

OBSAH

Poděkování dárcům	3
České ILCO – pomocník pro Vás všechny	4
INFORMACE ČESKÉHO ILCO	6
Podzimní zasedání Českého ILCO 8. – 9.11.2013	6
Odborná konference	6
Zasedání Českého ILCO.....	7
Odborná konference v rámci projektu.....	8
Valné shromáždění Českého ILCO	10
MY A ONI - zkušenosti z Německa.....	12
Potřebujeme České ILCO?	12
Sestrou roku 2013 se stala Nad'a Kubíková	14
A dnes byste nějaký příběh vypíchl?.....	15
JAK SE ŽIJE SE STOMÍÍ	16
Jak se žije stomikům na Slovensku	16
DNES VÁM PŘEDSTAVUJEME	19
Zdena Šabatková	19
Zdraví jako ekonomická veličina	21
RADY A ZKUŠENOSTI	24
Pytlíček na pytlíčky	24
Uvolněte si ruce.....	24
Vlhčené dětské ubrousky.....	25
Užitečný fén.....	25
Z DOPISŮ NAŠICH ČTENÁŘŮ	26
Není čas ztrácet čas	26
Moje profese mě zcela pohlcuje	26
Kam s Euroklíčem?	28

Také prádlo je důležité	29
Rychle jsem se vrátil do práce.....	30
Klub stomiků Brno	32
Co se nám podařilo.....	32
Rekondice na Orlíku od 9. do 15. května 2014.....	32
Výlet tří klubů stomiků.....	33
Klub stomiků ILCO Brno.....	34
Marie Fraňková	34
Z činnosti klubu ILCO Cheb	35
Klub stomiků ILCO Kyjov.....	35
Radujme se, veselme se.....	35
Klub stomiků Nový Jičín.....	36
Vzpomínka na Jarka Pechu	36
Výšlap na rozhlednu na Velkém Javorníku.....	36
Další plánované akce.....	38
Slezský klub stomiků Opava	38
Slezský klub stomiků Ostrava	38
Květinový den po čtrnácté.....	38
Šumná Ostrava XII.....	39
U6 Dolní oblast Vítkovice 10.4.2014.....	39
Připravujeme	39
FIT- ILCO	40
Klub stomiků Přerov.....	41
Rekondiční pobyt Klubu stomiků Přerov.....	41
ADRESÁŘ	42