

Z p r a v o d a j

Senioři České republiky,
městská organizace Ostrava, p. s.

Aby člověk důstojně žil a nebyl sám.



Ročník 8.

Číslo 3/2021

Podzimní výtvarná dílna Poruba – Ratiboř se vydařila



Městský obvod Poruba spolupracuje s polským městem Ratiboř a pořádá i různá společenská setkání, například velikonoční, vánoční jarmarky a různé workshopy, jichž se pravidelně zúčastňují i členky MO SČR Ostrava ze zájmové organizace 15 Kreativ spolu s porubskými a ratibořskými dětmi.

Tentokrát jsme se sešli netradičně v nově zbudovaném komunitním centru Všichni spolu, jež se nachází v Pustkoveckém údolí pod Základní školou na ulici Karla Pokorného. Komplex nabízí největší hřiště na území obvodu, které je uzpůsobeno také pro hendikepované. Kdo jste tam ještě nebyli, doporučuji se projít. Venkovní areál je upraven pro děti i seniory.

Setkání v komunitním centru se zúčastnili porubští školáci ze 4. a 5. třídy ZŠ Waldorfská s paní učitelkou Kulovou a seniorky ZO 15 Kreativ. S polskými dětmi a seniory z Ratiboře jsme byli ve spojení přes televizní obrazovku on line. Vzájemně jsme se viděli, ale bohužel jsme se neslyšeli. Technika trochu zlobila. Určitě se to při příštím workshopu podaří.



Toto setkání se uskutečnilo v rámci projektu Společná CZ-PL, sloužícímu k organizaci kulturních aktivit dvou největších měst euroregionu Silesia. Je spolufinancován Evropskou unií z fondu pro regionální rozvoj. Celou akci organizovala za MO Ostrava-Poruba Štěpánka Ostárková a výtvarnou část Renáta Dohnalová, naše dobrá známá z minulých akcí seniorů a dětí. Společně s chlapci a děvčaty jsme vyráběli zápichy - dráček, kytička a ozdobný závěs. Polotovary jsme měli připraveny u stolů a společně jsme tvořili, vždy jedna seniorka a jeden žák. Dobře jsme si rozuměli, vzájemně si pomáhali. Po dokončení si šly děti zaspotovat do venkovního, velmi pěkného areálu komunitního centra. My jsme pokračovaly v tvorbě podzimního zápichu podle návodu seniorů z Ratiboře. Seniorky uplatnily svou kreativitu a každý výrobek byl jiný. Na závěr jsme si udělali společné foto a poseděli při občerstvení. Setkání přispělo k naplnění programu Společná CZ-PL kulturních aktivit i mezigeneračních vztahů. Děkujeme organizátorům této vydařené akce.



Text a foto Daniela Prošková

Upozorňujeme všechny, kdo hodlají zaslat články k otištění v našem Zpravodaji, aby je posílali na mailovou adresu, která je uvedena na poslední straně každého čísla. Redakce nepřepisuje příspěvky napsané na psacím stroji či ručně.



Dvacátého října letošního roku se konal v kulturním domě v obci Střítež další ročník vědomostní soutěže pro seniorské týmy Moravskoslezského kraje. Soutěž byla vyhlášena v červnu r. 2020 a kvůli nastalým peripetiím s covidem se mohla uskutečnit až letos.

Soutěžního klání se zúčastnilo celkem 21 tříčlenných družstev. Účastníci byli uvítáni předsedou Krajské rady seniorů MSK Pavlem Glucem a starostou Stříteže Miroslavem Jaworkem. Rovněž byl představen autor soutěžních otázek Radim Holeček, člen Krajské rady seniorů MSK. Poté se již začalo soutěžit v režii hlavního organizátora Radima Holečka.

Kviz měl deset tematických okruhů s deseti otázkami. Na každý okruh otázek bylo vyměřeno 10 minut. Témata otázek byla velmi různorodá. Některá z mého pohledu docela těžká a jejich zvládnutí vyžadovalo domácí přípravu. Jednalo se o: 1. Co je to?, 2. Česká příroda, 3. IQ, 4. IT, 5. Medicína, 6. Moravskoslezský kraj, 7. Olympijské hry, 8. UNESCO, 9. Všehochuť a 10. Zeměpis světa. Soutěž měla rychlý průběh a po třech hodinách, včetně jedné přestávky, bylo dobojováno.

Prostředí kulturního domu bylo velmi příjemné, seniorky z místního střítežského klubu připravily pro všechny soutěžící kávu a také sladké pohoštění.

