

Milí členové,

jak to bývá touto dobou zvykem, dostávají se vám do rukou Noviny POV, které jsou z větší části věnované blízkému se Sportovnímu setkání (nejen) vozíčkářů – Hvězdě 2025. Naleznete v nich ale také informace o VOLNOČASOVKÁCH 2025 chystaných na sklonek léta a podzim. Doufáme, že chystaný program vás bude bavit!

43. SPORTOVNÍ SETKÁNÍ (nejen) VOZÍČKÁŘŮ – HVĚZDA 2025

Srdečně vás zveme na 43. ročník Hvězdy, která se uskuteční v sobotu 30. srpna. K účasti se hlase v kanceláři POV na telefonních číslech 224 826 078 nebo 736 485 859, případně prostřednictvím e-mailové adresy mala@pov a frankova@pov.cz nejpozději do středy 20. srpna do 15:00.

MÍSTO KONÁNÍ

Místem konání Hvězdy 2025 je prostor za Libockou branou Obory Hvězda na Praze 6 (vstup z Libocké ulice, naproti Restauraci U Holečků).

DOPRAVA NA MÍSTO

Zájemcům o účast z Prahy a blízkého okolí, kteří potřebují zajistit speciální dopravu, rádi pomůžeme objednat upravené mikrobusey. Vzhledem k podmínkám nového pražského dopravce však musí být zájemce o přepravu registrovaný u Bezba dopravy. Také náklady na dopravu si hradí každý sám bezprostředně po jízdě (50,- Kč za jízdu a osobu). Bezba doprava nefakturuje, proto jízdu nemůžeme objednat a uhradit jako organizace. Chcete-li pomoci se zajištěním dopravy, je třeba požadavek nahlásit při přihlášení.

Chcete-li k dopravě využít MHD, nejideálnější je spojení do stanice metra A Petřiny. Další možná spojení MHD pro vás rádi vyhledáme na základě vašich individuálních požadavků.

Vjezd do prostoru Obory není povolený, ale parkovat lze podél ulice Libocká.

PREZENCE K ZÁVODŮM A STARTOVNÉ

K závodům je potřeba se přihlásit vyplněním startovního lístku, který je přílohou e-mailové verze Novin. Příjemcům Novin v tištěné verzi jej na požádání zašleme. **Vyplnit startovní lístek** bude možné i přímo na místě. S vyplněným a podepsaným startovním lístkem (za nezletilé podepisují zákonní zástupci) se následně přihlásíte v den konání ve stanu prezence k vybraným závodům, zaplatíte startovné a obdržíte startovní číslo, poukázku na občerstvení a poukázku na dárek. **Poukázky na občerstvení a dárek jsou připraveny pro prvních 150 přihlášených závodníků. Prezence k závodům bude v den konání otevřena od 12:00. Startovné je 50,- Kč za osobu bez ohledu na počet závodů, ke kterým se hlásíte.** Výtěžek ze startovného bude použit na podporu činnosti Pražské organizace vozíčkářů. **Prosíme, abyste si připravili přesnou částku.**

ZÁVODY

Těšit se můžete na oblíbené slalomy, jízdy a běhy na 500 metrů a hlavní závod v jízdách na mechanických vozících a v bězích na 1 000 metrů. Pro radost jsme připravili i tři speciální závody, jejichž účastníci obdrží odměnu hned v cíli.

SLALOMY

Vyhlášené kategorie:

- SLALOM NA ELEKTRICKÉM VOZÍKU (muži, ženy, děti)
- SLALOM NA MECHANICKÉM VOZÍKU (muži, ženy, děti)
- SLALOM NA MECHANICKÉM VOZÍKU S DOPROVODEM (smíšená kategorie)

Start všech slalomů je individuální, pořadí startujících závodníků bude vyhlášeno, závodníci jedou na čas, za chyby jsou přičítány trestné vteřiny (dotek/posunutí kuželu – 2 vteřiny, sražení kuželu – 5 vteřin, vynechání překážky – 10 vteřin).

Ve slalomu nelze kombinovat závod na mechanickém vozíku se závodem na mechanickém vozíku s doprovodem. Závodníci mohou zvolit pouze jeden slalom!

