



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 13.

Číslo 1/2026

Oslavu Mezinárodního dne žen zpestřilo vystoupení školáčků



Už mnohokrát se v zájmové organizaci O5 připomínal Mezinárodní den žen. Svátek, jenž zdůrazňuje jedinečnost něžnější části lidstva a její význam pro společnost. Pokaždé je jeho oslava něčím jiná. Letos, a to 10. března, ji ozvláštnilo vystoupení dětí z Matěřské školy Josefa Skupy, Ostrava-Poruba. Chlapci a děvčata ze třídy Kočičky pod vedením učitelek Jany Součkové a Simony Burešové předvedli pásmo říkánek a písní, které se vztahovaly k jednotlivým ročním obdobím. Všem přítomným seniorkám i seniorům se moc líbilo. Nadšeně dětičkám tleskali. Také se všichni usmívali, když po vystoupení ženám rozdaly drobné dárečky, které vznikly ve školních hodinách. Ovšem nemohlo tomu být jinak: školáčci si odnesli kromě jedinečných zážitků též sladkou pozornost, kterou pro ně ženy připravily, k tomu ještě drobné dárečky, k nimž patřily také pastelky či korálkové náramky z „dílny“ Marie Ryšavé, vedoucí ZO 05. Oslava MDŽ se tentokrát vydařila i díky svérázné obsluze v sexy šatech a skvělých parukách. Hádejte, kdo se takto vymodil, aby o smích nebyla nouze!



Text a foto Eva Kotarbová

XI. ročník Sportovně zábavného dne ozvláštnil lednové aktivity Seniorů ČR



Konečně jsme se po dvouleté době dočkali konce rekonstrukce sportovní haly v Pustkovci a mohli se zde těšit z našich sportovních výkonů, protože 21. ledna 2026 se právě tam uskutečnil již XI. ročník Sportovně zábavného dne. Záštitu nad akcí přijala náměstkyně primátora statutárního města Ostravy Mgr. Andrea Hoffmannová, Ph.D. Do soutěže se přihlásilo celkem 13 tříčlenných družstev, a to ze zájmové organizace 04 jedno, ze ZO 05 tři týmy, ZO 07 čtyři družstva, ZO 09 jedno, dále ze ZO 11 dvě, ZO 14 jedno a ZO 15 také jeden tým.

Před zahájením sportování hosté pozdravili soutěžící, a sice starosta městského obvodu Pustkovec Ing. Rudolf Kondula a vedoucí oddělení školství statutárního města Ostravy Bc. Pavlína Poledníková. Oba všem soutěžícím popřáli mnoho sportovních úspěchů a přátelských zápolení.



Soutěžení probíhalo v osmi disciplínách: prohozování létajících talířů, hod na koš, florbal, stavění věže, bollo ball, cornhole, ringo kroužky, hod na koš. Soutěže probíhaly s obdivuhodným nadšením a soustředěním účastníků za podpory ostatních členů družstva, ale také vzájemně mezi družstvy. Atmosféra byla opravdu velmi přátelská. Rozhodčí, z TJ Sokol Pustkovec - Asociace sportu pro všechny, také členové naší městské organizace Senioři ČR, ve spolupráci s pomocnými rozhodčími - tedy studenty Střední školy profesora Zdeňka Matějčka, Ostrava-Poruba, odvedli velmi dobrou práci, nestranně vyhodnotili výsledky jednotlivých disciplín a družstev.

Dobu, kdy skrutátoři sčítali výsledky, nám velmi zpříjemnila svým výborným kulturním programem bubenická skupina Rytmy z ostravského Čtyřlístku, centra pro osoby se zdravotním postižením. Temperamentním vystoupením si její členové velmi brzy získali přítomné sportovce a hlavně pomocníky rozhodčích, kteří se všichni nechali zlákat rytmem a společně si zatancovali.



Dobu, kdy skrutátoři sčítali výsledky, nám velmi zpříjemnila svým výborným kulturním programem bubenická skupina Rytmy z ostravského Čtyřlístku, centra pro osoby se zdravotním postižením. Temperamentním vystoupením si její členové velmi brzy získali přítomné sportovce a hlavně pomocníky rozhodčích, kteří se všichni nechali zlákat rytmem a společně si zatancovali.