Po přestávce, kdy se pro změnu zapotili organizátoři se sčítáním výsledků, přišlo všemi soutěžícími očekávané vyhlášení výsledků soutěže, jehož se opět zúčastnil starosta obce, předseda Krajské rady seniorů MSK Pavel Gluc a Radim Holeček.



Třetí místo, k velké radosti pana starosty, vybojoval domácí tým ze Stříteže. Jako druzí se umístili senioři z Řepiště a na prvním místě členky z měst. organizace Senioři ČR, Ostrava (1. družstvo) - Mojmíra Sucháčková, Karla Czorniaková a Marie Darmovzalová.

Vítězům byly předány odměny a všichni účastníci si odnesli pamětní list včetně všech kvizových otázek s vypracovanými odpověďmi. Soutěžící si tak mohou doma zkontrolovat správné odpovědi a zjistit, kde zadali špatné a tím se připravili o cenné body.



Druhé družstvo z ostravské městské organizace Senioři ČR, které se rovněž soutěže zúčastnilo, se tentokrát mezi nejlepšími neumístilo, ale přece jen jedno prvenství získalo. Pan Albín Koloczek byl s ohledem na svůj rok narození (1934) vyhlášen nejstarším účastníkem Senior kvizu 2021.

Když se ohlédnou zpět, tak musím konstatovat, že kviz byl tentokrát velice náročný, ale i případný nezdár v soutěži nikomu nezkazil dobrý pocit ze soutěžní akce a příjemně stráveného odpoledne.

Jitka Lehocká, foto Karel Moškoř

To bylo tak. Rozhodly jsme se, že vyrazíme na čerstvý vzduch za město, tentokrát na vrchol Prašivá v Moravskoslezských Beskydech. Sahá do výšky 843 m n. m. Hřeben začíná vrcholem Malá Prašivá, vysokým 706 metrů n. m., na němž se nachází kostelík sv. Antonína Paduánského z roku 1640 a chata Prašivá z r. 1921.

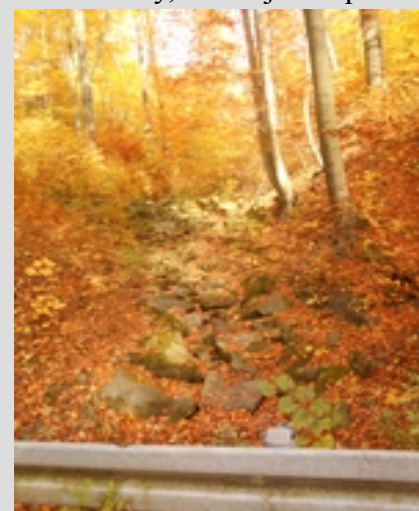
Než jsme vylezly na kopec, bylo nám chvilkami ouvej! Šly jsme pomaloučku, polehoučku, když jsme uslyšely hluk motoru. Kde se vzal, tu se vzal malý traktor s přívěsem. A my pak hurá na něj! Taxi, prosíme!!! Velkorysemu „traktúrkoristovi“ (traktorista na malém traktoru) Alešovi se zželelo seniorek a se smíchem nás vzal na valník. No, nevyužijte toho! Drncalo to, skákal přes šutry i šutříky, občas i přes pokácené větve, ale zvládli jsme to v pohodě. Vysadil nás na křižovatce těsně před cílem - na chatě Prašivá. To bylo radosti. Chvilí na to přišly ostatní, co šly pěšky až na vrchol. Zachtělo se nám trochu občerstvení. Chata nám byla k dispozici. Pivko, kávačka a polévka neměly chybu. Na znamenité borůvkové knedlíky, které jsou specia-



litou v této oblasti, už nedošlo. No a potom hajdy zpět po kamenité cestě dolů a domů. Ve velmi náročném terénu jsme ušly celkem 12 kilometrů. Velkým bonusem bylo počasí, které nám velmi přálo. Bylo slunečno a my jsme se mohly kochat krásně prosluněnou přírodou, nádhernými barvami podzimu.

Zážitek to byl pro nás všechny. Načerpaly jsme hodně sil i pro nadcházející podzimní a sychravý čas.

Poděkování patří Miluše Bergrové a Evě Miluláškové, které pro nás připravily opravdu vydařený den. Těšíme se na další.



