Zpravodaj

Svaz důchodců České republiky,
městská organizace Ostrava, p. s.

„Aby člověk nikdy nebyl sám."

Ročník 5. **Číslo 1/2018**

Opět jsme si slavnostně připomněli svátek seniorů

Krajská organizace Moravskoslezského kraje Svazu důchodců ČR zorganizovala 28. září 2017 již 13. ročník Krajského dne seniorů, který se uskutečnil v Kulturním domě v Petřkovicích. Záštitu nad ním převzal Ing. Jiří Carbol, senátor Parlamentu ČR, a Ivo Mikulica, starosta městského obvodu Ostrava-Petřkovice. Akci velmi významně podpořila o. p. s. Společně z Brna.

Anna Pinterová, místopředsedkyně krajské organizace SD ČR, po úvodním připomenutí významu Mezinárodního dne seniorů přivítala hosty, kteří přijali pozvání: senátora PČR Ing. Jiřího Carbola, předsedu SD ČR Ing. Oldřicha Pospíšila, předsedu Krajské rady seniorů Moravskoslezského kraje Ing. Pavla Gluce. Zvlášť přivítala a poděkovala Ing. Lukáši Vaculíkovi, řediteli Společně, o. p. s., která výrazně napomohla při konání této akce. Omluvila i nepřítomnost předsedkyně krajské organizace SD ČR Zlatušky Paršové a dalších pozvaných hostů. Pozvání přijali také naši kolegové, členové Jednoty důchodců kraje Žilina a polští senioři z Bialsko Bialé. Přítomno bylo dohromady téměř 200 účastníků z kraje Žilina, Bialsko Bialé a členských organizací Svazu důchodců ČR MSK. Ve velmi pěkném kulturním programu vystoupili: ostravský Folklorní soubor Heleny Salichové, a to děti i dospělí, dále taneční soubor Country Girls z Petřkovic a Pěvecký sbor Senior z Liptovského Mikuláše. O hudbu k poslechu a tanci se postaral Bedřich Fiala. Program účastníkům rozšířili i zástupci z pro ně významných organizací, a to ze Senior Pointu, Městské policie Ostrava (propagace prevence kriminality), Hasičského záchranného sboru MSK, ze SILOE Ostrava-Nová Ves, Alzheimerovy společnost a Sdružení pro ochranu nájemníků. Věříme, že všichni účastníci byli spokojeni a rádi se zúčastní dalších akcí, které budeme organizovat.

Stanislav Pintera, foto Daniela Prošková

Upozorňujeme **všechny, kdo hodlají zaslat články k otištění v tomto Zpravodaji, aby je posílali na mailovou adresu, která je uvedena na poslední straně každého čísla. Redakce nepřepisuje příspěvky napsané na psacím stroji, ručně apod. Uzávěrka textů pro příští číslo je 6. března 2018.**

Výlet do Zlatých Hor a okolí i do nedalekého Polska

Další plánovaný zájezd ZO 13 Pohoda s CK Exotour, domluvený přes Dagmar Pavlusovou, byl stanoven na 28. září 2017. Zúčastnilo se 27 turistů. Směr trasy: Zlaté Hory, Nysa, Nyské jezero v Polsku. Odjezd byl od DK města Ostrava v 7 hodin. Cestou jsme projížděli Opavou, Krnovem, Albrechticemi, Heřmanovicemi až do Zlatých hor,

