



gir

lasilo invalida rada ZAGREB

broj 20 • RUJAN • 2007.



Sadržaj

Zdravlje.....	0
Ljetovanje.....	0
Javni primjeri.....	0
Hodočašće u Mariju Bistricu.....	0
Izlet u Ludbreg.....	0
Sportska sekcija.....	0
Upozorenje.....	0
Pjesma.....	0
Recepti.....	0
Veseli kutić.....	0
Obavijesti.....	0

Izdavač:

Udruga invalida rada Zagreb

Adresa:

Zagreb, Nova cesta 86

Urednički kolegij:

Marija Topić, Stjepan Čehulić,
Vlado Lopec, Franjo Tremljan,
Anamarija Lazić

Kontakt telefon:

01/4829392, 4829119
091/2013723, 091/4829119

E-mail: uir@uir-zagreb.com

Web: <http://www.uir-zagreb.com>

Grafička priprema i tisak:

Sveučilišna tiskara d.o.o., Zagreb

Dragi naši čitatelji !

Kao što smo nagovijestili u prošlom broju, ovaj je mjesec za nas mjesec veselja obzirom da smo, nakon dugog niza godina čekanja, konačno preselili u nove prostore.

Nadamo se da ćete nas češće posjećivati i družiti se s nama u našim novim prostorima obzirom da su sve prostorije vrlo prostrane i adaptirane.

Iza nas je još jedno ljetno razdoblje, a mi ćemo se u ovom broju, kao i u svakom do sada, ukratko osvrnuti na razdoblje od prošlog izdanja Glasila i upoznati vas sa proteklim događanjima nadajući se da ćete se u većem broju uključiti u predstojećim nam akcijama, izletima i ostalim događanjima.

Uredništvo



Priprema i čuvanje hrane

Odmrznuta hrana ima povećan broj mikroorganizama pa se zato ne smije ponovno zamrznuti jer se može pokvariti ili čak uzrokovati trovanje.

Današnji način života često onemogućava svakodnevnu nabavu svježih namirnica. Stoga ih treba pažljivo izabrati i pravilno uskladištiti. S malo znanja, hladnjak, ledenica i ormar mogu postati sve što želimo u pogledu kvalitetne prehrane.

Hlađenje je najčešći način skladištenja svježih hrane, jer niske temperature usporavaju prirodan proces kvarenja hrane. Zaledivanjem se vijek hrane još više produžava. Nešto smrznuto voće može sadržavati više C-vitamina ako je zamrznuto odmah nakon branja, nego ono svježije koje stoji u trgovini nekoliko dana. Smrznuto povrće i voće dobar su izbor ako nisu dostupni svježi ili im nije sezona. Ako ih sami zamrzavamo, moraju biti potpuno svježi i zdravi, bez imalo oštećenja ili truleži. Ne zamrzavaju se zelena salata, svježja rajčica, jabuke, grožđe, kuhana jaja i stari krumpir. Ledenica mora imati stalnu temperaturu od -180C ili nižu.

Svježije povrće treba blanširati (bolje parom nego kipućom vodom),

što deaktivira enzime koji uzrokuju kvarenje, zatim ohladiti i čvrsto pakirati u materijalima pogodnim za zamrzivač. Na svakome paketiću treba označiti datum zamrzavanja i očekivano vrijeme trajanja (bijela riba oko 6 mjeseci, voće 6-12 mjeseci, povrće 8-10 i meso i piletina 9-12 mjeseci).

Meso se polako odmrzava (pogotovo veliki komadi), najbolje u hladnjaku, jer su tako manji gubici vitamina i minerala. Međutim, povrće je bolje odmah staviti u kipuću vodu. Kruh treba odmrznuti u pećnici (ne i ostale namirnice). Odmrznuta hrana ima povećan broj mikroorganizama pa se zato ne smije ponovno zamrznuti jer se može pokvariti ili čak uzrokovati trovanje. Ako ledenica prestane raditi, najbolje je prva 24 sata hranu ostaviti unutra i ledenicu ne otvarati. Nakon toga hranu treba premjestiti. Kuhana hrana i školjke ne smiju se ponovno zamrznuti ako su bili na temperaturi od 50C više od tri sata. Ostala hrana provjeri se tako da se neotvoreno pakiranje pritisne. Ako još ima kristala, hrana se može koristiti, a ako ih nema, baca se. Svježije meso može biti iznad 50C svega 6 sati i spasiti se može ako se odmah jede. Ako ima kristale, može se

ponovno zamrznuti. Kreme, pudinge i sladoled treba baciti.