Text a foto Jaroslava Černá

Přátelské setkání členů klubů sdružených v Koordinačním centru seniorů Ostrava



Koordinační centrum seniorů Ostrava se po dvou letech rozhodlo opět zorganizovat přátelské setkání. Covid v loňském roce neumožnil uspořádat takovou akci a ani letos vzhledem na covidovou situaci nebylo jednoduché zajistit termín setkání, sehnat odpovídající prostory, připravit program a pozvat seniory a hosty.



Setkání dne 21. října se zúčastnilo celkem 80 pozvaných seniorů z klubů, organizací a sdružení. Program zahájila Ing. Ludmila Holubová. Jako hosté se akce zúčastnili náměstek primátora Ing. Zbyněk Pražák, Ph.D., a předseda Krajské rady seniorů MSK Ing. Pavel Gluc.

Náměstek primátora Ing. Pražák ocenil sportovní aktivity seniorů a vyslovil pochvalu všem, co dělají něco pro svoje zdraví a nesedí doma, sportují a pohybují se v přírodě. Podal též informace o seniorských zařízeních na území Ostravy.

Ing. Juřeník předal podrobné informace k orientačnímu pochodu, který se již třetím rokem konal jako společenská akce KCSO, sdružení seniorů OSŽ ČD

Ostrava a SK OB Ostrava. Prezentace byla podána názornou formou včetně předání map zájemcům o tuto sportovní aktivitu. Je proto předpoklad, že v příštím roce bude tato akce, která je plánována nejen jako podzimní, ale i jarní pochod, navštívena ve větším počtu z různých klubů a organizací v rámci Koordinačního centra seniorů Ostrava.

Pavel Zvolánek seznámil přítomné s náměty KCS Ostrava z mnoha oblastí života seniorů, připravenými pro jednání Rady seniorů u primátora.

Milan Fabián představil nejlepší sportovce - ženy a muže, kteří se účastnili letošních sportovních her, a ti měli možnost ukázat i získaná ocenění. Na setkání byla představena i soutěžící kandidátka na Babičku roku 2021, která měla reprezentovat na celorepublikovém finále, a to 19. listopadu v Olomouci.

Kulturní vystoupení zajistily skupiny seniorek Havířovské babky, Čupr holky z Hlavnice a Country Girls z Petřkovic. Hudební doprovod k tanci i poslechu byl v režii Duo-Pohoda.

Jak hosté, tak pozvaní senioři ocenili toto setkání jako dobře připravené a velmi kladně byl hodnocen i doprovodný program.



Text a foto Helena Číková

Cvičení pro radost i zdraví - Odměna za dobrou spolupráci



vedla zcela zdarma 10 cvičebních lekcí. Mám velkou radost, že se ženy rozhodly ve cvičení pokračovat, i když si už lekce budou hradit samy.

Držíme palce, aby cvičení přinášelo radost a hlavně úlevu od zdravotních potíží.

Již delší dobu spolupracujeme se Spolkem Početníčko, který vede Ivan Sekanina. Jak jsme vás již částečně informovali v minulém čísle Zpravodaje, zúčastnili jsme se společně dvakrát úklidu v lese, jednou výsadby stromků, práce na výsevu Motýlí louky v Ostravě-Zábřehu, záslužné činnosti šití roušek, pletení ponožek, soutěže v luštění křížovek, darování hrníčků pro ostravské seniory. Ivan Sekanina nám zprostředkoval výbornou fyzioterapeutku Kateřinu Křištof, která pro naše členky

Anna Pinterová, foto Eva Kotarbová

Dovolená, na kterou budeme dlouho vzpomínat



Využili jsme nabídku hotelu Brdy ve Spáleném Poříčí a ve dnech 17. až 22. srpna 2021 jsme tam prožili řadu neopakovatelných, kouzelných zážitků. Vždy je příjemné při společné dovolené vědět, že doprava tam i zpět je zajištěna a tím se zbavíme starostí, jak se do vzdálenějších míst dopravit. Již



během cesty na ubytování jsme mimo krátkých zastávek na odpočinek měli možnost navštívit zajímavou velbloudí farmu Záhostice (prohlídka s odborným výkladem). Byl to krásný začátek naší dovolené. Po ubytování v hotelu Brdy jsme se sešli na večeři, která byla s přípitkem a zajímavým uvítacím povídáním Michala Zemana, majitele zdejšího zařízení. Na stolech jsme měli připravený program na celou dovolenou s přáním příjemného pobytu od kolektivu hotelu. Obě tyto skutečnosti nás ujistily, že zde mají zájem pro účastníky vytvořit co nejlepší zážitky. Málokdo z nás věděl, kde se toto městečko nachází a co nás zde čeká.