slezského města ležícího na severovýchodě okresu Jeseník při hranicích s Polskem na Zlatém potoce. Jde o významné místo a turisticky atraktivní lokalitu. Cílem bylo nejdříve poutní místo - kostel Panny Marie Pomocné. Také naše skupina měla možnost si tento skvost prohlédnout i s malebnou studánkou nedaleko něj. V roce 1973 byl kostel stržen, ale v r. 1995 bylo poutní místo Panny Marie Pomocné opětovně vysvěceno. Vzhledem k časové tísni jsme museli brzy pokračovat dále do historického centra Zlatých Hor, kde jsme vystoupili. Prošli jsme kolem městského muzea a nahlídli do farního kostela Nanebevzetí Panny Marie, navazovala prohlídka místního hřbitova. Autobusem později odjíždíme dále přes Glucholazy do slezské Nysy. Po příjezdu nás tam čekalo setkání s průvodcem, s kterým jsme prošli mnoho kulturních památek. Dovolím si vyjmenovat jen některé z nich. Nejdříve jsme zhlédli věže Vratislavské brány - jedna ze čtyř byla postavena r. 1351. K té přiléhá kus hradeb. Pokračovali jsme dále na nyské náměstí, kde jsme viděli kostel sv. Barbory (přelom 14. a 15. století), přestavený v renesančním a barokním stylu, dále kostel svatého Jakuba a Anežky. Tuto stavbu vysokou 71 m lemuje věnec 19 bočních kaplí mezi opěrnými pilíři. V gotickém interiéru je dvacet dva sloupů podpírajících klenbu. Viděli jsme také Dům městské váhy, bývalé sídlo komory kontrolující váhy a míry. Boční elevaci zdobí pozůstatky po freskách a litinová dělová koule, zazděna na památku obležení Nysy roku 1807. Dále jsme zhlédli Tritonovu fontánu a krásnou studnu, také Solné náměstí - nejstarší seskupení jezuitských budov, tvoří je bývalý seminář svaté Anny, Gymnázium jezuitské školy, kostel Nanebevzetí Panny Marie aj. Naše cesta končila v bastionu svaté Hedviky (Tvrz Nysa). Po

náročné prohlídce města jsme odjeli k Nyskému jezeru. Bylo napuštěno roku 1971. Je to ráj jachtařů a hlavně rybářů, neboť patří k nejrybnatějším vodním plochám v Polsku. Po příjezdu následovala prohlídka okolí. Projížďka po Nyském jezeře malým parníkem s panem kapitánem ukončila náš náročný výlet. Se zapadajícím sluncem jsme odjeli domů.

Dagmar Pavlusová, foto Jarka Černá a Eva Kotarbová

Jsme rádi, že jsou mezi námi

takové turistky, jako je Marie Leštinská (foto 1, vpravo) a Emilie Machová ze ZO 05. Mají za sebou tisíce ušlých kilometrů za svůj dlouhý život. Je neuvěřitelné, že ještě v devadesáti letech, které oslavily na podzim 2017, se vydávají na několikakilometrové sobotní výlety. Jsou pro nás ostatní velkým vzorem! Svoje narozeniny obě turistky oslavily také mezi námi, ostatními turisty na úterních schůzkách, kdy jim vedoucí Marie Ryšavá předala kytice a všichni přítomní se s radostí a úctou přidali k jejímu blahopřání.

Text a foto: Eva Kotarbová

Zájezd na Dlouhé stráně v tomto čísle slovem i na fotografiích

Ostravská městská organizace SD ČR zorganizovala 12. 9. 2017 pro své členy zajímavý výlet s exkurzí na přečerpávací vodní elektrárnu Dlouhé stráně, která je jednou z nejnavštěvovanějších zajímavostí v Jeseníkách. Přečerpávací vodní elektrárna se nachází na říčce Divoká Desná u obce Loučná nad Desnou v okrese Šumperk. Jejím posláním je plnit pro elektroenergetickou soustavu naší republiky svým výkonem statické a dynamické služby.

O jejich významu a dalších technických záležitostech jsme se dozvěděli při úvodním promítnutí filmu a během prohlídky s výkladem a ukázkami našeho průvodce, zasvěceného do všech odborných detailů. Měli jsme velké štěstí, že nám přálo počasí a mohla se uskutečnit prohlídka dolní i horní nádrže. Tuto jsme měli dlouho dopředu rezervovanou.

Po náročné a zajímavé exkurzi jsme se občerstvili ve Ski areálu Kouty n. Desnou, kde jsme měli předem objednány obědy, což se vyplatilo, protože jsme byli velmi rychle obslouženi a mohli jsme pokračovat v dalším programu.

Později jsme navštívili dřevěný kostelík ze 17. století v Maršíkově. Je to unikátní kulturní památka nedaleko Velkých Losin. Následovala cesta do arboreta Paseka Makču Pikču. Během cesty nám Karel Karola vyprávěl zajímavosti o místech, kterými jsme projížděli. Byl to velmi zasvěcený výklad.