Postupak zamrzavanja sam po sebi ima mali učinak štete na nutritivnu vrijednost namirnica i treba ga pravilno provoditi.

Temperatura u hladnjaku treba biti 0-50C. Meso i riba tu se mogu držati samo jedan dan.

Konzervirana hrana skladišti se na suhom i hladnom mjestu. Ne smijemo koristiti oštećene konzerve i one kojima je istekao rok uporabe.

Suha hrana često je bogata vlaknima i ima malo masti. U procesu sušenja očuvani su mnogi nutrijenti, osim nižeg sadržaja C-vitamina. Treba ju čuvati na tamnom i prozračnome mjestu. Brašno

treba biti na hladnom, da se izbjegne napad insekata.

Treba kupovati samo one količine voća i povrća koje se mogu pojesti u nekoliko dana i treba ih držati u hladnjaku. Nepojedenu hranu iz konzervi potrebno je staviti, u dobro zatvorenoj staklenoj ili plastičnoj posudi u hladnjak. Ribu je najbolje jesti odmah nakon kupnje, ali očišćena može preko noći ostati u hladnjaku. Svježe namirnice treba u hladnjaku držati odvojene od kuhane hrane.

Opće je pravilo: ako se sumnja u ispravnost nekog proizvoda ili namirnice, bolje je baciti ih nego riskirati trovanje hranom.



Ljetovanje 2007. godine

Ove godine, po nalogu Uprave auto-kampa "Uvala Slana" u Selcu, premjestili smo tri od naših četiri kamp-prikolica, a ujedno smo ih sve i uredili te napravili nove predprostore i krovove.

U vremenskom razdoblju od 15. lipnja do 15. rujna 2007. godine u četiri kamp-prikolice ljetovalo je 30 naših članova sa svojim obiteljima i naš počasni član iz Republike Češke sa svojom obitelji. Od

sveukupnog broja (109 osoba) osam je članova ove godine sa svojim obiteljima ljetovalo o trošku Udruge van sezone dok su ostali imali prilike ljetovati po istoj povoljnoj cijeni kao i prošle godine u sezoni.

Ove godine su svi članovi putovali u vlastitom aranžmanu.

Izvijestila:
Marija Topić



Čovjek je čovjeku zvjer

KVARTOVSKA MAFIJA JE BEZ MILOSTI

Današnje osobe s invaliditetom su u raljama života. Svakog su dana sve više izložene brutalnom ponašanju dijela nekulturnih građana ili skupine građana. Ilustracije radi, navest ću samo nekoliko najsvjetlijih primjera. Na mnogim parkirališnim mjestima u Gradu stoji znak upozorenja da je parkiranje dozvoljeno samo osobama s invaliditetom. Međutim, nađu se tu i osobna vozila koja ne nose takve oznake. Iz tih postupaka neodgovornih vozača, može se naslutiti da ih sankcije ne mogu disciplinirati i da im je potreban popravni vozački ispit.

Ponašanje mladih u javnom gradskom prometu slično ponašanju njihovih neodgovornih roditelja. Vidna oznaka da je sjedalo namijenjeno osobama s invaliditetom nije dovoljno upozorenje mladima da ga trebaju bez "borbe" ustupiti onima kojima je namijenjeno. Osim dnevnih svađa, prisutna su vrijeđanja i omalovažavanja osoba s invaliditetom. Na žalost, nitko za svoje postupke ne snosi sankcije. U nedostatku roditeljskog odgoja, škole i društva, ostalo je puno posla za Ministarstvo znanosti, obrazovanja i sporta.

U dnevnim sukobima za invalidsku stolicu u gradskom prometu dobro je

prošla osoba s invaliditetom ako sve završi samo na verbalnom duelu. Ali, ako je ponos mladih povrijeđen pa na scenu stupe kvartovske bande, "rat" je neizbježan. Osoba s invaliditetom će sigurno biti iscipelarena - ubit će Boga u njemu. Ako završe riječima "Ti stari konju" dobro je prošao. Fizička likvidacija mu ne gine. To što rade osobama s invaliditetom, za mlade ne znači ama baš ništa. Oni nastoje zadovoljiti samo svoje osvetničke interese. Ni život za njih nema posebnu vrijednost. Oni ni ne razmišljaju da osoba s invaliditetom može biti naoružana, da može bolovati od teških psihičkih bolesti i da njezino depresivno-suicidno stanje može u grob odnijeti nekoliko mladih života. Ne branim ih, ali nemaju ni uzora, jer oko sebe vide samo zavist, pohlepu, licemjerje i egoizam, onda njihovo ponašanje ni ne začuđuje. Policija u takvim uvjetima pokazuje svoju nemoć zbog kadrovske neekipiranosti i nedovoljne educiranosti čekajući da se dogodi kazneno djelo, pa da tek onda interveniraju. Preventivno djelovanje je stvar zaborava. Rijetko su u mogućnosti da građanima osiguraju policijsku zaštitu jer nemaju dovoljno djelatnika, a i broj policijskih postaja u