První zmínka o Poříčí, tedy místu založeném u řeky, pochází z roku 1239. Ve 14. st. bylo vyměřeno rozlehlé náměstí a struktura ulic je zachována dodnes. Přídomek Spálené získalo v 17. st. Bylo vypáleno a potom dále pustošeno v době třicetileté války.



Dnes se ve Spáleném Poříčí snaží o to, aby se stalo perlou mezi malými městy Plzeňska.

Druhý den po snídani jsme měli zajištěnou prohlídku muzea Špejchar ve dvoře. Budova byla postavena v první polovině 18. století jako součást spálenopoříčského velkostatku. Ke svému původnímu účelu, uskladnění obilovin, byl špejchar používán až do konce 20. století, kdy byl již v havarijním stavu. Postupná záchrana objektu byla dokončena v r. 2010. Komplexní rekonstrukcí vznikly prostory galerie využitelné pro pravidelné výstavy, stálou expozici historické zemědělské techniky, dále pak pro přehlídku kresleného humoru Jiřího Wintera Neprakty, která obohatala naše vědomosti o jeho obsáhlém díle. V muzeu je také zcela unikátní expozice zaměřená na přírodu a život na Podbrdsku. Nese název Procházka po Brdech. Po večeři následoval koncert dudácké kapely z Domažlic.



Ve čtvrtek nás po snídani už čekal celodenní výlet s prohlídkou hradu a zámku Horšovský Týn, oběd v tomto městě a po něm procházka Domažlicemi. Poté jsme se vrátili k večeři do hotelu.

V pátek jsme se zúčastnili prohlídky likérky Liqui B v Blatné, kde jsme si mohli koupit zajímavé likéry, také zdejší pivo, mnoho druhů čokolád a sladkostí. Dále jsme absolvovali procházku oborou zámku Blatná a zblízka jsme se setkali s daňky, které jsme mohli hladit, což byl velmi příjemný pocit. Dobrý oběd nás čekal v hotelu a odpoledne jsme strávili podle svých zájmů. Někteří účastníci využili nabídku masáže.

V sobotu po snídani jsme měli možnost prohlédnout si vodní hamr Dobřív s praktickou ukázkou, po obědě jsme měli prohlídku zámku

Nebílovy a s napětím jsme očekávali po večeři noční tajný výlet, jehož cílem byl Rožmitál pod Třemšínem. Navštívili jsme kostel, ve kterém působil Jan Jakub Ryba. Sdružení pečující o odkaz J. J. Ryby dbá na jeho tvorbu. Jeho předsedkyně nás seznámila s počtem duchovních a světských skladeb, kterých vytvořil 1374. Měli jsme možnost prohlédnout si varhany, na nichž hrál.

Toto uteklo. Následovala neděle, balení a přípravy k odjezdu domů. Ani se nám moc nechtělo. Věříme však, že se pro nás najde skulinka v plně obsazených termínech i v příštím roce.

Anna Pinterová, foto Lubomír Pavelka

Sportovní hry Krajské rady Seniorů ČR MSK



Po roční nedobrovolné přestávce se nám konečně podařilo uskutečnit 3. krajské sportovní hry Seniorů ČR Moravskoslezského kraje. Mgr. Andrea Hoffmannová, Ph.D., náměstkyně primátora statutárního města Ostravy, udělila záštitu nad touto akcí, která se uskutečnila 21. září 2021 ve Sportovním areálu Ostrava-Pustkovec. Tyto hry probíhaly bez slovenských sportovců vzhledem k situaci, v jaké jsme se nacházeli. Z pozvaných hostů se zúčastnili Ing. Pavel Gluc, předseda Krajské rady seniorů MSK a Mi-

roslav Běhůnek, předseda TJ Sokol Pustkovec.

Protože se jedná o sportovní hry seniorů, byly zvoleny disciplíny s ohledem na věk a fyzické schopnosti soutěžících. Soutěžilo se v těchto disciplínách: šípky - hod na terč, hokej - střelba florbalovou hokejkou a tenisovým míčkem do branky, hod kroužky na kužel, golf snag - střelba holí a tenisovým míčkem na cílovou desku, bollo ball - hod dvojicí míčků na hrazdu se třemi vodorovnými příčkami, běh s míčkem na tenisové raketě kolem mety, hod granátem na cíl, nepřesný petank - hod petankovou koulí k cílové čáře.



