



Svaz důchodců
České republiky
Frýdek-Místek

"Aby člověk nebyl nikdy sám"

Frýdecko-Místecký informátor



Kancelář MěO SD na ul. 17. listopadu 147, telefon 558 647846,
739 005 245, 736 620 467 (zájezdy)
e-mail: seniori.fm@seznam.cz. Úřední hodiny pondělí, středa 8 -12 hod.

Informační střediska:

- pondělí v cukrárně naproti poliklinice 9 – 11 hod. p. Michnová
 - úterý na poliklinice v 1. poschodí 9 - 11 hod. p. Slánská
 - úterý v nové kavárně vedle OD Ještěr 9 – 11 hod. p. Škarabelová a p. Diamantová
- Senior Point v Křížovém podchodu pondělí, středa, pátek 9-15 hod., tel. 595170999.

B Ř E Z E N 2 0 1 8

Příští přátelské setkání se koná v **úterý 10. dubna 2018** ve 14 hodin v Národním domě.

Program: 1. Zpráva o činnosti, informace, aktuality, připravované akce.
2. Vystoupení seniorů z Hradce Králové.

Upozornění! Vstup do jednacího sálu ne dříve než ve 13 hodin.

Divadlo Ostrava:

29.3. – **Španělská muška** – činohra – derniéra – prodej vstupenek v březnu. Ta představení, o která je velký zájem, budeme opakovat.

Od ledna 2018 cena dopravy do divadla bude 60,-Kč. Org. p. Poláková, tel. 732969627.

Připravujeme:

18.4. – **Ifigenie v Aulidě** – opera – odjezd v 17:30 hod. od OVS, prodej v dubnu.

6.5. – **Koncert H. Fialové**. Prodej v dubnu.

Vycházky za zdravím:

22.3. – „**Vítání jara**“ - MHD č.11 odj. 9:55 hod. z Frýdlantské – Nová Osada, Sedliště.
Org. p. Obr, tel. 721089457.

19.4. – „**Jarní tání**“ - pěšky od OVS, park BS, Stará Riviéra splav, St. Město-Fojtství.
Org. p. Obr, tel. 721089457.

Cvičení:

Plavání na 11. ZŠ : Org. p. Kubalová , pondělí od 14:30 do 15:30 hod.

Bowling: 15.3. a 5.4. „Sport Bar Riviéra“ - vždy od 13 do 15 hod.

Org. p. Nytra, tel. 737049499.

Bazén: učiliště – **19.3. – 9.4. a 23.4.** vždy v pondělí od 15 do 16 hod.

Org. p. Dosoudilová, tel. 775072998.

Bridge club: vždy ve středu od 9:30 do 11:30 hod. v KD Místek 17. listopadu 147.

Org. p. Davidová, tel. 602857730.

Ping-pong: změna – hraje se od 8:00 hodin - každé pondělí v herně Slezanu na Riviéře ul. Beethovenova.

Jóga: Kurzy pro seniory probíhají v pondělí **ve 14 hod.**, v úterý **v 10 a ve 14 hod** v sále školy jógy KARAKAL na 5. ZŠ. Zahájení jarních kurzů bude **3.4. a 10.4.**

Org. p. Sumcová, tel. 770114335.

Kulečnick : Každý čtvrtek v 17 hod. probíhá kroužek kulečnicku pro naše členy v kulečnickové herně HD Koloredo, ul. Malý Koloredov, přízemí - vlevo. Další zájemce vítáme. Přihlášky a informace p. Kubala, tel. 724780351.

Čaj o páté: 16.3. od 17 hod. v Lidovém domě, vstupné 50,-Kč.

Služby pro seniory:

Právní poradna v Senior Pointu na základě přihlášení na tel. 595170999. Provoz ve středu od 8 do 16 hod.

Setkání s primátorem Mgr. Michalem Pobuckým v Senior Pointu 4.4., 18.4., 16.5., a 30.5. od 9 do 10 hod.

Další nabídka akcí:

Jednodenní zájezdy:

14.3. - Muzeum města -Třinec - Salvador Dali- grafiky. Výstava loutek. Fryštát - prohlídka zámku, kostela sv.Petra z Alkantry /šikmý kostel/a kostela Povýšení sv.Kříže ve Fryštátě.

Odjezd od OVS v 8:00 hod. a návrat do 19:00 hod. Cena 200,- Kč. Org. p.Zelenková .

20.3. – Marlenka – prohlídka a občerstvení – cena 100,-Kč. Sraz ve 13 hodin před Marlenkou, prodej v březnu. Org.p.Poláková , tel.732969627.

26.3. – 28.3 – Velikonoční výstava na 4.ZŠ v Místku (Fučíkova škola) . Přihlášky a informace p. Sumcová, tel.770114335.