gradu Zagrebu je nedostatan. Primjerice, gradska četvrt Trešnjevka-jug, prema posljednjem popisu stanovništva broji 67.500 stanovnika, što približno odgovara broju stanovnika grada Karlovca, a nema policijsku postaju. Zbog takve nebrige vlasti u perifernim naseljima Grada dominira kvartovska mafija.

Nije rijedak slučaj da nepokretnim osobama (stopostotnim osobama s invaliditetom), "šaljivdžine" ukradu invalidska kolica i da je tim osobi s invaliditetom ograničeno kretanje jer nemaju novca za kupovinu novih.

Ni državni činovnici se često puta ne ponašaju pravilno prema osobama s invaliditetom. Naime, ako osoba s invaliditetom dođe u poreznu upravu tražiti savjet kako ostvariti svoje pravo, a dobije savjet kako izgubiti stečeno pravo, i izgubi ga, onda je to prvi znak nefunkcioniranja pravne države. I to nije sve. Osobe s invaliditetom se vrlo teško zapošljavaju, a lagano gube posao. Poslodavci ih smatraju kočničarima produktivnosti i razvoja. S druge pak strane, zakonodavna vlast ih izbacuje iz naslova Zakona o mirovinskom (i invalidskom) osiguranju, Hrvatske željeznice im uskraćuju pravo vožnje u nagibnim vlakovima (uz korekciju svojih postupaka), Zakon o listi oštećenja (kojeg treba revidirati) govori da ni klinički mrtva osoba ne može steći status osobe s invaliditetom. Primanja osoba s invaliditetom su manja

od primanja umirovljenika koji su otišli u starosnu mirovinu. Oni ne mogu riješiti ni svoj stambeni status, ako ga nisu riješili tokom rada, nemaju ni svog pravobranitelja, pa veći dio osoba s invaliditetom umire, a da nikada ne ostvari ni svoja osnovna prava utvrđena zakonima.

Takvih i sličnih diskriminatorских ponašanja prema osobama s invaliditetom ima na pretek, zato neka udruga i Savez s maksimalnom ozbiljnošću shvate sva neodgovorna ponašanja dijela građana, državnih organa i institucija prema osobama s invaliditetom i neka predlože konkretne mjere.

Kada su u pitanju osobe s invaliditetom, treba nam biti jasno da one ne traže sažaljivanje, već ostvarenje svojih temeljnih prava. Vjerujem da bi i Crkva trebala dići svoj glas, pogotovo ako joj je čovjek na prvom mjestu, kako bi se u nekoj glavi političara nešto i okrenulo na bolje. Doduše, nije u pitanju samo zakonodavna regulativa, nego i dosljedna provedba donijetih zakona.

Žalosni su svi ovi postupci prema osobama s invaliditetom. Vjerujem da je i Bogu žao što je pokrenuo život. Ako i dalje nastavimo s vrijeđanjem i obezvrjeđivanjem osoba s invaliditetom, možemo očekivati da će im tek na drugom svijetu biti bolje. Živi bili pa vidjeli!

Napisao: Vlado Lopec

Hodočašće u Mariju Bisticu

U nedjelju, 19. kolovoza ove godine Udruga invalida rada Zagreba organizirala je hodočašće u Mariju Bisticu.

Krenuli smo sa Mažuranićevog trga ujutro u 7 sati te smo oko pola devet stigli u Mariju Bisticu, izvršili prijavu i uplatili misu i molitvu za sve naše hodočasnike kao i za one naše članove koji nisu mogli iz bilo kojeg razloga biti nazočni. U devet sati okupili smo se ispred prve postaje i krenuli na Križni put (na kalvariju) pod predvođenjem župnika iz župe

Bedekovčine Josipom Komorčecom, poznatim Pepekom kako ga svi zovu od milja. Misno slavlje započelo je u 11 sati, a predvodio ga je biskup Vinko Puljić, dok je domaćin župnik i rektor svetišta Marije Bistrice Bistričke Zlatko Koren srdačno pozdravio sve hodočasnike kao i Udruge među kojima i našu.