Přihlásilo se celkem 13 čtyřlenných soutěžních týmů: družstvo z Petřkovic, družstvo z Píště, dvě družstva z Frýdku-Místku a devět družstev z Ostravy.

Počasí nám přálo, polovina disciplín probíhala v tělocvičně a druhá v areálu TJ, tedy venku, což sportovcům velmi vyhovovalo. V letošním roce jsme nemohli využít vzhledem k proticovidovým opatřením ve školách studenty jako pomocníky rozhodčích. Tohoto úkolu se ochotně ujali členové z ostravské městské organizace SČR, která byla pověřena organizačním zajištěním her.

Atmosféra mezi družstvy byla výborná. Soutěže probíhaly s vysokým sportovním nasazením a nadšením za podpory fanoušků z řad členů MO. Po náročném hodnocení a sčítání výsledků z jednotlivých disciplín bylo přikročeno k vyhodnocení celé soutěže. Ocenění předávali: Ing. Oldřich Pospíšil, ředitel 3. krajských sportovních her Krajské organizace SČR MSK, Ing. Ludmila Holubová, místopředsedkyně Koordinačního centra seniorů Ostrava, a Ing. Pavel Gluc, předseda Krajské rady seniorů MSK.

Oceňovaly se výkony v 8 disciplínách, a to za 1. místo - ženy, 1. místo - muži, a 3 vítězným družstvům byly předány diplomy a medaile. Ocenění si odnesly soutěžní týmy: za 3. místo družstvo z Píště pod vedením kapitána Jindřicha Lasáka, za 2. místo družstvo z Frýdku-Místku pod vedením kapitána Vítězslava Kavky, za 1. místo družstvo z Petřkovic pod vedením Josefa Fialy.

K ohodnoceným účastníkům patřili i nejstarší soutěžící, kterými byli: za ženy Inge Volná z Frýdku-Místku a za muže Ervín Bosák z Ostravy.

Všichni účastníci obdrželi pamětní list organizátorů s jejich podpisy a také pozornosti Moravskoslezského kraje a Koordinačního centra seniorů Ostrava.

Na závěr patří poděkování všem sponzorům, bez kterých by nebylo možné uskutečnit 3. krajské sportovní hry v takovém rozsahu. Děkujeme náměstkovi hejmana Bc. Jiřímu Navrátilovi, MBA, náměstkyni primátora statutárního města Ostravy Mgr. Andrei Hoffmanové, Ph.D., starostce MOB Poruba Ing. Lucii Baránkové Vilamové, Ph.D., firmě Bohas, Haně Strausové a Pavle Baníkové. Velký dík patří ostravské organizaci SČR, zejména Anně Pinterové, Pavle Srubkové a rozhodčím, pro které organizátoři připravili písemné poděkování.

Stanislav Pintera, Pavla Srubková



Foto archiv ZO 05



„Konečně nastal toužebně očekávaný den, kdy jsme mohli uskutečnit dlouho připravované setkání pro naše členy, kteří se svým nevšedním obětavým přístupem v nejrůznějších oblastech aktivit zasloužili za dlouhá léta o dobré jméno ostravského Svazu důchodců ČR, nyní Senioři ČR. Jak bylo připomenuto, Svaz důchodců ČR byl ustaven v roce 1990, v témže roce vznikla také naše městská organizace. Naše aktivity směřují k cílové skupině, která svůj věk prožívá především v domácím přirozeném prostředí s myšlenkou, že nejsou sami a nemají pocit osamění. Po celou dobu působení MO směřujeme svoji činnost



na zapojení do všestranných zájmů našich členů, zvyšování počtu členů a ustavování zájmových organizací podle zájmů, možností a přání členů. Co vše a daleko více pro vás vaši ocenění kolegové připravili? Především pravidelné informativní týdenní (někteří měsíční) přátelské schůzky, kde jste si plánovali další akce. Nelze nepřipomenout rok 2002, kdy naši esepantisté společně se studenty Gymnázia Olgy Havlové vysadili tzv. Stromy milenia - 2 lípy, o něž pak pečovali členové zájmo-



vé organizace Kačeři. Dále již 17 ročníků vědomostní zábavné soutěže Co víš, co znáš, sice pouze 1. ročník originální soutěže Zasmějme se spolu v rámci mezigeneračních vztahů, pravidelné, nezapomenutelné, milé zážitky s dětmi z MŠ Keramická, Ostrava-Muglinov, také trénování paměti, nezapomenutelná soutěžní sportovní zápolení, pravidelná 2 setkání v týdnu skupiny šachistů, navazující schůzky sběratelů kuriozit, besedy s policií, se zdravotní tematikou, jednodenní i vícedenní výlety. S Knihovnou města Ostravy spolupracujeme již delší dobu, a to naše členky přispívají do publikace Paměť Ostravy nebo připravují rukodělné výstavy. Nejvíce je za vámi, obrazně řečeno, vidět počet pravidelných turistických vycházek.