Arboretum Makču Pikču se nachází nedaleko známého hradu Sovinec. Založil je Ing. Radim Slabý v roce 2008. Zakladatel je známý prací na neobvyklých realizacích zahrad na rekultivované skládce v místě bývalého lomu. Je to zajímavé stupňovité arboretum, v němž jsou postupně shromažďovány nejrůznější rostliny z celého světa, zejména trvalky, skalničky, traviny, cibuloviny, okrasné dřeviny, zimovzdorné kaktusy a mnoho dalších. Mnozí z nás využili příležitost a zakoupili si rostlinky podle svých přání.

Poté jsme již zamířili na zpáteční cestu. Věříme, že se výlet vydařil, protože jsme viděli mnoho zajímavých i méně známých míst. Všichni účastníci se budou těšit na další zájezd, který se uskuteční v roce 2018.

Anna Pinterová, foto Karel Karola a Dana Litnerová

Další Senior Pointy v Moravskoslezském kraji

V Moravskoslezském kraji byla otevřena další tři kontaktní místa pro seniory, a to v Bruntále, Karviné a Kopřivnici. Po Frýdku-Místku, Ostravě a Opavě tak seniorům v MSK slouží šest tzv. Senior Pointů. V nich mohou zájemci získat informace o místních seniorských sdruženích a spolcích, z oblasti bezpečnosti, prevence, zúčastňovat se různých besed a přednášek. Čeká je klidné, přátelské prostředí a prostor, kde si mohou posedět, popovídat si. Personál jim poradí, bezplatně poskytne odborné konzultace. Klienti tu mají volný přístup k počítači s internetem, mohou využívat a nabízet nejrůznější volnočasové aktivity. Zájemci se také mohou zaregistrovat do slevové sítě Senior pas.

„Je naší snahou podporovat zdravý životní styl seniorů a zvyšovat kvalitu jejich života. Vítáme jakoukoliv aktivitu, která se zabývá zkvalitňováním života starších lidí. Jsem proto velmi rád, že prostřednictvím krajského projektu můžeme podpořit vznik a provoz těchto kontaktních míst. Věřím, že se stanou nedílnou součástí života seniorů a místem pro vzájemná setkání a zdrojem potřebných informací,“ uvedl náměstek hejtmana MSK pro sociální oblast Jiří Navrátil.

Jednotlivá kontaktní místa provozuje o. p. s. Společně. Vznikla v rámci projektu Zdravé stárnutí v MSK, který byl finančně podpořen z dotačního programu Ministerstva práce a sociálních věcí ČR. Kraj letos obdržel dotaci 814 000 Kč na realizaci projektu Zdravé stárnutí. Vznik Senior Pointů dofinancoval Moravskoslezský kraj asi 471 000 korunami ze svého rozpočtu.

Senior Pointy v MSK: Frýdek-Místek (Křížový podchod - středa 8.00 až 16.00 hod.), Ostrava (U Tiskárny 1 - pátek 8.00 až 16.00 hod, Opava (Rolnická 29 - čtvrtek 7.30 až 16.00 hod., Kopřivnice (Štefánikova 12 - pondělí 8.00 až 16.30 hod.), Bruntál (náměstí Míru 5 - úterý 8.00 až 16.30 hod.), Karviná (V Aleji 5a - čtvrtek 8.00 až 16.30 hod.). **(kot)**

Připravujeme: kurz trénování paměti. Bude zahájen 30. ledna 2018 v 16 hod. v zasedací místnosti sídla ostravské městské organizace SD ČR v O.-Porubě.

Janošíkovy diery a další krásy Slovenska potěšily turisty ZO 13 Pohoda

Dne 16. září 2017 osm turistů ZO 13 Pohoda se konečně dočkalo dlouho plánovaného zájezdu do Janošíkových dier na Slovensku. Tento domluvila Dagmar Pavlusová s CK Exotour. Odjezd byl od Domu kultury města Ostravy v 6.30 hodin. Cesta vedla podél Beskyd, směr Třinec, Mosty u Jablunkova, Svrčinov a Čadca.

Naše průvodkyně Saša Tomášková nám cestou podávala perfektní výklad ke každému místu, kterým jsme zrovna projížděli. Z Čadce po krátkém odpočinku jsme pokračovali dále v cestě až do Janošíkových dier, nejdříve k hotelu Diery, který se nachází v překrásném prostředí národního parku Malá Fatra. U hotelu bylo parkoviště, kde jsme všichni vystoupili. Část zdatných turistů šla na celodenní výšlap na Velký Rozsutec. Ostatní, mezi kterými byla i naše skupinka, se vydali s průvodkyní od Bieleho Potoka (hotel Diery) po modré značce Dolními dierami přes skalní kaňon až po Podžiar (715 m n. m). Překrásnou přírodu a skalní vodopády nafotili naši fotografové Jiří Mikač a Jarka Černá.