Nakonec nastal očekávaný čas určený k zveřejnění výsledků soutěže. Na třetím místě se umístilo družstvo ze ZO 07 ve složení Antonie Švajná, Hana Kučerová, Jindra Arnoldová. Druhé místo obsadil tým ze ZO 14, tedy Marie Darmovzalová, Milan Komín, Zdeňka Šmídová. První místo si vybojovalo družstvo ZO 05, které tvořili Miloslav Starý, Marie Ujcová, Jiří Král. Překvapením pro soutěžící bylo ohodnocení nejstarší účastnice – tou byla Eliška Retková, a také nejstaršího účastníka, což byl Jiří Král.

Všichni soutěžící obdrželi účastnický list, vítězné týmy pak ještě diplom s umístěním a jménem. Družstvo na prvním místě, také nejstarší účastníci dostali hodnotný dárek věnovaný statutárním městem Ostrava. Velké poděkování patří všem odvážným sportovcům, rozhodčím i pomocným rozhodčím ze Střední školy profesora Zdeňka Matějčka (pod vedením Mgr. Lenky Chovancové). Zvláštní velký dík patří hlavní rozhodčí Pavle Srubkové za celkovou přípravu soutěže.

Zvláštní velký dík patří hlavní rozhodčí Pavle Srubkové za celkovou přípravu soutěže.

Anna Pinterová, foto Eva Kotarbová



Je tu nová ročenka: Ohlédnutí za rokem 2025



Počátkem února se dostala do rukou zájemců z MO SČR další fotografická knižní novinka: Ohlédnutí za rokem 2025. Jsou v ní shrnuty nejdůležitější akce, které pořádalo vedení ostravské MO či její jednotlivé zájmové organizace. Byly to například jednodenní zájezdy do Lednice, k Oravské přehradě na Slovensku i do polských Katowic, dále tradiční oslava MDŽ, výstavy rukodělných výrobků, pobyty v Piešťanech i v Sezimově Ústí a mnoho dalších. Fotokniha připomíná také některé sportovní a soutěžní programy jiných seniorských organizací, jichž se zúčastnili právě členové MO SČR a úspěšně nás v nich reprezentovali. **(kot)**

Vzpomínka aneb Co se nevešlo do minulého čísla Zpravodaje



V předvánočním období r. 2025 se několik členek ostravské městské organizace Senioři ČR vydalo na návštěvu do Mateřské školy Keramická, Ostrava-Muglínov. Tradičního setkání se tentokrát zúčastnilo 9 seniorek. Ty přinesly drobné dárky a potěšily se vším, co pro ně připravily tamní děti a učitelky, aby podtrhly kouzlo blížících se Vánoc. Všichni zúčastnění si proto rádi vzpomenou na loňský 16. prosinec. **(kot)**



Zahájení roku 2026 v ZO 11 Nová Bělá



Vážené seniorky a senioři, dovoluji si vám popřát jménem ZO 11 Nová Bělá vše nejlepší v novém roce 2026, hodně štěstí, zdraví, osobních úspěchů a život v míru.

Hned 8. 1. jsme začali naši činnost tradiční výroční schůzí s bohatým občerstvením, tombolou a prima zábavou. Popřát do nového roku nám přišli i hosté: starosta Nové Bělé Lumír Bahr, tajemnice Marie Nováčková a předsedkyně ostravské městské organizace Senioři ČR Anna Pinterová.

Naše ZO má 65 členů, průměrný věk je 75 let. I přes vysoký věkový průměr se umíme hezky pobavit, přátelsky si popovídat, jeden druhému pomoci a s úsměvem se scházet. V lednu jsme si na schůzkách zahráli bingo, probrali spousty nových aktivit, zúčastnili se v počtu dvou družstev závodů v Pustkovci, kde naši účastníci obsadili pěkná místa ve sportovním klání. Proběhla i zajímavá beseda s Richardem Konkolským, českým jachtařem, mořeplavcem a účastníkem řady mezinárodních závodů. V plánu máme vycházky, zájezdy a přednášky. Např. v brzké době se zúčastníme besedy s Petrem Přendíkem Lexou o historii Nové Bělé. **Text a foto Zdenka Tomášová**



Turnaj v dráhovém minigolfu

Dne 25. 2. 2026 jsme se zúčastnili turnaje v dráhovém minigolfu, který pořádal spolek Seniors. Do soutěže se přihlásily tři ZO v počtu 50 soutěžících. Ze ZO 05 to bylo 7 členů, stejný počet ze ZO 07 a z organizace Slezská Ostrava 36 seniorů.