ZÁVODY NA 500 A 1000 METRŮ A TŘI ZÁVODY PRO RADOST

Vyhlášené kategorie v závodu na 500 metrů:

- JÍZDA NA MECHANICKÉM VOZÍKU NA 500 METRŮ (muži, ženy)
- BĚH DOSPĚLÍ SPORTOVCI S POSTIŽENÍM NA 500 METRŮ (muži, ženy)
- BĚH DĚTI MALÉ NA 500 METRŮ /rok narození 2017 – 2019/ (chlapci, dívky)
- BĚH DĚTI MLADŠÍ NA 500 METRŮ /rok narození 2014 – 2016/ (chlapci, dívky)
- BĚH SENIOŘI 65+ (muži, ženy)

Vyhlášené kategorie závodu na 1000 metrů:

- JÍZDA NA MECHANICKÉM VOZÍKU NA 1000 METRŮ (muži, ženy)
- BĚH DOSPĚLÍ NA 1000 METRŮ (muži, ženy)
- BĚH DĚTI STARŠÍ NA 1000 METRŮ /rok narození 2011 – 2013/ (chlapci, dívky)

Tři závody pro radost: (Vítězové závodů se nevyhlašují, sladkou odměnu za účast dostane každý závodník v cíli.)

- JÍZDA NA MECHANICKÉM VOZÍKU S DOPROVODEM NA 500 METRŮ (smíšená kategorie)
- JÍZDA NA ELEKTRICKÉM VOZÍKU NA 500 METRŮ - „ZÁVOD STROJŮ“ (smíšená kategorie)

- BĚH ČI CHŮZE NEJMENŠÍCH DĚTÍ (VČETNĚ RODIČŮ S DĚTMI V KOČÁRKU (do roku narození 2019 včetně) NA 300 METRŮ (smíšená kategorie)

Nelze kombinovat jízdu na mechanickém vozíku s jízdou na mechanickém vozíku s doprovodem. Závodníci mohou zvolit pouze jednu z kategorií. Pokud závodník vyjede na trať v kategorii sportovců na mechanickém vozíku bez doprovodu, musí celý závod absolvovat bez dopomoci.

Protesty

Případné protesty lze podávat u hlavního rozhodčího do patnácti minut po skončení závodu. Hlavními rozhodčími jsou pro slalom Honza Tomandl, pro ostatní závody Jarka Franková.

DOPLŇKOVÉ DISCIPLÍNY

Volný čas mezi závoděním a fanděním můžete strávit u doplňkových disciplín. I k nim se musíte přihlásit. U prezence dostanete startovní lístek, do kterého budete za vyzkoušení každé doplňkovky sbírat razítka. Pokud si troufnete alespoň na čtyři z osmi, můžete si na „dárkovém“ stanovišti vyzvednout sladkou odměnu. A na jaké atrakce se můžete těšit? Chystáme pro vás lukostřelbu, minigolf, ruské kuželky, šipky, laserovou střelnici, air hockey, garden rondo a siloměr.

UPOZORNĚNÍ

Pro start závodníků je podmínkou jejich dobrý zdravotní stav. Na místě bude zajištěn zdravotní dozor. Zdravotník má právo odvolat ze závodu kteréhokoliv účastníka ze zdravotních důvodů. Závodník svým podpisem na startovním lístku stvrzuje, že byl obeznámen se všemi články v propozicích! Každý závodník musí mít startovní číslo umístěno na dobře viditelném místě, v opačném případě bude diskvalifikován. Všechny důležité informace budou vyvěšeny na informační tabuli v prostorách startu. Zranění a jiné zdravotní problémy nahlaste ve stanu prezence.

OBČERSTVENÍ

Kvůli plánování velikosti svačiny uvádíme, že na místě bude tradiční rychlé občerstvení. Menu předem neznáme, ale klobáska chybět nebude, pivečko a káva také ne. Prvních 150 registrovaných závodníků nad to obdrží poukázku na občerstvení zdarma, bagetu a vodu.

ODPOLEDNEM NÁS PROVEDE A PRO RADOST VŠECH ZAZPÍVÁ JANA RYCHTEROVÁ.