Na Podžiaru v kolibě stejného jména jsme si pak všichni odpočinuli a doplnili kalorie na další cestu, která vedla na vrch Podžiar (745 m n. m) k rozcestníku, který nás nasměroval na žlutou značku a do Štefanové (625 m n. m). Ve Štefanové je parkoviště, tam pro nás přijel autobus a jeli jsme na Vrátnou dolinu. Počasí bylo stále aprílové.

Ve Vrátné dolině po příjezdu jsme měli dvě možnosti: Výjezd lanovkou Vrátná-Chleb, nebo pěší túra k chatě na Grúni. Vzhledem k počasí jsme se rozhodli pro druhou variantu. Z parkoviště ve Vratné, v části Stará dolina, jsme přišli k chatě Vrátná, kde jsme zabočili vlevo do zalesněného svahu. Žlutá značka nás vedla nejdříve strmě a potom serpentinami na louky pod chatou Grúň. Tato nejvýše položená horská chata pod Grúňom leží v 970 m n. m. S veselou náladou jsme došli až do ní. Odpočinek a občerstvení nám opět dodalo sílu na sestup zpět do Vrátné doliny. Pak nás čekala jen cesta domů autobusem a zastavení ve Štefanové pro zbývající turisty, co došli z Velkého Rozsutce. Odjeli jsme z Vratné doliny obohaceni také o zhlédnuté krásné přírodní scenérie.

Dagmar Pavlusová, foto Jiří Mikač

Vydařený program Nejen senioři baví seniory

Do akce Nejen senioři baví seniory, pořádané 22. listopadu 2017, jsme zařadili významnou iniciativu čtyř našich členek. Jedná se o účast v pokračování projektu - knihy Paměť Ostravy, který organizuje Knihovna města Ostravy. Naše členky Eva Svatošová, Marie Rasochová, Mojmíra Sucháčková a Eva Kotarbová se přidaly k výzvě KMO a zaslaly své příspěvky do druhého dílu. Proto jsme ve výboru projednali možnost požádat o prezentaci jejich textů právě na této naší akci. Oslovili jsme Jarmilu Burešovou z Knihovny města Ostravy, která má na starosti seniory a projekt Paměť Ostravy. Velmi přivítala naši iniciativu a přislíbila účast. Ředitelka knihovny Miroslava Sabelová poskytla pro všechny účinkující knihu Paměť Ostravy, kterou všem čtyřem účastnicím předala právě Jarmila Burešová (foto 4). Protože máme mezi sebou mimořádně šikovné členky, využili jsme jejich umu a přidali k četbě ještě další texty. Eva Kotarbová přečetla verše ze své básnické sbírky Kameny, jež vyšla před léty v nakladatelství Profil v Ostravě. Daniela Prošková četla Pohádkou o lípách, kterou napsala k 15. výročí výsadby Stromů milénia, jež jsme si připomněli v dubnu roku 2017. Později už došlo na volnou zábavu a tanec, k němuž nám na klávesy hrál Josef Seifert. Ženy ze ZO 04 zajistily pro všechny účastníky občerstvení.

Škoda jen, že ne všechny naše zájmové organizace dovedou zvážit možnosti kapacity sálu, kde se obvykle konají akce pro všechny zájemce z řad členů městské organizace Svazu důchodců ČR, a místo, aby byly nápomocny při organizování, když dojde na rozpis počtu účastníků, zachovají se nekolegiálně a nepředají objektivní informaci těm, kteří by se rádi programů MO zúčastnili.

Anna Pinterová, foto Daniela Prošková

Naše oblíbená vědomostní soutěž

V r. 2017, kdy jsme si připomínali uplynulých 750 let od první písemné zmínky o Ostravě, jsme se zaměřili v naší vědomostní soutěži Co víš, co znáš na otázky o tomto městě a jeho zajímavostech. Uspořádali jsme již 14. ročník, což vypovídá o oblibě našich členů zapojit se do této soutěže. Přihlásilo se 10 soutěžních dvojic, a to dvě ze zájmové organizace 02, jedna ze ZO 04, dvě ze ZO 05, tři ze ZO 09, jedna ze ZO 13 a smíšená dvojice složená ze členů ZO 07 a ZO 10.