Po příchodu na turnaj jsme se zaregistrovali, dostali čísla a byli jsme rozděleni do skupin po pěti hráčích. Skupinky byly složeny ze členů různých ZO, které se zúčastnily. Hra začala a my všichni jsme se snažili dostat golfový míček do jamky co možná na nejmenší počet doteků. Bylo to velmi napínavé a někdy i veselé. Někteří z nás totiž, a bylo jich hodně, drželi golfovou hůl a míček poprvé v ruce. Všechna družstva měla vedoucího ze spolku Seniors. Ti radili například jak položit míček, jakou silou do něj ťuknout, ať se dostane do jamky. Některé dráhy jich měly i více, takže to bylo o to náročnější, ale snažili jsme se. Byli mezi námi i tací, kteří se trefili do jamky na jeden dotek. Po hodině a půl byl turnaj ukončen a my jsme čekali na vyhodnocení. Mezitím jsme se občerstvili po náročném výkonu.

Všichni jsme se shodli, že si můžeme takový turnaj udělat i v menším počtu členů. Prostředí bylo pěkné a v dostupnosti MHD.



Text a foto Eliška Tichá

Slavnostní setkání s hodnocením činnosti ZO 05 za uplynulý rok



Výroční schůze zájmové organizace 05 turistika Radost se opět konala v restauraci Třebovická role, a to 13. ledna. Vše na ní bylo, jak má být. Vedoucí Marie Ryšavá shrnula činnost za rok 2025. Zdůraznila velké množství kilometrů vyšlapaných na sobotních výletech, na nichž se podílela i vyčleněná skupinka těch nejstarších turistů, jež sama sebe nazvala Šnečci. Vzpomenula také společné poznávací zájezdy do krásných míst naší vlasti. Nemohla vynechat chválu, která se týkala úspěšných členů ZO 05, co získávají ocenění v nejrůznějších seniorských sportovních soutěžích. Výčet aktivit „nula pětky“ si vyslechla, též ocenila, i předsedkyně městské organizace Senioři ČR Anna Pinterová. Vyvrcholením oficialit bylo i vyhlášení těch nejaktivnějších členů této zájmové organizace, bez nichž by mnohé akce nebyly tak prima, jakými se staly. Pochvalu

a sladkou odměnu získali: Věra Ivaničová, Marta Swiatková, Věra Bajgarová, Milan Starý, Marie Ryšavá, Jana Blašková, Jana Rychtová, Božena Riedlová a Jarka Keselyová.

Text a foto (kot)

Návštěva motýlího domu v Ostravě



Dne 23. ledna 2026 navštívili členové zájmové organizace 02 Motýlí dům Papilionia v Ostravě. Je největší svého druhu v ČR, nachází se v Dlouhé ulici poblíž Masarykova nám. Nabízí prohlídku tropického pralesa skoro jako v Amazonii. Je to moc pěkné místo, je tam spousta zeleně, všude samý motýl. Někteří odpočívají i na zemi, další u krmítka, pokud máte pestré oblečení, tak vás motýl poctí svou důvěrou a usedne na vás. Jsou tam také vystaveni motýlci, kteří už

umřeli. Jsou jako živí. Po zemi pobíhají roztomilé čínské křepelky a nad hlavami poletují drobní ptáčci - zebříčky.

Také jsme využili možnosti usednout na lavičku a představit si, že se nacházíme na Robinsonově ostrově, jak tuto expozici zakladatelé pojmenovali.

V prosklené vitrině je možno také sledovat, jak probíhá motýlí líheň zakončená osušením mokrých křídel motýlů.

Protože jsme byli plni zážitků a bylo nám společně moc dobře, zašli jsme si na kávu a naše povídání bylo stále ovlivněno tím, že lze poznat kousek úžasné přírody u nás v Ostravě bez náročného cestování. Prožili jsme moc pěkný, zajímavý den.