PROGRAM HVĚZDY 2025

(časy jsou orientační, případné změny budou vyhlášeny moderátorkou)

12:00 – 13:00 prezence závodníků (bude pokračovat i po slavnostním zahájení)

13:00 – slavnostní zahájení

13:15 – start závodů ve slalomu, otevření doplňkových disciplín

14:00 – 16:00 – starty závodů na 500 a 1000 metrů ***

16:30 – hudební vystoupení Jany Rychterové

17:00 – slavnostní vyhlášení vítězů, předání cen

*** přesný čas jednotlivých startů nelze odhadnout, prosím, věnujte pozornost moderátorce, která bude jednotlivé kategorie vyvolávat

DĚKUJEME

MČ Praha 6, Česká spořitelna, Rotary Club Praha City, Meyra, Crocodile, Asistenční psi z.s., Titbit, SAN konferenční servis, Jan Lamr, MUDr. Ilja Chocholouš a DOBROVOLNÍ POMOCNÍCI!

VOLNOČASOVKY 2025

Účastnický poplatek je 50,- Kč na osobu. U akcí, na které bude třeba pořizovat materiál nebo jiné potřeby, se může účastnický příspěvek zvýšit. Vše oznámíme předem, na místě vás nic nepřekvapí. Pozor, k účasti je třeba se včas **přihlásit** (telefonicky, nebo na e-mailovou adresu mala@pov.cz), ideálně týden před konáním. Kapacita akcí je omezená, proto doporučujeme přihlášení neodkládat. **Individuální dopravu na volnočasovky si účastníci organizují sami, případně větší skupiny mohou požádat o koordinaci Věru Malou.** **Pokud na některou z akcí požadujete zajištění dopravy, pak se musíte přihlásit minimálně s týdenním předstihem.** (Pokud týden před akcí nebude požadavek na dopravu, bude rezervovaná doprava zrušena.) Změna programu VOLNOČASOVEK 2025 je vyhrazena. O posunech termínů budeme informovat přihlášené telefonicky a současně případné změny zveřejníme na webových stránkách www.pov.cz ve složce VOLNOČASOVKY. Možnost účastnit se programu není vázána na členství v organizaci, ale členové POV mají v účasti přednost.

VOLNOČASOVKY 2025 - ZÁŘÍ A ŘÍJEN

VYCHÁZKY BEZ BARIÉR - toulky zajímavými a přístupnými místy Prahy.

VYCHÁZKA BEZ BARIÉR, Pasáže II. s Helenou.

Pojďte s námi navázat na oblíbenou vycházku pražskými pasážemi s naší milou průvodkyní Helenou Ganickou. Stavíme se na zmrzlinu v pasáži Světozor, užijeme si trochu zeleně ve Františkánské zahradě a objevíme vnitroblok zajímavého objektu DRN na Národní. Výpravu završíme v pasáži Platýz a v paláci Adria. Sejdeme se před Obecním domem ve 13:00, předpokládaný závěr je v 16:30 tamtéž. Dopravu na místa srazu si zajišťuje každý sám. Případně po dohodě s Věrou Malou je možné se pokusit o skupinové předjednání vozu.

středa 24. září, 13:00 - 16:30

VYCHÁZKA BEZ BARIÉR do Armádního muzea.

Zveme vás do armádního muzea Žižkov, které je po rekonstrukci otevřeno pro veřejnost. Nese ocenění Stavba roku 2022 či Muzejní počin roku a jeho expozice se 7000 exponáty mapují vojenské dějiny českého území a českou státnost. Společně vyrazíme procházkou z Ohrady přes Vítkov a odpoledne strávíme poznáváním důležité součásti naší historie.

Sraz je ve 13:00 na zastávce autobusu 207 Ohrada v ulici Hartigova směr centrum, vycházku zakončíme před Armádním muzeem v 16:30.

středa 1. října, 13:00 - 16:30

VYCHÁZKA BEZ BARIÉR na Olšanský hřbitov.

Na časně dušičkově laděnou vycházku za historií hřbitova vyrazíme s Helenou Ganickou. Navštívíme část největšího pražského pohřebiště s mnoha druhy vzrostlých stromů poutajících pozornost. Zastavíme se u hrobů některých slavných osobností a na dalších zajímavých místech. Sejdeme se na parkovišti v ulici Vinohradská před Novou obřadní síní ve 13:30, závěr plánujeme v 16:30 u OC Flóra, kam společně dojdeme třeba i na kávu.

středa 8. října, 13:00 - 16:30

JÓGA ONLINE – dechová a relaxační cvičení pod vedením zkušené lektorky.