Soutěž proběhla v Domě dětí a mládeže v O.-Porubě 20. září. Otázky byly zaměřeny na oblasti: historie, zeměpisné vědomosti, sport, kultura. Využívali jsme zajímavostí jednotlivých městských obvodů.

Velmi dlouho byly získané body za správné odpovědi vyrovnané. Bylo potřeba v několika případech přidat u dvojic se stejným počtem bodů další soutěžní otázky. Tyto potom rozhodly o umístění.

Všichni soutěžící obdrželi pamětní diplomy se svým jménem a dvojice s umístěním na 1. až 3. místě navíc malé pozornosti.

Pořadí:

Na 3. místě se umístily členky se ZO 04: Karla Czorniaková a Mojmíra Sucháčková (foto 2).

Druhé bylo smíšené družstvo: Stanislav Prošek - ZO 07, a Eva Konečná - ZO 10 (foto 2).

1. místo získal tým ZO 09: Vojtěška Křištofová a Bohumila Janečková (foto 4).

Všem patří obdiv!

Zvláštní ocenění:

Anna Pinterová, předsedkyně MO SD ČR, ocenila plaketou města Ostravy Albína Koloczka ze zájmové organizace 09, jenž se jako jediný soutěžící zúčastnil všech 14. ročníků soutěže Co víš, co znáš.

Soutěžícím fandili další členové naší městské organizace. Škoda jen, že se v rámci komunitního plánování skupiny Senioři nepřihlásili do soutěže žádní zájemci z jiných oslovených organizací.

Anna Pinterová, foto Daniela Prošková

Oslava, která se velmi líbila

Krajská rada seniorů Moravskoslezského kraje uspořádala 1. 10. 2017 v opavském okrese celokrajské oslavy Mezinárodního dne seniorů. Účastníci byli rozděleni do skupin. Mohli si během dopoledne prohlédnout hrady a zámky v okolí Opavy.

Naše skupina navštívila zámek Raduň, který je velmi hezky opraven. Následoval příjezd všech účastníků do Hlavnice v blízkosti Opavy. Je to obec, kde žije kolem 600 obyvatel, ale jejich místní společenský život překoná i větší města. Obec je držitelkou ocenění z celostátní soutěže Vesnice roku. V místním, pěkném sále hlavničtí občané včetně starosty a vedení obce i tamního Klubu důchodců připravili posezení s příjemnou atmosférou pro všechny přítomné. Zájemci si zde měli možnost zakoupit bohaté ob-

čerstvení, které pro nás přichystali.

V kulturním programu vystoupily soubory z různých míst Moravskoslezského kraje. Všichni účinkující sklidili obrovský aplaus. Vystoupily i místní děti s recitací a hrou na flétničky, dále členky Klubu důchodců z Dolní Lutyně se svým vyprávěním, taneční skupina Country Girls z Ostravy-Petřkovic. Největší obdiv získal místní soubor Čupr holky a kluci z Hlavnice a líbil se i sbor Krákorky z obce Vrchy.

V rámci programu byly také vyhodnoceny nejaktivnější seniorské kolektivy, dále obce a města k seniorům nejpřívětivější.

Našich členů bylo přítomno třicet z celkového počtu přes dvě stě účastníků.

Organizátorům celé akce patří poděkování.

