

Moravská Ostrava

1) Klub seniorů, ul. Gajdošova 39, Moravská Ostrava

Klub se nachází v domě s pečovatelskou službou, ul. Gajdošova 39.

Kontaktní osoba: **p. Klárová, tel.: 599 455 211**

Maximální kapacita klubu je 45 osob.

Činnost klubu je převážně organizována odborem sociálních věcí Úřadu městského obvodu Moravská Ostrava a Přívoz ve spolupráci s organizací Senior servis, s.r.o. Při akcích, které jsou takto pořádány pro obyvatele DPS i seniory z okolních domů, je kapacita klubu téměř plně využita. Zároveň se každé úterý odpoledne setkávají senioři v klubu, kde vytváří ozdoby a výrobky pro své potěšení i potěšení druhých. Senior servis pořádá v klubu kurzy trénování paměti.

2) Klub seniorů, ul. Trocnovská 17, Ostrava Přívoz

Klub se nachází v přízemí, byt č. 1

Kontaktní osoba: **p. Zemanová, tel.: 596 134 209**

Maximální kapacita klubu je 30 osob.

Návštěvní doba: **14-18 hodin**

Schůzky probíhají pravidelně **od úterý do čtvrtku** za účasti cca 7 – 11 členů, program si členové připravují sami.

3) Klub seniorů, ul. Dobrovského 53, Ostrava Přívoz

Klub se nachází v domě s pečovatelskou službou, ul. Dobrovského 53.

Kontaktní osoba: **p. Jahodová, tel.: 599 455 202**

Maximální kapacita klubu je 15 osob.

Návštěvní doba: **denně v 15-17 hodin**

schůzky:

posezení u kávy možno denně pravidelně 4-6 členů

4) Senior klub při oblastním spolku ČČK Moravská Ostrava a Přívoz

Červeného kříže 1672/4, 702 00 Moravská Ostrava a Přívoz

Kontaktní osoba: p. Lýdie Poledníková, p. Růžena Slazyková, tel.: 596 618 448

Návštěvní doba: dámský klub: po 9.00 – 13.00

 cvičení jógy: út, st 9.00 – 10.30

 zdravotnické přednášky: čt 10.00 – 12.00

5) Senior klub

Provozuje Společnost senior, občanské sdružení, Na Jízdárně 18, Moravská Ostrava

Občanské sdružení nabízí tyto aktivity:

Denní klubové centrum

provoz pondělí až pátek (soboty, neděle - turistika, vycházky)

Náplň činnosti: zájmové kroužky, jazykové kurzy, besedy, přednášky

Kontaktní osoba: Ing. Ludmila Holubová; email: ludmila.holubova@seniortip.cz
Telefon 728 466 105 ; 724 276 672

Počítačové centrum:

provoz pondělí až pátek

Náplň – výuka práce na PC, kurzy, volné použití internetu, poradenská činnost

Počítačová učebna se nachází v Domě kultury města Ostravy

Kontaktní osoba: Ing. Jaroslav Feix, email: info@seniortip.cz tel. 606 411 643

Společnost senior vydává časopis pro seniory **SeniorTip**, který je distribuován na celé území města Ostravy. Další informace o činnosti včetně kontaktů na veškeré sociální služby provozované na území města Ostravy lze najít na **webových stránkách** www.seniortip.cz

Slezská Ostrava

5 Klubů seniorů

Klub důchodců Slezská Ostrava

- scházejí se v pondělí od 8.00 do 10.00 v prostorách DPS Heřmanická 19, Slezská Ostrava
- počet členů: 10 žen, maximální kapacita cca 20
- kontaktní osobu neudávají, kontakt je možný přes ÚMOB Slezská Ostrava – odbor sociálních věcí, Mgr. Adamcová, tel. 599 410 020 nebo DPS Heřmanická, tel. 596 243 018