Marie Valošková, foto M. Valošková a Šárka Remiášová

Zprávičky ... Zprávičky ... Zprávičky

■ Dne 14. května 2026 proběhne v Praze volební sjezd spolku Senioři České republiky. Delegáty za městskou organizaci SČR byli zvoleni: Hana Kokešová, Mgr. Eva Kotarbová, Anna Pinterová, Marie Ryšavá.

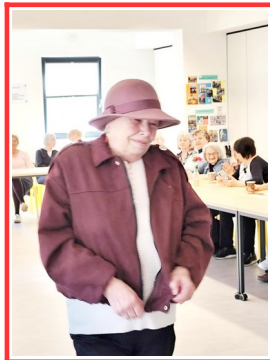
■ Krajská rada org. SČR na své schůzi 13. března schválila svého kandidáta na funkci prezidenta spolku SČR Ing. Oldřicha Pospíšila, předsedu KR SČR. Současná prezidentka Jana Ouředníčková oznámila, že bude usilovat o znovuzvolení.

■ Koordinační centrum seniorů Ostrava pořádá 21. května Jarní sportovní hry seniorů - Seniorský šestiboj 2026. Proběhne v areálu TJ Sokol Ostrava-Pustkovec. Ředitelkou her je Ludmila Holubová, hlavní rozhodčí Anna Pinterová.

■ MO SČR nabízí zájemcům rekondiční pobyt v Sezimově Ústí od 17. do 22. 7. 2026. Cena 8190 Kč zahrnuje 5x ubytování ve dvoulůžkovém pokoji se sociál. zařízením, LCD televizí, telefonem a satelitem. Plnou penzi bufet. způsobem. Odvoz z Ostravy autobusem. Cena zahrnuje i 1x relax. masáž, 1x přístrojovou masáž chodidel, 1x regenerační kyslíkovou terapii, 1x magnetoterapii. Doprovodný program: 2x společenský večer s živou hudbou, 1x spol. hra bingo, půldenní výlet s prohlídkou Tábora. Denně je neomezeně možný vstup zdarma do krytého, vyhřívaného bazénu (30 °C).

kot)

Co potěšilo hlavně ženy - módní přehlídka butiku Chic



Od nepaměti se lidé rádi zdobí a platí to nejvíce pro ženy. Tak není divu, že Annu Pintorovou, předsedkyni MO SČR, napadlo dojednat organizaci módní přehlídky, a proto nabídla spolupráci majitelce ostravského butiku Chic Katce Oravčákové. Obě dobře věděly, že její realizací potěší parádivé seniorky, neboť o pěkné, moderní a vhodné oblečení se zajímají samozřejmě také ženy ve věku nad 60 let. Městská organizace Senioři ČR má pro svou činnost k dispozici také dvě velké



místnosti. Jedna z nich se po stolové úpravě pro akci velmi hodila, takže na butik bylo dovézt oděvy a doplňky (šátky, klobouky, čepice aj.), do nichž se oblékly vybrané manekýny. Možná někoho překvapí, že právě ty se našly v řadách členek MO (s výjimkou jedné, která přijela až z Nového Bohumína). Chtělo to kus odvahy a také nehledět na čas, protože na módní přehlídku, uskutečněnou 18. března 2026, bylo zapotřebí vybrat si a zkusit oděvy předem a také se domluvit, jak bude vše postupně probíhat.



V uvedený den pak běželo všechno skvěle. Manekýny z MO SČR Jiřina Hamříková, Jana Blašková (obě ze ZO 05 turistika), Eliška Tichá (ZO 07), Jana Bridlingová (ZO 11), Dáša Polanská, Silvie Moškořová a Jarmila Galdiová (všechny tři ze ZO 15 Kreativ) obdivuhodně předváděly oděvní kreace. Kde chybělo trochu profesionality, tam hýřily humorem ve slovech i gestech, takže publikum, v němž byli malinko zastoupeni i muži, se dobře bavilo. Příjemnou atmosféru akce umocnilo také vědomí žen v publiku, že předvedené či další pěkné modely mohou patřit po přehlídce i do jejich šatníku.