Anna Pinterová, foto archiv KRS

Zase jsme se radovali ze zdravého pohybu

Opět nastal podzim a pro naše soutěživé členy byl připraven Sportovně zábavný den, který má již svoji tradici. Tentokrát se přihlásilo 8 šestičlenných družstev, a to po jednom ze zájmových organizací 04, 09, 11, 13 a po dvou družstvech ze ZO 05 a ZO 12. Velmi radostně jsme uvítali tým ZO 11 Nová Bělá a nedávno vzniklé ZO 13 Pohoda.
Dne 4. 11. 2017 v tělocvičně TJ Sokol Pustkovec pod vedením cvičitelů ASPV (Asociace sportu pro všechny) probíhaly soutěže v méně i více náročných ale i zábavných osmi sportovních disciplínách. Pavla Srubková představila každou zvlášt, aby i diváci věděli, jaký úkol mají soutěžící plnit. Na vše dohlížel hlavní rozhodčí Miloslav Hrdina.
Družstva přišli povzbuzovat další naši členové a jejich rodinní příslušníci. Po ukončení všech soutěžních disciplín jsme přivítali hosta, který mohl předvést, co umí v kulturní oblasti. Byl to soubor Čupr holky a čupr kluci z obce Hlavnice. Jeho členové nám zatančili dva španělské tance a předvedli taneční kreaci, v níž se převtělili v pohádkové broučky. Celé vystoupení nadchlo všechny přítomné svým vynikajícím provedením i krásnými kostýmy, které pro soubor zhotovuje vedoucí klubu. Bylo velmi radostné vidět na tvářích všech přítomných úsměv po celou dobu vystoupení seniorů z Hlavnice. Čupr holky a čupr kluci se dočkali obrovského aplausu. Po jejich vystoupení následovalo vyhodnocení soutěžních družstev. Všichni soutěžící získali dárečky od sponzorky Radky Dokoupilové, týmy na 1., 2. a 3. místě obdržely ještě dárek od Magistrátu města Ostravy a dort s číslem umístění.

Třetí místo získal tým ZO 13 (foto 3): vedoucí Ivana Slavíková, členky Jarmila Tarabová, Alena Michálková, Věra Sněhotová, Šárka Hermanová, Marie Náwratová. Druhé místo obsadilo družstvo ZO 04 (foto 2): vedoucí Marie Pluhaříková, členky Anna Babičová, Alena Berková, Helena Jungová, Mojmíra Sucháčková, Pavla Vašíčková. První bylo družstvo ZO 05 (foto 1): vedoucí Ladislava Jemelková, členky Ludmila Částková, Věra Ivaničová, Jaroslava Keselyová, Marie Ryšavá a Boleslav Vřesňák.
Dárky a diplomy družstvům předaly Zlatuška Paršová, předsedkyně krajské organizace SD ČR Moravskoslezského kraje, a Anna Pinterová, předsedkyně městské organizace SD ČR Ostrava. Vítězům blahopřejeme, všem soutěžícím děkujeme za bojovnost a těšíme se na příští ročník. Tento se uskutečnil pod záštitou senátora PČR Jiřího Carbola.

Anna Pinterová, foto Daniela Prošková a Eva Kotarbová

Poděkování za účast na výstavě rukodělných výrobků

Ve dnech 10. až 12. listopadu 2017 probíhala na Výstavišti Černá louka v Ostravě významná akce Život bez bariér / Senior. Handicap. Kids. Po celé tři dny tam byly vystavovány rukodělné výrobky našich členek, které byly návštěvníky výstavky obdivovány. Prezentaci jsme nazvaly Co umí a dovedou členky městské organizace Svazu důchodců ČR Ostrava. Své výrobky zapůjčily Dagmar Pavlusová, Miluše Bergerová, Helena Nohavová, Mojmíra Sucháčková, Gertruda Nyklová. Všem našim seniorkám děkuji za vzornou reprezentaci městské organizace SD ČR. Poděkování patří i Zdeňku Kudělkovi, který přivezl a také odvezl zpět krásné vystavované výtvory.

Anna Pinterová, foto archiv

Informace z X. sjezdu Svazu důchodců České republiky

Dne 8. listopadu 2017 se konal v Praze X. sjezd Svazu důchodců České republiky. Jednání se zúčastnilo celkem 98 procent z pozvaných 160 delegátů. Bylo přítomno mnoho významných hostů, kteří spolupracují se Svazem důchodců: Zdeněk Pernes, předseda Rady seniorů České republiky, dvoučlenná delegace z Moskvy, předsedové Jednoty důchodců kraje Žilina a Košice: Michal Kotián a Ján Matúško, dále Andrej Babiš, předseda hnutí ANO, místopředseda KSČM Jiří Dolejš, za Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR Iva Merhoutová a Jana Hanzlíková. Písemnou zdravici zaslali prezident Miloš Zeman a předseda vlády Bohuslav Sobotka.