Nakon Svete mise i slobodnog vremena, u 13 sati uputili smo se u Gornju stubicu kod "Rodya" na ručak nakon kojeg su neki i zaplesali. Svi zadovoljni krenuli smo u 18 sati put prema Zagrebu.

*Izvijestio:
Stjepan Čehulić*



Izlet - hodočašće Ludbreg - Varaždin

Naša Udruga organizirala je izlet i hodočašće u centar svijeta - Ludbreg, u nedjelju, 02. rujna na Svetu nedjelju koja je označila završetak manifestacije "Deset dana Svete nedjelje".

Iz Zagreba sa Mažuranićevog trga krenuli smo u 7 sati, a u Ludbreg smo stigli oko 9 sati. Imali smo slobodnog vremena za razgledavanje centra Ludbrega, a u 11 sati smo nazočili središnjem euharistijskom slavlju u proštenu Predragocijene Krvi Isusove. Svetu misu predvodio je monsinjor dr. Ratko Perić, mostarsko-duvanjski biskup.

Suslavlju je nazočio varaždinski biskup monsinjor Josip Mrzljak kao

domaćin te brojni svećenici. Slavlju se okupilo više tisuća hodočasnika iz svih krajeva Hrvatske. Nakon mise imali smo malo vremena za popiti kavu ili neko drugo piće, a u 13 sati krenuli smo u Varaždin gdje nas je dočekao ručak u restauraciji Gradskih bazena Varaždin.

Nakon ručka nastavili smo put na manifestaciju već svima znanu - "Špancirfest", a u 18 sati pripremili smo se za povratak u Zagreb koji je protekao u veselom raspoloženju, čak se i pjevalo.

Izvijestio:
Stjepan Čehulić



Sportska sekcija

Na gostovanjima u Varaždinu i Mariji Bistrici rezultatski smo prošli vrlo neopaženo. Zato smo 01.09.2007. godine na 2. sportskom natjecanju u Sisku osvjetlali obraz.

U svih pet disciplina smo osvojili odličja, a od ukupno 18 ekipa, UIR Zagreba je bila najbolja i osvojila pehar za prvo mjesto. Rezultati po disciplinama:

- u šahu je 2. mjesto osvojio Mato Mažuran,

- u pikadu je ekipa u sastavu Antun Ladić, Josip Car i Franjo Tremljan također osvojila 2. mjesto,

- u disciplini nabaci krug ekipa u sastavu Josip Car, Branko Žnidarec i Štefica Bedeković osvojila je 1. mjesto nakon pripetavanja dvojice najboljih

igrača u kojem je naš sportski kralj Josip Car naprosto deklasirao svog protivnika,

- u visećoj kuglani je ekipa u sastavu Antun Ladić, Štefica Bedeković i Josip Fijačko osvojila 2. mjesto,

- u belotu je 3. mjesto osvojio par Branko Žnidarec i Ivan Rapčan.

Na odlično organiziranim igrama, vidjelo se da si je i Gradsko poglavarstvo Siska dalo truda. Naši najuspješniji pojedinci bili su Josip Car (kao i obično) i Antun Ladić (kao ugodno iznenađenje). Jedini je podbacio trenutačni voditelj sportske sekcije.

Na VII. susretu invalida rada "Kutina 2007", koji se održao 14. rujna, rezultatski smo polučili polovični uspjeh. U visećoj kuglani smo osvojili 1. mjesto (Ladić, Rapčan, Bedeković, Car), a u pikadu 2. mjesto (Car, Ladić, Žnidarec, Puneč).

Vrlo ugodnom ljudovanju svih prisutnih u velikoj mjeri su doprinijeli jednostavni i nadasve ljubezni domaćini.