Text a foto Eva Kotarbová



Nepřehlédněte: informace pro všechny autory příspěvků do Zpravodaje

Milí autoři článků, zasílejte včas své texty k otištění v našem Zpravodaji, a to v průběhu celého čtvrtletí, kdy je shromažďujeme. Posílejte je na mailovou adresu: senioricr-ostava@seznam.cz. Text připojte v příloze. Neposílejte fotky ani články pomocí aplikace WhatsApp! Více foto zašlete v jednom mailu. Nevkládejte fotky do svého textu! Zpravodaj má jiný formát. Počítejte s tím, že někdy je zapotřebí kvůli místu a s ohledem na ostatní články i grafiku celého čísla váš text upravit či zkrátit. (S technickými problémy zásilky ráda poradí Eva Kotarbová.)

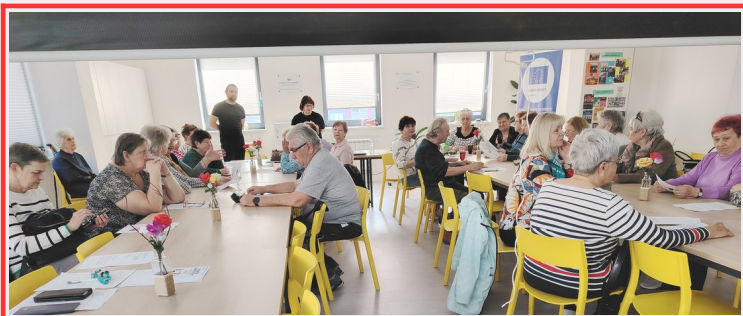
Finanční gramotnost pomůže ochránit naše peníze



Dne 23. 3. 2026 jsme využili v naší organizaci Senioři ČR bezplatnou nabídku střediska Europe Direct Ostrava (jehož hostitelskou organizací je statut. město Ostrava) k provedení semináře Finanční gramotnost pro seniory. Jeho zaměření bylo právě určeno pro členy seniorských organizací. Cílem přednášky bylo srozumitelnou formou posílit orientaci v osobních financích, bezpečnosti plateb či prevenci finančních podvodů.



V úvodu nám Daniel Sluka, referent ostravského střediska, přiblížil význam pořádání vzdělávacích aktivit v této oblasti. Poté nás lektorka Kateřina Kořená z Ekonomické fakulty VŠB-Technické univerzity Ostrava provedla tématy: základy finanční gramotnosti, praktické tipy pro vaše finance a finanční sebeobrana. Tato obsahově náročná témata, zároveň se slovním podáním, promítla na dataprojektoru. Takto je to pro posluchače určitě zajímavější.



V průběhu semináře jsme měli možnost dotazovat se k jednotlivým probíraným tématům. Kateřina Kořená nás upozornila na stále potřebné sebevzdělávání v rámci finanční gramotnosti a představila několik publikací, které nám v této oblasti budou nápomocny. Měli jsme možnost i vyplnit test z finanční gramotnosti, jenž jsme

si pak společně vyhodnotili. Věřím, že všem 30 zúčastněným se dostalo mnoho zajímavých nových informací, které pro sebe využijí.

Anna Pinterová, foto Jarmila Kotulová

Tipy pro váš volný čas

Archiv města Ostravy zve seniory na tyto přednáškové akce:

► 14. května - Káva mezi komíny - příběhy kaváren staré Ostravy,

► 10. září - Lesk a sláva obchodních domů za 1. republiky - na téma luxusu, módy i ostravské každodennosti,

► 15. listopadu - Hrušovské fabriky a fabrikanti - informace o hrušovských průmyslových podnicích či rodinách, které za nimi stály.

Přednášky se uskuteční ve velkém sále Archivu města Ostravy (Špálová 19, O.-Přívoz) od 16 hod. Potrvají asi 60 minut. Vstup je zdarma.

Připravuje se další ročník soutěže

o titul Miss Babča a Štramák roku 2026 Moravskoslezského kraje. Zúčastnit se jej mohou ženy a muži starší 65 let, kteří mají trvalé bydliště v MSK. Přihlášky je nutno dodat do 31. května. Přihlásit se lze online na webu www.babca-stramak.cz nebo osobně ve známém DK Akord (nám. SNP 1, O.-Zábřeh), také prostřednictvím e-mailu u koordinátorů:

babca-stramak@akord.poklad.cz.

Krajské kolo soutěže proběhne 26. září v DK Akord.