Sjezd hodnotil činnost všech členských organizací, kterých máme ve Svazu důchodců 136 s počtem 24 289 členů sdružených ve třinácti krajských organizacích. (V kraji Olomouc není.) Naše organizace MSK předala všem delegátům a hostům Sjezdový zpravodaj, ve kterém se všechny její tři organizace, a to Frýdek-Místek, Ostrava a Petřkovice, prezentovaly vybranými aktivitami. Diskuse hostů i delegátů byla věcná. Mimo jiné dokumenty schválili nové stanovy SD ČR, v souladu s nimi byli zvoleni noví funkcionáři Výkonné rady a Ústřední rady Svazu důchodců ČR, dále prezident (dříve předseda) - Vladimír Dryml (foto vlevo), viceprezidenti (dříve místopředsedové) - Petr Trojan, Olga Jandová a Miloslav Mrština. Předsedou kontrolní a revizní komise byl zvolen Petr Kalábek. Za Moravskoslezský kraj je zvolena do Ústřední rady SD ČR Zlatuška Paršová, předsedkyně krajské organizace SD ČR MSK. Ke schváleným sjezdovým dokumentům se budeme pravidelně vracet v rámci kontroly plnění usnesení. Náročné jednání probíhalo korektně s cílem projednat a schválit potřebné dokumenty pro další činnost Svazu důchodců České republiky.

Anna Pinterová, delegátka sjezdu, foto Daniela Prošková a archiv SD ČR

Turistický zájezd na Šumavu předčil očekávání

Od 17. do 23. září 2017 prožilo dvacet členů ZO 05 Turisté s několika hosty dovolenou na Šumavě. Byli ubytováni v hotelu Horizont. Organizačně pobyt zajistila vedoucí Marie Ryšavá. Cestou z Ostravy na Šumavu jsme navštívili hrad Rabí, další den jsme šli pěšky od hotelu Špičák k Čertovu a Černému jezeru. Na třetí den byl naplánován odjezd do Německa, na nejvyšší horu Velký Javor, na kterou jsme vyjeli lanovkou. Moc hezký zážitek. Pak jsme pokračovali přes Horskou Kvildu do malebné vísky Modravy. Následovala pěší túra romantickým údolím řeky Vydry. Moje motto: Návraty do přírody patří k těm nejkrásnějším zážitkům. Taky jsme jeli do národního parku Bavorský les, kde se nachází „stezka“ v korunách stromů. Nejvyšším jejím bodem je Stromová věž vysoká 44 metrů. Pak nás čekal vrchol Luzný s horským průvodcem. Bylo to náročné. Také jsme navštívili muzeum v Železné Rudě a prohlédli jsme si tamní kostel. Užili jsme si rovněž cukrárnu a nákupy. Vyjeli jsme též lanovkou na Pancíř, zahřáli jsme se tam čajem s rumem. A potom pěšky do hotelu. Moc hezký byl také výšlap od Slunečné k Prášilskému jezeru. Je to čtvrté největší ledovcové jezero v Česku. Čekal nás hodně kamenitý terén, ale zvládli jsme to.

Krásné dny brzy utekly a jedeme domů. Na pohodové dovolené nám přálo také počasí. Cestou zpět jsme se zastavili ve sklárně Annín, která byla založena již v roce 1796. Také moc hezký zážitek. Jeden sklář nám předvedl foukání figurek.

Děkujeme Marii Ryšavé a průvodkyni cestovní kanceláře Anně Papřokové za nezapomenutelné zážitky.

Jana Rusová, foto Ludmila Vrbová a Jiří Vyplel

Slovo předsedkyně

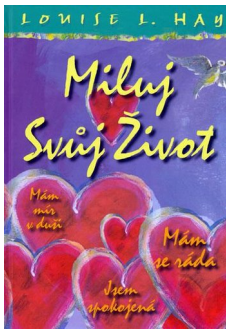
Vážení přátelé,

děkuji vám všem našim členům, ať již aktivním nebo méně aktivním, to záleží na každém jednotlivci, na jeho zájmech a možnostech, díky vám jsme uznávanou organizací. Získali jsme nejedno ocenění a zúčastňujeme se akcí nejen v Ostravě, ale také v Moravskoslezském kraji i mimo něj. O těchto jste informováni ve Zpravodaji. Jsem přesvědčená, že se vždy z těchto úspěchů společně radujeme.

Do nového roku 2018 přeji vám všem i vašim rodinám pevné zdraví, štěstí a hodně pohody. Věřím, že se opět budeme scházet a společně radovat z našich setkání.

