

Milí přátelé,

zdravíme vás poprvé v letošním roce prostřednictvím našeho občasníku, Novin POV, ve kterých naleznete základní organizační informace, informace o novém seriálu POV a plán akcí na první čtvrtletí. O veškerém dění v POV vás budeme kromě Novin POV informovat i na webových stránkách [www.pov.cz](http://www.pov.cz) a [www.presbariery.cz](http://www.presbariery.cz) a na facebookovém profilu naší organizace. Těšíme se na chvíle strávené společně s vámi.

za celý tým pracovníků POV Jarka Franková

### **POvedený Objev aneb pondělní tip na zajímavé bezbariérové místo**

Pro všechny, co hledají zajímavá bezbariérově přístupná místa v hlavním městě i celém Česku, připravila Pražská organizace vozíčkářů na letošní rok nový seriál POvedený Objev. Pravidelný pondělní článek vám představí vždy jeden prověřený objekt, který podle nás stojí za návštěvu.

Profesionální mapování přístupnosti veřejného prostoru, kterému se s vášní věnujeme už pěknou řadu let, nás totiž často zavede do schovaných, ale i obecně známých, přesto turisticky nedoceněných budov, parků nebo zahrad, kde zůstaneme chvíli užasle stát, než vytáhneme měřáky, tužku, papír a pustíme se do práce. Opravdovou radost nám pak udělá promyšlený bezbariérový přístup, upravené hygienické zázemí nebo například rafinovaně řešený výťah. **Články seriálu POvedený Objekt naleznete každé pondělí v aktualitách na webových stránkách [www.presbariery.cz](http://www.presbariery.cz).**

### **KONTROLA ÚDAJŮ V EVIDENCI ČLENŮ POV**

Prosíme všechny členy, aby včas hlásili změny kontaktů – adres, telefonních čísel a e-mailů. Správnost údajů evidovaných v POV můžete konzultovat s Věrou Malou (telefonicky nebo prostřednictvím e-mailu: [mala@pov.cz](mailto:mala@pov.cz)). Pokud využíváte mailovou poštu a ještě jste nenahlásili svou adresu, prosím, učiňte tak. Komunikace mailem nám šetří prostředky, které pak můžeme využít na vámi oblíbené akce. Také jsme díky e-mailu ve spojení rychleji a častěji. Děkujeme.

### **ČLENSKÉ PŘÍSPĚVKY**

**Členi POV mají povinnost každoročně uhradit členský příspěvek ve výši 100,- Kč, a to nejpozději do 31. března daného roku.**

Způsobů úhrady členského příspěvku je několik. Jednak můžete částku složit osobně v kanceláři POV oproti potvrzení o platbě, můžete jej také poslat složenkou typu „C“ na adresu organizace, složenkou typu „A“ na účet organizace nebo využít přímý převod částky. Číslo účtu pro platbu členských příspěvků je **579 512 493/0300, variabilní symbol je číslo 69 + vaše evidenční číslo** (zjistíte od pracovníků POV). Dbejte na to, aby vaše platba byla námi rozpoznatelná. V případě nejasností kontaktujte Věru Malou.

## KLUB TÚRA POV

I na letošní rok připravujeme pro členy POV sérii poznávacích, turistických a volných jednodenních výletů. Do nabídky jsme zařadili nové výlety i ty, které se osvědčily v minulých letech. Na výlety chystané v prvním pololetí roku 2019 se můžete podívat na webové stránky [www.pov.cz](http://www.pov.cz) do sekce Klub TÚRA, stačí otevřít položku „Plán akcí“.