Nešlo po celá léta pouze o našlapané kilometry v určitý pravidelný den, čtvrtek nebo sobotu za každého počasí, ale o to nejdůležitější ve vašich kolektivech, které si nazýváme zájmové organizace. Společné vycházky to není jen pohyb na zdravém vzduchu, ale především vzájemná pravidelná setkání s blízkými lidmi, za ta léta mnoho prožitých příjemných zážitků, přátelských popovídání, předávání přívětivých příběhů, které se vrací ve vzpomínkách.



Nešlo po celá léta pouze o našlapané kilometry



Jsmo dlouhodobě aktivními členy Koordinačního centra seniorů Ostrava, Komunitního plánu sociálních služeb a souvisejících aktivit v Ostravě - skupiny Senioři, Krajské rady Seniorů ČR MSK, Krajské rady seniorů MSK. Ve všech těchto organizacích dosahují naši členové při soutěžích nejen sportovních, ale i vědomostních předních umístění, např. 1. místo v náročném Vědomostním kvizu ve Stříteži, organizovaném Krajskou radou seniorů MSK... Vrátime se do nedávné minulosti, kde právě zájmová organizace 15 zabodovala velmi výraznou činností - šitím roušek, a převážnou měrou se také podílela na sběru ošacení a drobného vybavení pro organizaci ADRA, které jsme přispěli celkem třikrát velkým množstvím oděvů i drobného kuchyňského vybavení. Společně s odborem sociálních věcí Úřadu městského obvodu Poruba se ZO 15 zapojila do vytváření výrobků pro miminka narozená ve Fakultní nemocnici Ostrava-Poruba. Není bez zajímavosti navštívit naše internetové stránky a nahlédnout do Zpravodaje, který vydává ostravská městská organizace SČR.“

Velmi nás potěšila účast hostů. Z pozvaných 13 se dostavilo 8. V diskuzi vystoupili Ing. Pavel Gluc, předseda Krajské rady seniorů MSK, Ing. Oldřich Pospíšil, předseda KR Senioři ČR MSK, a Ing. Lucie Baránková Vilamová, Ph.D., starostka městského obvodu Poruba. Všichni hodnotili MO Senioři ČR jako seniorskou organizaci, která má zájem pro své členy v rámci volnočasových aktivit zajišťovat nejrůznější okruhy jejich zájmů a vyslovili nám poděkování. Zvláštní poděkování Mgr. Miroslavy Sabelové, ředitelky Knihovny města Ostravy, předala v písemném provedení zástupkyně ředitelky Pavlína Kijová. Zaznělo v něm ocenění naší dlouholeté spolupráce a poblahopřala nám k našemu významnému třicetiletému výročí aktivní činnosti. Vyjádřila potěšení, že naše organizace již mnoho let úzce spolupracují a inspirují se. Všem členům spolku Senioři ČR popřála zejména pevné zdraví, radost ze společných akcí, také mnoho dalších let radostné a inspirující činnosti.

Po vystoupení hostů následovalo předání pamětních listů, kterého se ujal předseda KR Senioři ČR MSK Oldřich Pospíšil. Závěrem první části slavnostního setkání poděkovala předsedkyně nejen oceněným členům za obětavou, dlouhodobou práci. Popřála všem hodně zdraví, i jejich rodinným příslušníkům, kteří jim umožňují věnovat se práci pro dobré výsledky MO Senioři ČR. Po ocenění vystoupil Pavel Handl, herec ostravského divadla, který přítomným velmi zpříjemnil slavnostní setkání. Poté k poslechu a pro radost hrálo Duo-Pohoda. Věřím, že na tento den budeme dlouho příjemně vzpomínat.