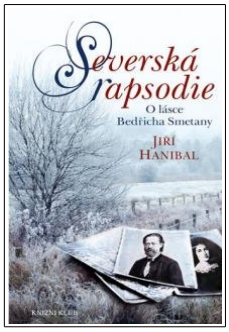
Anna Pinterová, předsedkyně
MO SD ČR Ostrava

Z Knihovny města Ostravy … Přečtěte si … Z Knihovny města Ostravy



Miluj svůj život
Louise L. Hay

Jedna z nejčtenějších knih o hledání duševní i fyzické harmonie. Vyšla poprvé česky v r. 1991 a dočkala se desítky dalších vydání. Autorka dle osobních zkušeností radí, jak se naučit mít rád sám sebe a změnit svůj život k lepšímu. Recept je jednoduchý, myslete pozitivně.

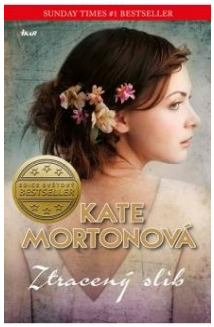


Severská rapsodie
O lásce Bedřicha Smetany
Jiří Hanibal

V novém románu autor přiblížil epizodu ze života hudebního velikána B. Smetany, jenž v letech 1856-1861 žil ve švédském Göteborgu, kde navázal milostný vztah. Přibližuje Smetanu jako člověka vášnivého, milujícího ale velmi trpícího.

Dobré duše
Irena Obermannová

Do městečka Vlčí Úpice přijíždí mladá geniální šachistka, aby tu sehrála simultánní partii se členy místního kroužku Vlček. Krátce po příjezdu však zakopne o mrtvolu místní starostky. Během ukázkové hry vztekle smete figurky z šachovnice a začne hrát zcela jinou partii.



Ztracený slib
Kate Mortonová

Je rok 1933. Sídlo Edevanových se připravuje na oslavu letního slunovratu. Šestnáctiletá Alice vymyslela dokonalou zápletku pro svou detektivku a je zamilovaná. Jenže než udeří půlnoc, utrpí Edevanovi bolestnou ztrátu. O 70 let později stárnoucí Alice odhalí tajemství minulosti.

Jubilanti v 1. čtvrtletí roku 2018

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

měsíc	příjmení, jméno	č. ZO	měsíc	příjmení, jméno	č. ZO	měsíc	příjmení, jméno	č. ZO
2	Gerta Březinová	1	2	Věra Šokalová	4	1	Eva Svatošová	9
1	Věra Jakubíčková	1	1	Ludmila Tesařová	4	3	Ing. František Vyležík	9
1	Miloslava Pospíšilová	1	3	Vlasta Vyorálková	4	2	Radislav Pavlíček	10
2	Emilie Zbořilová	1	2	Maria Rohlová	5	1	Pavel Szabó	10
2	Miroslav Gerloch	2	1	Eva Řeháčková	5	1	Jarmila Jeseňáková	11
1	Jan Hlaváč	2	2	Božena Sladovníková	5	2	Miloslava Dobešová	12
2	Ing. Jaroslav Šala	2	3	Ing. Eva Rolčíková	6	1	Zdeněk Kudělka	12
2	Jindra Výtisková	2	3	Josef Schindler	6	1	Magda Stankušová	12
2	Dušana Zavadová	2	1	Květoslava Solanská	6	1	Zdeněk Lebduška	13
1	Gerta Doležalová	4	3	Ludmila Macurová	9	1	Jarmila Maindová	13
1	Růžena Halamíčková	4	2	Alena Magnusková	9			
3	Danuše Rasochová	4	1	Josef Suchar	9			

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

Redakční rada: Zdeněk Kudělka, Mgr. Eva Kotarbová, Anna Pinterová, Ing. Daniela Prošková, Ing. Jaroslav Šala
Grafické zpracování a korektura textu: Mgr. Eva Kotarbová
Zpravodaj (čtvrtletník) je určen jen pro vnitřní potřebu.
Vydání: prosinec 2017

OSTRAVA!!! *Sídlo svazu: M. Majerové 1733, 708 00 Ostrava-Poruba, telefon 596 951 813, IČO 70631484*
E-mail: svazduchodcu.moostrava@seznam.cz, web. stránky: http://mosd-ostrava.webnode.cz
Naše aktivity a služby jsou podporovány a financovány z rozpočtu statutárního města Ostravy.