Klub důchodců Slezská Ostrava

- scházejí se každý druhý čtvrtek v 15.00
- počet členů: 4 ženy, maximální kapacita cca 20 osob
- kontaktní osobu neudávají, kontakt je možný přes ÚMOB Slezská Ostrava – odbor sociálních věcí, p. Šupíková, tel.: 599 410 027

Klub důchodců Ostrava – Muglinov

- scházejí se ve středy od 13.00 do 16.00 v klubovně KD Ostrava – Muglinov, ul. Na Druhém
- počet členů: cca 10 žen, maximální kapacita cca 20 osob
- kontaktní osobou je p. Magdalena Jonštová – kontakt přes ÚMOB Slezská Ostrava – odbor sociálních věcí, Mgr. Adamcová, tel. 599 410 020

Klub důchodců Ostrava – Hrušov

- scházejí se ve čtvrtky dopoledne v klubovně KD Ostrava – Muglinov, ul. Na Druhém
- počet členů: cca 10 žen, maximální kapacita cca 20 osob
- kontakt přes ÚMOB Slezská Ostrava – odbor sociálních věcí, Mgr. Adamcová, tel. 599 410 020

Mezi zájmové činnosti členek klubů patří zejména ruční práce (šití, vyšívání apod.) a dle názorů většiny členek klubů je nezanedbatelné zejména udržování přátelských vztahů mezi členkami klubů.

V případě zájmu mohou senioři po dohodě s redaktorkou nebo prostřednictvím odboru sociálních věcí využít možnost otisknout příspěvek v Slezskoostravských novinách, tuto

možnost však využívají pouze velmi zřídka, o akcích pro seniory informuje občany přímo redaktorka Slezskoostravských novin ve svých článcích.

Senior servis Slezská Ostrava (Klub je dotován obvodem Moravská Ostrava a Přívoz)

- internetový klub důchodců – scházejí se v DPS Gajdošova, je určen pro začátečníky, scházejí se vždy v úterý dopoledne a odpoledne, návštěva je nutná objednat na čísle: 728 726 891
- cvičení jógy pro seniory – v DPS Gajdošova, pondělí 16.30 – 18.00, středa 9.00 – 10.15, 15.45 – 17.15
- kurzy trénování paměti – v DPS Gajdošova, zájemci mohou volat na tel.: 776 763 519

Ostrava – Jih

Zájemci se mohou dostavit v daný čas setkání, kde zjistí bližší informace u vedoucích jednotlivých klubů. Program, který plánuje sociální odbor, není zveřejňován. Terénní sociální pracovnice vždy kontaktují daný klub, který mají na starost a o aktivitě je přímo informují. Zájezdů se může zúčastnit pouze člen, žádný členský poplatek se neplatí.

5 Klubů seniorů.

Kontaktní osoba: **Kateřina Marečková, tel.: 599 430 451**

ÚMOB Ostrava-Jih, odbor sociální péče
Horní 3 , PSČ 700 30 Ostrava-Hrabůvka

1) ul. Čujkovova 21, Ostrava-Zábřeh

Návštěvní doba: Po a Čt od 14.00 hod

2) ul. Čujkovova 21

Návštěvní doba: Út a St od 14.00 hod

3) Horymírova 121, Ostrava-Zábřeh

Návštěvní doba: Út a Čt od 14.00 hod

4) Odborářská 72, Ostrava-Hrabůvka

Návštěvní doba: Po a St od 14.00 hod

5) Odborářská 72

Návštěvní doba: Út a Čt od 14.00 hod

Aktivita: Senioři navštěvují divadelní představení, hrají společenské hry, jsou pro ně připravovány různé besedy na zajímavá témata, vzdělávací akce, chodí společně na vycházky, prostřednictvím zájezdů poznávají zajímavá místa. Již tradicí se stala společenská odpoledne s hudbou a tancem. Každoročně se při příležitosti Mezinárodního dne seniorů koná setkání seniorů s představiteli Městského obvodu Ostrava-Jih.