Anna Pinterová, foto Josef Běnek

Držitelé pamětních listů k 30. výročí založení Svazu důchodců

Václava Suranová, Marta Blaská, Danuše Dufková, Šárka Remiášová, Marie Valošková, Helena Gálová, Jindřiška Výtisková, Alena Berková, Marie Pluhaříková, Marie Krčmářová, Marie Rasochová, Gertruda Doležalová, Jiřina Tanečková, Ludmila Tesařová, Marie Ryšavá, Růžena Gřešová, Jiřina Babišová, Libuše Zavadská, Pavel Medňanský, Anna Skovajsová, Ludmila Částková, Ludmila Vinceová, Marie Sommerová, Kamila Sležková, Marie Šubrťová, Blanka Lenochová, Květoslava Binová, Marta Brdová, Christa Hanšutová, Jiří Vypllel, Eva Konečná, Hana Ko-kešová, Karla Pindurová, Jindřiška Skupinová, Marie Adámková, Irena Podešvová, Libuše Sošková, Jaroslava Černá, Věra Sněhotová, Gita Glasnaková, Šárka Hermanová, Marie Darmovzalová, Jitka Lehocká, Mojmíra Sucháčková.

Děkujeme všem oceněným za práci, přejeme jim hlavně pevné zdraví a radost z toho, že mohou svým dílem přispět k dobrým výsledkům naší městské organizace Senioři ČR.

Anna Pinterová

Výlov rybníku Bezruč v Jistebníku



V pátek 5. listopadu 2021 v 10 hodin se naše turistická skupina ZO 07 sešla u kina Luna ve Výškovcích. Pokračovali jsme po nám již známé cestě - směr Jistebník. Procházeli jsme Poodřím, velmi vzácným územím Polanecké nivy. Na odpočívadle Honcula jsme se občerstvili. Je zde velmi pěkné posezení nově postavené pro turisty i cyklisty. Altán zůstal. Cestou jsme pozorovali volavky, kačeny, labu-



tě. Počasí bylo slunečné - pravé babí léto. Došli jsme do Jistebníku, kolem samé rybníky. Po cestě k našemu cíli stálo hodně stánků s jarmarečním zbožím. Konečně rybník Bezruč, rybáři a výlov. Úžasná podívaná, obdivuhodná práce rybářů. Někdo se občerstvil bramborovými plackami, chutným bramborovým salátem a kaprem. Nechyběl ani svařák, který přišel vhod ve větrném a chladném počasí. Pak jsme pokračovali směrem k nádraží a v cukrárně jsme si dali výbornou kávu a zákusek. Domů jsme se dopravili vlakem nebo autobusem. Večer se v televizi ukazoval výlov rybníku Bezruč s prací rybářů. Nic se však nevyrovná tomu vidět výlov na vlastní oči. Příště půjdeme určitě zas



ale dříve, abychom viděli práci rybářů od začátku. Spojili jsme tedy příjemné s užitečným a ušli tak krásných 12 kilometrů.

Miluše Bergrová, foto Jaroslava Černá

Z Knihovny města Ostravy - Přečtěte si - Z Knihovny města Ostravy - Přečtěte si



Dcera říše

Louise Fein

Německo 30. let minulého století. To je svět, ve kterém vyrůstá Hetty, jejíž otec vyzdvihuje nacistickou ideologii. Hettin bratr nadšeně vstoupí do Hitlerjugend. Pro dívku je to dokonalý svět, kterému věří až do dne, než se o jejího židovského přítele Waltra začnou zajímat nacisté.



Dítě gulagu

Yuri C. Feynberg

Román je založen na nevšedních životních zkušenostech Yuriho C. Feynberga, jednoho z posledních žijících dětí, které prošly gulagem. Jako syn táborové lékařky sice nepatřil mezi odsouzené, přesto život za ostnatým drátem z něj udělal velmi silnou osobnost s nezlomným charakterem.



Dvě hrsti života

Katharina Fuchs

Románová saga dvou žen, která začíná na počátku 1. svět. války, končí až na začátku 60. let. Obě pocházejí z různých prostředí. Charlotte vyrůstá v Sasku na rozlehlém statku svého otce, úspěšného obchodníka, Anna ze Sprévskeho lesa naopak zná jen přísnou disciplínu a tvrdou práci.



Prokletý kraj

Michaela Klevisová

V pošumavských lesích jsou stále místa drsná pro život. To ví i dvě hrdinky tohoto detektivního bestselleru, které přijedou na Jelení Horu, aby objevily minulost svých rodin. Jejich životy se propojí, když ve vesnici dojde k vraždě. Zločin oběma ženám pomůže odhalit staré tajemství.