Izvijestio:
Franjo Tremljan

Zlouporaba članske knjižice

Svaki novi član prilikom ućlanjenja unaušu Udrugu dobije informacije u usmenom i pisanom obliku, a koje su vezane uz prava i povlastice koje mogu ostvariti osobe s određenim postotkom tjelesnog oštećenja i određenim dijagnozama. Ujedno ih informiramo i u koje svrhe se može koristiti naša članska knjižica, ali pojedinci si uzimaju za pravo knjižicu koristiti odnosno zlorabiti ju za parkiranje na mjesto određeno za osobe s invaliditetom. Npr. netko se ućlani kako bi dobio člansku knjižicu i više se ne pojavljuje u Udrugu misleći da je on član Udruge, a član Udruge je samo ona osoba koja redovito plaća članarinu svake godine. Često vidimo na parkiralištima kako se na mjestima obilježenim za osobe s invaliditetom parkiraju sa kojekakvim naljepnicama što je nedopustivo jer nikakve naljepnice ne služe za parkiranje već za to služi ispravan i važeći Znak pristupačnosti koji glasi na ime osobe, a ne na vozilo. Članska knjižica pak



služi kao dokaz da je određena osoba s invaliditetom član Udruge, a može ju koristiti kao prednost pri čekanju

u redu na mjestima koja imaju oznake da osobe s invaliditetom imaju prednost pred zdravim osobama.

Ružna je slika kada vidimo da velik broj osoba stavlja člansku knjižicu ispred prednjeg stakla na vozilu umjesto za tu svrhu važećeg Znak pristupačnosti i na taj način nepropisno parkiraju na mjesto označeno za osobe s invaliditetom. Uz to, stave vrlo često i knjižicu koja više ne vrijedi jer ili nije plaćena članarina ili se koristi knjižica izdana prije dosta godina, a knjižice su tijekom godina mijenjane nekoliko puta. Na fotografiji je vidljivo da je za nepropisno parkiranje korištena knjižica koja ne vrijedi više ni samim izgledom obzirom da je izdana prije nekoliko godina, a zlorabi se u svrhu zauzeća parkirališnog mjesta za osobe s invaliditetom. Vrlo loš primjer, zar ne? Kako to spriječiti pitanje je svakodnevno u Udruzi osobno i telefonom, od članova Udruge koji zaista imaju važeći Znak pristupačnosti, a nemoralne osobe, kao što je primjer na fotografiji, zauzmu im mjesto bez imalo grižnje savjesti.

Ovom prilikom ujedno molimo sve naše članove koji **NEMAJU** važeći Znak pristupačnosti izdan od strane Gradskog poglavarstva da se pridržavaju Zakona.

Napisao: Stjepan Čehulić

Idemo

*Idemo svi sada ovamo
više nećemo smetati tamo
došlo vrijeme da se selimo
odavna se tomu veselimo...*

*Napuštamo zgradu staru, tjesnu
i stanarsku zavidnost bijesnu
oni nama sto su briga dali
svaku obavijest sa vrata skidali...*

*Ovdje ćemo sretni biti
u miru Božjem ćemo raditi
naša predsjednica Marija
za svog mandata je to ostvarila...*

*Upravni odbor joj podršku dao
i gradonačelnik nam se smilovao
veliku muku on je imao
dok je s drugima sve uštimao...*

*Hvala mu, i Vama svima
veliko on srce ima
hvala Mariji što suze je lila
dok ovaj san je ostvarila...*

*Radosni smo i nemamo riječi
da iz tjesnaca ovdje ćemo prijeći
al' Marija u srcu opet nemir ima
gleda prostor - opet nešto ne štima...*

*Sve je to u redu, al' ne može da shvati
naši članovi nemaju gdje s autima stati
od sveg' tog već joj se drijema
jer ovdje za invalida parkirališta nema...*

*Gdje parkirati, odgovorite nam Vi
možda negdje čak u Dubravi
hvala svima za ovo rješenje
u to ime ajmo zajedno pojesti pečenje!*

Stjepan Čehulić

Sjedalo za invalide

*U tramvaju mjesta ima,
putnici ga vide,
poznato je svima
"sjedalo za invalide".*

*To je mjesto uvijek
slobodno kad treba.
Invalid ga koristi
kada umor vrebata.*

*Poštovanje prema njima
uvijek treba biti.
Ako pažnja izostane,
neće nam oprostiti.*

*Kada display pogledate,
a svi ga ljudi vide,
odmah će vam biti jasno
"sjedalo za invalide".*

Vlado Lopec

Kiseli krastavci s lovorom

Sastojci:

5 kg sitnijih krastavaca
1,5 l vode
_ l alkoholnog ocat
4 žlice soli
šećera prema želji
papar u zrnu
lovorovo lišće
možete dodati i vinobran koji će
ukiseljenomu produžiti vijek

Priprema:

Krastavce operite, posušite i poslažite u staklenke. Ocat, vodu i sol prokuhajte da zakipi i pričekajte da se ohladi. Prelijte tekućinom krastavce i hermetički zatvorite.