**Přihlásit se do Klubu TÚRA může každý člen POV, který řádně hradí členské příspěvky. Přihlášení probíhá telefonicky nebo e-mailem pouze u Věry Malé (mala@pov.cz) a bude ukončeno 1. března 2019.** Přihlášení členové Klubu TÚRA obdrží Zpravodaj Klubu TÚRA a tištěné přihlášky na konkrétní výlety. **PŘIHLÁSIT SE MUSÍTE OPĚTOVNĚ I V PŘÍPADĚ, ŽE JSTE V MINULÉM ROCE BYLI ČLENY KLUBU TÚRA.**

Informační materiál přijde všem přihlášeným zájemcům o turistiku poštou, abychom vyrovnali příležitosti a vytvořili maximálně spravedlivé podmínky. Proto i **přijímání přihlášek na výlety bude možné pouze prostřednictvím pošty! Přihláška MUSÍ být podepsána.**

Kapacita výletů bude dána kapacitou vozů. Ceny výletů budou uvedeny v informačním materiálu. Roční členský příspěvek Klubu TÚRA zůstává nezměněn, činí tedy 150,- Kč na osobu na rok. **Ten je třeba uhradit nejpozději do 31. března 2019.** Stejně jako členské příspěvky je možné jej uhradit bankovním převodem na účet **579 512 493/0300, variabilní symbol je číslo 69 + vaše evidenční číslo** (zjistíte od pracovníků POV). Dbejte na to, aby vaše platba byla námi rozpoznatelná.

## VOLNOČASOVKY 2019

Představujeme vám program VOLNOČASOVEK 2019 plánovaný na první pololetí letošního roku. Konat se budou převážně v Centru samostatného života (Benediktská 688/6, Praha 1), které se nachází cca 100 metrů od zastávky autobusové linky H1. Pro zájemce, kteří se nemohou dopravit touto autobusovou linkou, nabízíme dopravu mikrobusey. Kapacita svozu je ale omezená. Také jednotlivé akce jsou omezené počtem účastníků, podrobnosti naleznete níže.

POZOR: Změna programu VOLNOČASOVEK 2019 vyhrazena. O posunech termínů budeme informovat všechny přihlášené telefonicky a současně případné změny zveřejníme na webových stránkách [www.pov.cz](http://www.pov.cz) ve složce VOLNOČASOVKY. Možnost účastnit se programu není vázána na členství v organizaci, ale členové POV mají v účasti přednost.

**Pokud se přihlásíte na některou volnočasovku a nebudete se jí moci zúčastnit, dejte nám o tom vědět, ať můžeme včas dát šanci náhradníkům. Děkujeme.**

## JEDNOTLIVÉ VOLNOČASOVKY A JEJICH PROGRAM NA 1. ČTVRTLETÍ

### JÓGA PRO SEDÍCÍ

Ve spolupráci s certifikovanou lektorkou jógy Jitkou Dytrychovou ([www.hridaya.cz](http://www.hridaya.cz)) pro vás připravujeme setkání zaměřená na jógová cvičení a práci s dechem. Kapacita lekce 2 – 8 účastníků. **Účastnický poplatek je 50,- Kč na osobu za lekci, nepotřebujete žádné pomůcky, jen pohodlné oblečení. Na první lekci jógy se můžete těšit v dubnu.**

### U KAFÍČKA

I letos se budeme scházet v rámci oblíbených „kavárenských“ setkání se zajímavými lidmi a nad zajímavými tématy. **Účastnický poplatek je 50,- Kč na osobu. Hlásit se můžete Věře Malé telefonicky nebo prostřednictvím e-mailu: [mala@pov.cz](mailto:mala@pov.cz).**

- středa 20. února, 15:15 – 16:45, **Mexiko aneb v zimě za sluncem**

O zážitcích z cest povypráví naše oblíbená cestovatelka Marta Hynková. A kdo byl na jejích minulých přednáškách, ví, že své zážitky zpestřuje i ochutnávkou místních specialit. Určitě je na co se těšit.