29.3. - Wroclav - prohlídka města, Velikonoční jarmark. Odjezd od OVS v 6:00 hod. a návrat do 22:00 hod. Cena 700,- Kč. Vyprodáno. Doporučuji na vstupy asi 80 až 100 zlotých. Org. p. Škarabelová, tel. 723749216 .

12.4. - Brno, Vila Tugendhat a prohlídka centra Brna s průvodcem. Odjezd v 7:00 hod od OVS, návrat do 20:00 hod. Cena 500,- Kč. Org. p. Škarabelová, tel. 723749216.

25.4. - Bratislava - prohlídka města. Hrad Devín nad nejkrásnějším evropským soutokem řek Moravy a Dunaje,. Odjezd od OVS v 6:00hod. Vstupné 5 euro. Připojistěte se. Cena 600,- Kč. Org. p. Slánská, tel. 776420384.

26.4. - Polské zahrady v Goczalkovicích, odj. v 8:00 hod. od OVS.

Org. p.Diamantová, tel.739076150.

3.5. - Uherské Hradiště, prohlídka "hlavního města Slovácka" s průvodcem, Modrá - archeo skanzen z 9. st. a podvodní tunel, Velehrad, basilika. Exkurze ve slovácké keramičce Tupesy. Cena 400,- Kč za dopravu, průvodce UH a keramičku Tupesy.

Odjezd od OVS v 6:30hod. Org.p. Slánská, tel. 776420384.

17.5. - Z Lipové Lázní do Javorníka ve Slezsku a Jesníku. Zámek Jánský vrch v Javorníku, jeskyně na Pomezí, Kamenické muzeum v Žulové. Odjezd od OVS v 7:00 hod., a návrat do 20:00 hod. Cena 300,- Kč. Org. p, Škarabelová, tel. 723749216.

7.6. - Velké Karlovice, koupání v termálním koupališti Horal, návštěva muzea a kostela - natáčel se zde seriál Doktor Martin s M.Donutem, řezbářství Borák, Soláň, zvonice a výhledy z nejvyššího bodu Soláně, Karolinka, muzeum skla a prodejna. Cena 200,- Kč - bez vstupného do bazénu. Odjezd od OVS v 7:00hod. Org.p. Slánská, tel. 776420384.

14.6. - Nový Jičín, muzeum klobouků, prohlídka města s průvodcem, Hodslavice, rodný domek Fr. Palackého - historika, spisovatele a autora Dějin národa českého a otce národního obrození, Štramberk -valašský betlém, Trúba, Šipka, naleziště z pravěku , lom, arboretum . Cena 200,- Kč. Odjezd od OVS v 6:30hod. Org.p.Slánská, tel. 776420384 .

20.9. - Moravský kras - Návštěva Punkevních jeskyní s projížďkou na loďkách, propast Macocha, prohlídka nejrozsáhlejší Kateřinské jeskyně. Cena 600,- Kč. Odjezd od OVS v 6:00 hod. Org. p.Slánská, tel. 776420384.

31.5. – Polsko – Kalwaria Zabrzzydowska, cena 250,-Kč, odjezd od OVS v 8:00 hod. Org. p.Diamantová, tel. 739076150 .

Vícedenní zájezdy:

Připravujeme:

15.4. – 17.4. – Bratislava – termály Mošon, cena cca 3.800,-Kč.

Org. p . Silvestrová, tel.604600501.

8.5. – 13.5. – Wroclav - Dolní Slezsko a okolí s historickými památkami. Wroclav (Vratislav) je jedno z nejkrásnějších měst, které založil český kníže Vratislav. Pětidenní poznávací zájezd po historických památkách města a jeho okolí. Cena zájezdu 5.450,-Kč. Zálohu ve výši 3000,-Kč je nutno zaplatit do konce března 2018.

Informace p. Michnová, tel. 605372375.

13.5. – 17.5. - Rehabilitační pobyt Lázně Jeseník – termín na září bude upřesněn.

Org. p. Silvestrová, tel. 604600501.

13.5.- 18.5. - Okruh Rakouskem po nejkrásnějších místech našich jižních sousedů s návštěvou památek UNESCO. Navštívíme Krems, Melk, Salzburg, Solnou komoru, Hallstatt, Graz, Schlossberg, Luxenburg, a další zajímavá místa. Pohodový zájezd bez nočních přejezdů. Cena 8.450,- Kč, záloha 2.000,- Kč při podání přihlášky, doplatek 6.450,- Kč v průběhu března – **(kromě 27.3.)** na poliklinice. Noste přesné částky. Jsou ještě volná místa. Informace dostanete před odjezdem od CK AZ tour.Org. p. Slánská, tel. 776420384.

Červen – Ostrava - začíná a končí v srpnu výstavní expozice terakotové armády v Trojhalí nové Karoliny. Společnou návštěvu nebudeme organizovat. Doprava do Ostravy na Karolinu je možná vlakem nebo autobusem.