Všem našim jubilantům přejeme hodně štěstí, pevné zdraví a plno životní pohody.

Jubilanti ve 4. čtvrtletí roku 2021

měsíc	příjmení, jméno	č. ZO	měsíc	příjmení, jméno	č. ZO	měsíc	příjmení, jméno	č. ZO
10	Frydrychová Edeltraud	01	10	Červeňová Miroslava	06	10	Vašenkova Emilie	09
11	Vodičková Jana	01	10	Hajdíková Marie	06	10	Braková Marie	10
12	Bednář Josef	02	10	Morkesová Božena	06	12	Klimša Jiří	10
12	Bergerová Dagmar	02	12	Kmiečíková Jana	07	10	Bridlingová Jana	11
10	Pavelková Jiřina	02	12	Bernatíková Vlasta	09	12	Kašparová Emilie	11
11	Valošková Marie	02	11	Bínová Květa	09	12	Kerbel Petr	11
10	Bradová Kateřina	04	12	Doné Vratislav	09	10	Krpecová Ludmila	11
12	Hauková Božena	04	12	Fialová Božena	09	12	Pindurová Karla	11
12	Kryslíčková Renáta	04	10	Chovancová Marie	09	12	Ploticová Jaroslava	11
11	Martochová Zdeňka	04	12	Chrastinová Marta	09	11	Štverková Libuše	11
12	Rásochová Marie	04	11	Kašpárek Dušan	09	12	Gřeš Jaroslav	13
12	Staníková Božena	04	10	Klečková Anna	09	12	Gerlichová Jana	14
11	Kulhánková Gertruda	05	11	Lenochová Blanka	09	10	Nováková Eliška	14
11	Paprskářová Helena	05	11	Pospíšková Jana	09	11	Šmídová Zdenka	14

Jubilanti v 1. čtvrtletí roku 2022

měsíc	příjmení, jméno	č. ZO	měsíc	příjmení, jméno	č. ZO	měsíc	příjmení, jméno	č. ZO
3	Dedková Marie	01	2	Tanečková Jiřina	04	3	Palkovičová Marta	09
2	Zbořilová Emilie	01	1	Tesařová Ludmila	04	1	Suchar Josef	09
2	Gerlochová Anna	02	1	Torčíková Alena	04	1	Svatošová Eva	09
1	Hlaváč Jan	02	1	Bartoňová Anna	05	1	Vypllel Jiří	09
3	Chlebová Jarmila	02	1	Gřešová Růžena	05	2	Žídková Anna	09
1	Kaděra Vojtěch	02	1	Kučínská Alena	05	1	Broskevič Lumír	10
1	Machálková Eva	02	3	Lamaschanská Františka	05	1	Pavera Václav	10
1	Řeháček Bohumil	02	2	Řeháček Otakar	05	1	Szabó Pavel	10
2	Výtisková Jindra	02	3	Swiatková Marta	05	2	Kovářová Lenka	11
3	Berka Jaroslav	04	2	Vřesňáková Renata	05	2	Palička Oldřich	11
1	Doležalová Gerta	04	1	Lebduška Zdeněk	07	3	Richtárová Jana	11
1	Domčíková Jarmila	04	1	Hanšutová Christa	09	1	Vypiorová Anna	11
1	Halamíčková Růžena	04	3	Kašparová Ludmila	09	1	Chalcařová Naděžda	12
1	Jungová Helena	04	1	Křištofová Vojtěška	09	1	Juráčková Libuše	12
1	Král Miroslav	04	1	Kudělka Zdeněk	09	1	Slavíková Ivanka	13
2	Šokalová Věra	04	3	Macurová Ludmila	09			

(Zveřejňujeme jména členů, kteří slaví půlkulaté či kulaté jubileum, dále všechny jubilanty nad osmdesát let.)

Redakční rada: Zdeněk Kudělka, Mgr. Eva Kotarbová, Anna Pinterová,
Ing. Daniela Prošková, Mojmíra Sucháčková

Grafické zpracování a korektura textu: Mgr. Eva Kotarbová

Zpravodaj je určen jen pro vnitřní potřebu.

Vydání: listopad 2021

OSTRAVA!!! Sídlo spolku: M. Majerové 1733, 708 00 Ostrava-Poruba, telefon 596 951 813, IČO 70631484

E-mail: senioricr-ostrava@seznam.cz, web. stránky: <http://seniori-cr-ostrava.cz>

Naše aktivity a služby jsou podporovány a financovány z rozpočtu statutárního města Ostravy.