Cvičení je přizpůsobeno sedícím. Předvádí-li lektorka pohyb, který vám vaše fyzické schopnosti neumožňují, je možné jej provést v omezeném rozsahu, nebo si cvik pouze představovat. Potkáme se na platformě Google Meet, odkaz zveřejníme na www.pov.cz, přihlášeným odkaz zašleme mailem. Prosíme, přihlaste se klikem na odkaz přibližně 3 minuty před začátkem. Do lekce bude možné vstoupit nejpozději 10 minut po jejím začátku!

úterý 23. září, 15:00 - 16:15, odkaz:

úterý 21. října, 15:00 - 16:15, odkaz:

PAVLAČ - online povídání o všem, co vás zajímá, tíží nebo těší.

Věra Malá a Tereza Pokorná se na vás budou těšit na online Pavlači. Témata povídání jsou zcela na vás, připravit si můžete i otázky ze sociální oblasti. Potkáme se na platformě Google Meet, odkaz zveřejníme na www.pov.cz, přihlášeným odkaz zašleme mailem. Pokud nebude nikdo přihlášen předem, program se ruší.

úterý 7. října, 13:00 – 14:00, odkaz:

ŠIP-KÁRY – trénink moderních elektronických šipek.

Přijďte si zahrát šipky na klasický vysoký terč. Sejdeme se v SB Centru Chodov, K Horkám 1, Praha 4. Na místě se k účastnickému poplatku 50,- Kč navíc platí vklad na úhrady her na elektronickém terči, jedna hra stojí 10,- Kč a do stroje potřebujete kovovou minci. Myslete na to a vybavte se drobnými. Nemáte-li vlastní šipkařské vybavení, nevadí, vše potřebné vám zapůjčíme.

středa 10. září, 17:30 – 21:00, SB Centrum Chodov

středa 15. října, 17:30 – 21:00, SB Centrum Chodov

PRAŽSKÉ PLANETÁRIUM OHROMUJE PO REKONSTRUKCI UNIKÁTNÍ TECHNOLOGIÍ, PŘÍSTUPNOST BUDOVY JE VŠAK NEDOŘEŠENÁ



Planetárium Praha ve Stromovce se minulý měsíc po dvouleté rekonstrukci opět otevřelo veřejnosti. Zásadní proměnou prošla konstrukce kopule, do níž se nově instalovala speciální LED technologie. Modernizace z pražského planetária učinila unikát - je prvním plně digitálním LED planetáriem v Evropě a zároveň největší LED kopulí tohoto typu na světě. A zážitek přináší vskutku dech beroucí (vyzkoušeli jsme☺).

Investice se také dotkla dalších prostor pro návštěvníky, výraznou proměnou prošel například foyer. A modernizace budovy ještě není u konce. Během léta se bude provoz v planetáriu dále ladit a na podzim se stavební úpravy patrně dočká i zadní vchod, který by mohl zlepšit přístup návštěvníkům na vozíku. Přístupnost budovy je totiž něco, na čem by bylo potřeba ještě hodně zapracovat, přestože rekonstrukci značně limituje památková ochrana objektu. Neproblematičtější místem je extrémně prudká rampa, které stoupá od stanice svislé plošiny na úroveň druhého patra, kde se nachází hlavní promítací sál. Pro návštěvníky na elektrickém vozíku je proto podlaží prakticky nepřístupné. Návštěvníci na mechanickém vozíku musí pro překonání rampy využít dopomoc.

Planetárium Praha jsme pro vás detailně zmapovali a provozovateli jsme navrhli technické i stavební úpravy. Podrobné informace naleznete na stránkách Přesbariéry.cz.



KONTAKTY

KANCELÁŘ PRAŽSKÁ ORGANIZACE VOZÍČKÁŘŮ, BENEDIKTSKÁ 688/6, 110 00 PRAHA 1, telefonické spojení: 224 826 078, 224 827 210, 736 485 859, e-mail: info@pov.cz, www.pov.cz, www.presbariery.cz

Vzhledem k vytíženosti a práci v terénu prosíme všechny klienty, aby si svoji návštěvu v kanceláři POV domluvili s konkrétním pracovníkem předem.