Odbor sociální péče ÚMOB Ostrava-Jih zajišťuje ve všech Klubech seniorů pravidelnou poradenskou činnost prostřednictvím kvalifikovaných sociálních pracovníků.

Poruba

4 Kluby pro seniory

kontaktní osoba: **p. Pavlína Dziubová, tel.: 599 481 504**

Budova "C", Gen. Sochora 6013/2, 301

Odbor péče o občany

sekretariát odboru péče o občany

e-mail: pdziubova@moporuba.cz

1) ul. Bulharská 1561

2 – 3x týdně

2) ul. Porubská

Po – Pá: 12.30hod – 17.00hod

3) ul. I. Sekaniny 1812/16

klub je provozován při DPS, čas setkávání je domluven s členy, kterými jsou zpravidla uživatelé DPS

Aktivity: pořádání zájezdů (např. Luhačovice, Lešná,...) na základě přání členů, program je přizpůsobován zájmům a schopnostem členům klubu.

Program je zveřejňován v měsíčníku Prio (p. Kremerová)

4) Svaz důchodců ČR – Ostrava, Marie Majerové 1733 PSČ 708 00 Ostrava – Poruba

Scházejí se každé pondělí od 8.00 – 12.00 a každou středu od 14.00 – 17.00

Organizují besedy, společenská setkání, přednášky a výlety.

Stará Bělá

V obvodu působí **Klub pro seniory** a **Sdružení zdravotně postižených.**

kontaktní osoba Klubu: p. Richterová, tel.: 599 424 107

ÚMOB Stará Bělá

Junácká 127, 724 00 Ostrava

vedoucí klubu: p. Skleníčková (seniorka)

místo setkávání: schází se nad knihovnou, 2.patro, v podkroví – dům, který spravuje MěÚ

čas setkávání: Po, Čt: v 15,00hod

počet členů: 20 – 30 (počet členů ubývá s přibývajícím věkem)

kapacita: 50 míst

Zájemce může přijít přímo do klubu v daný čas setkání nebo kontaktovat p. Richterovou.

Aktivity a činnosti klubu vychází z potřeb a přání členů, (MDŽ, soutěž o nejlepší bábovku, poradenství prostřednictvím sociálních pracovníků z úřadu, posezení pro jubilanty, apod.).

V klubu jsou zejména občané obvodu Stará Bělá, ve Sdružení zdravotně postižených je více spádových oblastí.

Sdružení zdravotně postižených – spolupracují s 3 úřady (Stará Bělá, Nová Bělá, Proskovice) – celkem asi 50 členů

Senioři ví, že je vydáván zpravodaj a mohou do něj psát příspěvky. Tuto možnost využívají cca 3 – 4x do roka. Zpravidla si ze zpravodaje zjišťují nové informace. Program vytvořený nemají.

Petřkovice

2 Kluby pro seniory:

1. Klub, který je jen pro ženy

2. Klub pro muže i pro ženy

kontaktní osoba: **Ing. Šárka Robenková, tel: 599 429 107**

ÚMOB Petřkovice

Hlučínská 135, 725 29 Ostrava

P. Robenková není kontaktní osobou. Členy se zpravidla stávají obyvatelé Petřkovic, kteří se vzájemně znají a obrací se na p. Motolovou, která v klubu působí. Tel. na p. Motolovou však na sociálním odboru nemají - je možné informovat se v Kulturním domě.

Místo setkávání: Senioři se schází v Kulturním domě v Petřkovicích, téměř každý den. Veškeré informace a aktivity visí na nástěnce v KD, pravidelně jsou aktualizovány v novinách ÚMOBu.

Pořádají různé zájezdy (Polsko - trhy, zahradní technika, družba, apod.), plesy s pochováním basy, úřad zajišťuje vystoupení baviče.

Klub je úřadem finančně podporován (zaplacení autobusu na zájezdy, vybavení klubu).