VIII. krajské sportovní hry Seniorů ČR MSK

pod záštitou

Mgr. Stanislava Kopeckého, náměstka hejtmana Moravskoslezského kraje



Pořadatel: Senioři České republiky, městská organizace Ostrava, pověřená Krajskou radou SČR Moravskoslezského kraje

Datum konání:	23. května 2026 od 10 do 14 hodin
Místo konání:	Sportovní areál TJ SOKOL Ostrava-Pustkovec
Ředitel sport. her:	Ing. Oldřich Pospíšil
Hlavní pořadatel:	Anna Pinterová, tel. 736 420 24
Hlavní rozhodčí:	Pavla Srubková
Zahájení:	10 hodin
Soutěžní družstva:	čtyřčlenná smíšená

NENÍ DŮLEŽITÉ VYHRÁT, ALE ZŮČASTNIT SE!

(kot)

Turistické zajímavosti, které určitě stojí za pozornost



Velmi zajímavou prezentaci si pro nás nachystal na den 25. 3. 2026 Radim Holeček. Týkala se turistických zajímavostí nejen v Moravskoslezském kraji, ale zařadil další zajímavá místa na Moravě, a to i z krajů Zlínského a Olomouckého. Tímto jsme se přidali do významné akce, a sice 10. roč. Pochodu pro mozek, který organizuje Právě teď!, o. p. s. „Prošli“ jsme společně mnoho kilometrů, viděli plno krásných míst. Načerpali informace, kam se vydat během jednodenních výletů a kde se kochat krásami naší České republiky. V úvodu Radim Holeček uvedl, jaké množství hradů a zámků se u nás nachází. Připomněl slavné osobnosti a lidové slavnosti, které mají u nás nezastupitelné postavení a tradici. Navštívili jsme pamětihodnosti v Držkové, Modré u Velehradu, Lysici, Kobilí, také Makču Pikču, Čechy pod Košířem, Klokočůvek, Chotěbuz, Úvalno či Brannou.



Bylo velmi příjemné pozorovat ohlas přítomných, kteří reagovali při seznámení s jednotlivými zmíněnými místy, jak rádi vzpomínají na zážitky z těchto uvedených lokalit, a taktéž zájem o poznání těch pozoruhodností, které ještě nenavštívili. Jednotlivá zajímavá místa byla prezentována ústním podáním, promítáním na dataprojektoru, písemnou formou a krásnými fotografiemi.

Každé z deseti zastavení bylo inspirativní. Místa byla vybrána právě ta, která nejsou úplně nejznámější a nejatraktivnější, a právě proto byla celá akce všemi 30 přítomnými účastníky hodnocena jako velmi poznávací a inspirativní.



Anna Pinterová, foto Zdenka Tomášová



Jarní seniorský víceboj - radost z pohybu i vítězství pro Seniors ČR



Dne 26. března 2026 se uskutečnil první Jarní seniorský víceboj, jehož pořadatelem bylo Ostravské organizační centrum spolku Seniors, z. s. Soutěž probíhala v Ostravě-Nové Bělé, v krásné moderní sportovní hale za účasti tamního starosty Lumíra Bahra. Jednalo se o víceboj jednotlivců, kterých se přihlásilo 92 (počet soutěžících byl 91, jen jedna žena se omluvila).

Sportovní zápolení probíhalo v těchto disciplínách: šipky, hod tenisovým míčkem, rybaření, střelba florbalovou hokejkou na branku, bollo ball, pinkání tenisovým míčkem na raketu, disk golf. Naši ostravskou organizaci Senioři ČR reprezentovali: ze zájmové organizace 05 Milan Starý, Albín Lazenský, Kateřina Videnová, ze ZO 07 Hana Kučerová, Jindra Arnoldová, Miluše

Bergrová, Věra Divácká, ze ZO 14 Marie Darmovzalová, Milan Komín.