15.6. - 21.6. a 21.6.- 27.6. – Sezimovo Ústí – rekondiční pobyt (6 nocí). Doplatek 2.650,-Kč do 20. dubna. Org. p. Silvestrová, tel. 604600501.

23.6. – 29.6. a 1.9. – 7.9. – Luhačovice hotel Bystrica, Harmonia – doplatek do konce dubna. Org. p. Silvestrová, tel. 604600501.

24.6. – 30.6. – Dolomity pro seniory – 7 denní zájezd. V ceně zájezdu 8.950,- Kč na osobu je 5x ubytování ve 2 – 3 lůžkových pokojích se soc.zařízením, TV, polopenze - snídaně formou švédských stolů a večeře, průvodce CK , místní lázeňské poplatky. Jako bonus – komplexní cestovní pojištění léčebných výloh a storna. Podrobné informace o programu i v písemném vyhotovení podá v cukrárně naproti poliklinice p.Michnová , tel. 605372375.

30.6. – 5.7. – Francie Provence – Levandulová pole – Orange – Arles – Monako. Cena 6.900,- Kč zahrnuje 3x ubytování, 3x snídaně, dopravu a průvodce. Záloha 3000,- Kč do konce dubna. Volných je jen 15 míst. Kontakt p. Havláková, tel. 739 769 771 nebo CK WES p. Krčmářová, tel. 777 048 305.

6.7. – 15.7. a 13.7. – 22.7. – Biograd na moru. Spolek na pomoc alergickým dětem ve spolupráci s CK WES zajistil 2 ozdravné pobyty pro rodiče s dětmi v Chorvatsku. Cena: 2 – 6 let 6.950,- Kč, 6 – 12 let 7.600,- Kč, starší a dospělí 7.850,- Kč + 250,- Kč při ubytování v budově. Org. p. Michnová, tel. 605372375 a informace podá p. Havláková, tel. 739769771.

5.8. – 11.8. – Šumava – Lipno. 7 denní zájezd. V ceně zájezdu 5.950,- Kč na osobu je 6 x ubytování ve 2-3 lůžkových pokojích se soc.zařízením + TV, doprava včetně všech výletů, polopenze – snídaně formou švédských stolů, večere výběr ze tří jídel-, průvodce CK, místní poplatky a pojištění CK proti úpadku. Podrobné informace o programu i v písemném vyhotovení podá p. Michnová v cukrárně naproti poliklinice, tel. 605372375.

31.8. – 11.9. – Pakoštane – cena 8.250,- Kč. Org. p. Michnová, tel. 605372375 a informace podá p. Havláková, tel. 739769771.

6.9.– 9.9. Rekondiční pobyt – Lázně Kostelec u Zlína. Cena 2.400,- Kč, možno platit jednorázově na schůzi v březnu a dubnu nebo v Klíči v úterý a čtvrtek od 10 – 11 hodin. Org. p. Kubalová, tel. 737584140.

9.9. - 15.9. - Českomoravská Vysočina a Posázaví, navštivte s námi nejkrásnější místa Českomoravské vysočiny a Posázaví. Navštívíme např. Třebíč- UNESCO, Zelená Hora - UNESCO, Jihlava, Nové Město na Moravě, Světlá nad Sázavou, Veselý Kopec, Litomyšl, Žďár nad Sázavou a další. V programu je také lehčí túra do CHKO Žďárské vrchy. Cena 5.750,- Kč. Záloha 1000,- Kč. Informace a leták předá každé úterý na poliklinice p. Slánská, tel. 776420384.

Prodáváme na poliklinice zájezdy MLK na rok 2018. Jelikož máme jen omezený počet míst, přijďte si je zarezervovat. Záloha 1000,- Kč se platí při podání přihlášky, kdy budou poskytnuty podrobné informace včetně ceny pobytu a katalogu. Prodej zájezdů na rok 2018 začal na poliklinice. Org. p. Slánská, tel. 776420384.

17.4. - 23.4. – Hevíz, cena 7.900,- Kč.

22.4. - 27.4. - Starý Smokovec, cena 3.900,- Kč. Jsou ještě volná místa.

29.4. - 5.5. – Zalakaros, cena 8.200,- Kč.

Mariánské Lázně, cena 9.250,-Kč.

24.5. – 3.6. – Chorvatsko – Makarská riviéra – Otvírání moře s bohatým večerním programem. Cena 7.590,-Kč. Org. p. Silvestrová, tel. 604600501.

12.8.-17.8. - Velký Meder, cena 5.900,- Kč.

Záloha 1.000,- Kč se platí při podání přihlášky. Veškeré informace i katalog předá p. Slánská, tel. 776420384. Lze i jiné termíny.

Zájezdy v listopadu a prosinci: Vánoční Wroclav, Bratislava / cestou návštěva sklárny Lednické Rovné/, Vánoce na zámku Raduň.

*Všem členům, kteří v měsíci březnu slaví své narozeniny, přejeme
pevné zdraví a veselou mysl!*