- středa 20. března, 15:15 – 16:45, **KREATIVITA POV**olena – Členové sobě

Březnové setkání „U kafička“ dá prostor všem tvořivým členům POV, kteří by rádi svými výtvarnými, literárními nebo hudebními výkony potěšili ostatní. Rádi bychom v tento den vytvořili z Centra samostatného života malou výstavní síň, místo pro autorskou četbu nebo hudební vystoupení. Pokud se chcete aktivně podílet na programu této volnočasovky, kontaktujte Věru Malou.

### TVOŘIVÁ SETKÁNÍ

Tvořivá setkání jsou aktivitou výtvarnou a rukodělnou. Ku pomoci nám budou lektoři. Kapacita 4 – 10 účastníků. **Účastnický poplatek je 50,- Kč na osobu. Hlásit se můžete Věře Malé telefonicky nebo prostřednictvím e-mailu: [mala@pov.cz](mailto:mala@pov.cz).**

- středa 13. března, 15:15 – 16:45, **VÝROBA SPRCHOVÉHO GELU**

S lektorkou z firmy Kosmetika hrou si tentokrát vyrobíme sprchový gel. Povídat si budeme o přírodní kosmetice a aromatických olejích.

### PSÍ ŽIVOT

Připravujeme další sérii setkání s kynology, odborníky, kteří vás naučí lépe komunikovat s psími kamarády, ať už se jedná o psi asistenční, nebo domácí mazlíčky. Projekt realizujeme ve spolupráci s Ligou vozíčkářů. Přihlášeným účastníkům telefonicky upřesníme místo konání. V případě příznivého počasí vybereme venkovní lokalitu. **Účastnický poplatek je 50,- Kč na osobu. První setkání se uskuteční v červnu.**

## ŠIP-KÁRY

POV má šipkařský tým, který se jednou měsíčně schází při tréninku. Házíme na standardně vysoký elektronický terč. Tréninky jsou nejen akcí sportovní, ale také společenskou. Naším tréninkovým místem je SB Centrum K Horkám 1, Praha - Chodov, o přístupnosti tréninkového místa se můžete dočíst na webových stránkách [www.presbariery.cz](http://www.presbariery.cz).

Podmínky účasti jsou stálé. ***K účasti je třeba se pokaždé přihlásit telefonicky nebo e-mailem Věře Malé. Účastnický poplatek 20,- Kč pro každého příchozího (i nehrajícího) se nemění. Ti, kteří využijí dopravu upraveným mikrobusem, uhradí na místě navíc příspěvek na dopravu ve výši 50,- Kč.***

- středa 30. ledna, 17:30 – 21:00
- středa 27. února, 17:30 – 21:00
- středa 27. března, 17:30 – 21:00

## VYCHÁZKY BEZ BARIÉR

Loňskou novinku VOLNOČASOVEK, Vycházky bez bariér, půldenní procházky po přístupných zajímavostech Prahy, jste si oblíbili, proto jsme je zařadili do programu i letos. Právě vybíráme a „testujeme“ nové zajímavé pražské destinace. ***Účastnický poplatek je 50,- Kč na osobu. Na první vycházku se můžete těšit v červnu.***

## DOČKALI JSME SE UPRAVENÉHO PŘECHODU BENEDIKTSKÁ X RYBNÁ

Dlouhých pět let urgujeme opravu přechodu a nájezdu na chodník z Rybné do Benediktské. Upravený nájezd byl poničen těžkým vozidlem a propadl se. V druhé polovině roku 2018 jsme se úprav dočkali, i když je doprovázely drobné komplikace, například únik a následný výbuch plynu, kvůli kterému bylo evakuováno celé okolí a který osmahl omítku nedaleké cukrárny. Tak jako tak, přechod je konečně zdatelný. (Přesto však musíte počítat s tím, že se pohybujete v historickém centru, a pokud vám nerovný terén způsobuje problémy, je vhodné vzít s sebou na cestu doprovod.)



tel.: 224 826 078, 224 827 210; e-mail: [info@pov.cz](mailto:info@pov.cz) [www.pov.cz](http://www.pov.cz), [www.presbariery.cz](http://www.presbariery.cz).