolitidou, a močovými dysfunkcemi, který má bydliště v ČR.

Podklady pro vydání dotovaného Euroklíče

Občanský průkaz či jiný doklad totožnosti.
Průkaz TP, ZTP, ZTP/P nebo čestné prohlášení o typu postižení (např. diabetik, stomik, onkologický pacient apod.)

K osobnímu vyzvednutí v budově Archivu v Centru pro zdravotně postižené na pobočce Semily - kontakt 488 577 841, Archivní 570

Náš recept: *Utopenci:*

lidový recept na hospodskou klasiku

Co budeme na utopence potřebovat:

- 12 špekáčků, které obsahují co nejvíce masa
- 1,5 kg cibule
- 12 feferonek
- mletý černý pepř
- 500 ml octa
- 750 ml vody
- 1 lžíci soli
- 1 lžíci cukru
- nové koření
- bobkový list
- celý černý pepř

Jak při přípravě utopenců postupovat:

Lák mícháme vždy v poměru 3 : 2 (voda : ocet). Vodu a ocet nalijeme do menšího hrnce, přisypeme sůl a cukr, přidáme i všechno další koření, tedy kuličky pepře, nového koření a bobkový list. Postavíme na plotnu, promícháme a přivedeme k varu. Vaříme pět minut. Poté necháme vychladnout. Cibuli oloupeme a nakrájíme na kolečka. Špekáčky také oloupeme a příčně do hloubky nařízneme. Druhý řez vedeme z druhé strany kolmo k tomu prvnímu, aby se nepotkaly a špekáček se nerozpadl. Vnitřek špekáčku posypeme čerstvě namletým černým pepřem. Do sklenice vrstvíme střídavě cibuli, špekáčky a feferonky, přičemž začínáme i končíme vrstvou cibule. Zalijeme vychladlým lákem, zavíčkuje a uložíme na pět dnů do chladu. **Přejeme dobrou chuť!!!**

Státní svátky v roce 2022

| Datum | Den | Jméno |
|--------|---------|--|
| 1.1. | Sobota | Nový rok Den obnovy samostatného českého státu |
| 15.4. | Pátek | Velký pátek |
| 18.4. | Pondělí | Velikonoční pondělí |
| 1.5. | Neděle | Svátek práce |
| 8.5. | Neděle | Den vítězství |
| 5.7. | Úterý | Den slovanských věrozvěstů Cyrila a Metoděje |
| 6.7. | Středa | Den upálení mistra Jana Husa |
| 28.9. | Středa | Den české státnosti |
| 28.10. | Pátek | Den vzniku samostatného československého státu |
| 17.11. | Čtvrtek | Den boje za svobodu a demokracii |
| 24.12. | Sobota | Štědrý den |
| 25.12. | Neděle | 1. svátek vánoční |
| 26.12. | Pondělí | 2. svátek vánoční |

Česká republika má celkem 13 státních svátků.
V roce 2022 připadne na víkend 5 svátků.



*Úspěšné vkročení do nového roku
přeje předseda odbočky SONS
a pracovnice TyfloCentra Semily*



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