Na přání starosty Lumíra Bahra soutěžilo ve žlutých barvách městského obvodu Nová Bělá ještě 6 soutěžících ze ZO 11, kterým přišla fandit či povzbuzovat je k výkonům řada místních členů. Soutěžní atmosféra byla vynikající, na účastnících bylo znát, jakou radost z pohybu a přátelského ovzduší mají. Pro naše soutěžící bylo velmi významné umístění na prvních místech. V kategorii ženy totiž zvítězila Kateřina Videnová, v mužské kat. Albín Lazenský. Blahopřejeme oběma soutěžícím a všem bez rozdílu děkujeme za vzornou reprezentaci městské organizace SČR. Naše poděkování patří organizátorům - pořadatelům z Ostravského organizačního centra spolku Seniors, z. s.



Anna Pinterová, foto archiv

Zopakujte si názvy vybraných seniorských organizací a jména jejich vedoucích

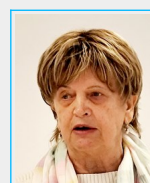
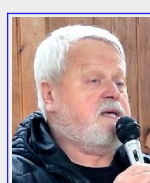
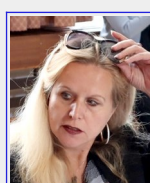
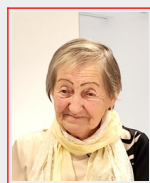
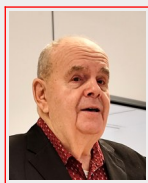
- **Senioři České republiky - prezidentka Jana Ouředníčková od voleb v roce 2022** (foto 1, vlevo dole)
- **Krajská organizace Senioři České republiky Moravskoslezského kraje - předseda Ing. Oldřich Pospíšil** (foto 2)
- **Městská organizace Senioři České republiky Ostrava - předsedkyně Anna Pinterová** (foto 3)

Do Krajské organizace Senioři ČR Moravskoslezského kraje spolu s ostravskou MO SČR patří:

- **MO Senioři ČR Petřkovice - předsedkyně Alena Sanetriková**
- **MO Senioři ČR Frýdek-Místek - předseda Ing. Dalibor Kališ**
- **MO Senioři ČR Frýdek-Místek - předsedkyně Dagmar Kaňoková**

- **Rada seniorů ČR - předsedkyně Ing. Lenka Desatová** (foto 4)
- **Krajská rada seniorů ČR Moravskoslezského kraje - předseda Ing. Pavel Gluc** (foto 5)

- **Koordinační centrum seniorů Ostrava - místopředsedkyně Ing. Ludmila Holubová** (foto 6)



Jubilanti ve 2. čtvrtletí 2026

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
5	Dufková Danuše	1	6	Pinterová Anna	4	5	Zajončková Miroslava	9
5	Fikáčková Marie	1	6	Reinová Alena	4	4	Chovanec Rudolf	10
5	Matějčková Libuše	1	6	Blahutová Jitka	5	4	Skotnica Milan	10
5	Rubáčová Anna	1	4	Gebauerová Františka	5	4	Zajíčková Marie	10
6	Šnirchová Marie	1	4	Rusová Jana	5	4	Bilicerová Jaroslava	11
6	Wisniovska Marie	1	5	Soušková Libuše	5	4	Holaňová Jiřina	11
4	Zavadilová Věra	1	5	Vyplelová Jana	5	5	Kerbelová Marie	11
5	Gálová Helena	2	5	Závadská Libuše	5	4	Reisiglová Pavla	11
4	Kolářová Ivana	3	5	Sommerová Marie	6	4	Skupinová Jindřiška	11
4	Pailová Růžena	3	4	Holbergová Helena	7	6	Tilečková Anna	11
5	Stankeová Drahomíra	3	4	Švajná Antonie	7	4	Ulmannová Ludmila	11
4	Babičová Anna	4	4	Hrnčárková Drahoslava	9	4	Číhalová Jana	15
4	Čiklová Helena	4	5	Jašková Věra	9	6	Fajmonová Ivana	15
5	Kučerová Jana	4	6	Mísařová Stanislava	9	6	Klubusová Jiřina	15
4	Lukešová Marie	4	5	Večerková Alena	9	5	Spáčilová Jana	15

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

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

Grafické zpracování a korektura textu: Mgr. Eva Kotarbová.
Zpravodaj (čtvrtletník) je určen jen pro vnitřní potřebu. Vydání: březen 2026.

Uzávěrka dalšího čísla je 6. června 2026!!!

Sídlo spolku: Podroužkova 1663/4, 708 00 Ostrava-Poruba, telefon 736 420 248, 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.