Napomena:

Krastavci moraju biti zdravi i tvrdi, a ne uvenuli i omekšali jer tada nisu za kiselenje. I bez vinobrana, na hladnijem će mjestu trajati namjanje godinu dana.

Zimski sataraš

Sastojci:

1 kg rajčica
1 kg paprika
biljno ili suncokretovo ulje
sol

Priprema:

Oguljene rajčice i očišćene paprike pirjajte. Kad omekšaju i zgusnu se, posolite i vruće ulijte u staklenke ili ih stavite u pećnicu da se na vrhu stvrdnu. Zatim ulijte i zatvorite. Zimski sataraš može trajati i do 6 mjeseci, a može se i zamrznuti u obrocima. Pri uporabi, tko voli, može dodati i pirjani luk.

Pekmez od bresaka

Sastojci:

2 kg bresaka (marelica, jagoda,
malina...)
1,2 kg šećera

Priprema:

Breskve operite i sameljite. Kuhajte ih oko 20 minuta, a zatim im dodajte šećer, neprestano miješajući. Kad bude toliko gust da, miješajući ga, vidite dno lonca, pekmez ulijte u vruće staklenke i zatvorite. Rok trajanja je oko godinu dana.

Dobar tek!

Pamćenje

- *Doktore, imam problem. Primijetio sam u zadnje vrijeme da gubim pamćenje.*
- *Dobro, kad ste primijetili da vam se to događa?*
- *Što mi se događa?*

~~~~~

## **Pijanstvo**

*Ode pijanac doktoru na pregled i uđe u ordinaciju.*

*Kaže mu doktor:*

- *Ne mogu te pregledati zbog velike količine alkohola u organizmu.*

*Na to će pijanac:*

- *Dobro, doktore, doći ću kad se otrijeznite.*

~~~~~

Nogomet

Pita reporter igrača kako je danas igrao.

Igrač odgovori:

- *Dao sam dva bombastična gola.*
- *I kakav je rezultat na kraju bio?*
- *1:1.*

Starost

Stariji bračni par leži u krevetu pa će supruga:

- *Sjećaš li se kad si mi se udvarao, držao za ruku, mazio u krevetu, grlio i ljubio...?*

Muž se okrene, uhvati je nježno za ruku, zagrlji i poljubi.

- *A onda bi me grickao za uho...*

Muž ustane i krene prema toaletu.

- *Kuda ćeš?*
- *Odoh po zube.*

~~~~~

## **Obazrivost**

*Razvode se djed i baka u stotoj godini života. Sudac ih čudno promatra pa kaže:*

- *Dobro, nema problema, ali što ste do sada čekali?*

*- Čekali smo da nam djeca pomru, da se ne sekiraju.*

# O B A V I J E S T I

## **Projekt "Unapređivanje i očuvanje zdravlja"**

U prijašnjim izdanjima našeg Glasila obavijestili smo Vas o nastavku projekta "Unapređivanje i očuvanje zdravlja". Svi zahtjevi za ovogodišnji projekt su podijeljeni i sva su mjesta do kraja ove godine popunjena.

U ovo vrijeme nam je još prerano govoriti o nastavku projekta, ali biti ćete obaviješteni na vrijeme putem naše oglasne ploče i Glasila (GIR) te pozivamo sve zainteresirane da telefonski provjere informaciju o nastavku projekta krajem mjeseca studenog.

~~~~~

Izleti

Za predstojeće tromjesečje (listopad, studeni i prosinac) predvidjeli smo:

- višednevni inozemni izlet u listopadu,

- pet akcija "Hodanjem do zdravlja" u organizaciji Planinarske sekcije (dvije u listopadu, jednu u studenom, dvije u prosincu)

- Kestenijadu u organizaciji sekcije Ljekovito bilje u listopadu.

Svi zainteresirani - dobro ste došli! Javite se u Udruhu radi detalja.

~~~~~

## **Klub invalida rada**

Klub invalida rada neće raditi niti u rujnu niti u listopadu zbog preseljenja i uređenja prostora. Ukoliko svi radovi proteknu po planu, Klub bi počeo svojim radom sa 02. studenim, a samim time tada bi započeo i rad sekcija te akcija vađenja krvi i mjerenja tlaka.

U slučaju promjena, o početku rada Kluba obavijesti će biti izvještene na oglasnoj ploči Udruge.



NOVA  
GESTA  
86

ŠTEF!  
A GDJE JE  
PARKING?  
?

U  
DUBRAVI  
VAŠE

S.Č. 14. 2007.