Michálkovice

Kontakt: **596 231 226** (tel. č. do klubu pro seniory. Lze se dovolat pouze v čase, kdy je klub otevřen). V ostatních případech kontaktovat sociální pracovníci:

p. Ivana Mamčařová, tel: 599 415 111, ÚMOB Michálkovice, Čs. armády 106, 715 00 Ostrava

Místo setkávání: Vilka v Michálkovicích, na ul Radvanická (v blízkosti požární zbrojnice).

Klub je využíván dostatečně.

Aktivity: vychází z přání a projeveného zájmu členů.

Čas setkávání: dle domluvené činnosti, schází se nepravidelně.

Klub je navštěvován i seniory ze Slezské Ostravy a Heřmanic.

Radvanice a Bartovice

3 Kluby

Tel.č. na předsedy klubů individuálně: Bc. Markéta Drobíková, DiS. tel.: 599 416 137

ÚMOB Radvanice a Bartovice

Těšínská 281, 716 00 Ostrava

(případně jednotlivé zájemce o návštěvu v klubu nasměruje).

1) ul. Těšínská 381, Radvanice

vedoucí klubu: p. Marcisová

2) areál MŠ za Ještěrkou 8, Bartovice

vedoucí klubu: p. Adamus

3) DPS, Bartovická 9

vedoucí klubu: p. Smržová

Schází se 1x za 14 dní.

Úřad Kluby finančně podporuje, pořádají spoustu aktivit (kurz PC, Setkání jubilantů, vaječina,..).

Krásné Pole

1 Klub pro seniory

kontaktní osoby : **Josef Šmída, tel: 599 426 101**

ÚMOB Krásné Pole,

Družební 576, 725 26 Ostrava

vedoucí klubu: p. Zedníčková (seniorka) – 596 942 420

zastupující vedoucí: p. Beňová (seniorka) – 737 337 154

Místo setkávání: salónek restauračního zařízení „U Čestmíra“, ul. Družební 61/124, Ostrava-Krásné Pole

čas setkávání: pravidelně každý čtvrtek od 17,00hod a ve dnech, kdy si naplánují aktivitu.

Aktivity: projednávání a informování členů o aktivitách jako je sběr starého železa, vybírání příspěvků a darů (např. na povodně), příprava akcí jako je Krmáš, smaženice, Pochování basy, organizace návštěvy spřáteleného polského Klubu horníků, organizovaného v rámci projektu z fondu EU. Pořádání zájezdů, které jsou podpořeny MOB Krásné Pole (loni Macocha, Polsko). Klub si vede kroniku. Členství je na bázi dobrovolnosti. Současný počet členů – přes dvacet osob složených z obyvatel obce Krásné Pole, ale i jiných obvodů jako je Poruba nebo Ludgeřovice.

Martinov

1 Klub pro seniory

kontaktní osoba - **p. Kusinová (seniorka), tel: 731 306 884**

místo setkání: hasičská zbrojnice, v zimních měsících v 16hod, v letních měsících v 17hod.

čas setkávání: pravidelně v první pondělí v měsíci

počet členů: asi 25

aktivity: smažení vaječiny, Mikulášské nadílky, besídky, výlety po okolí, oslavy narozenin,

Plán práce na celý rok se schvaluje na začátku roku.

Polanka nad Odrou

V obvodu působí **2 Kluby pro seniory** a **1 Svaz tělesně postižených**

kontaktní osoba: **p. Hana Šimůnková (odbor SV), tel.: 599 425 105**

ÚMOB Polanka nad Odrou

1. května, 725 25 Ostrava – Polanka nad Odrou

1) Klub pro seniory, ul. Janovská

vedoucí klubu: p. Gelnarová, tel.: 596 931 116

2) Klub pro seniory, ul. Ostravská

vedoucí klubu: **p. Chocholatá, tel.: 737 671 154**

Svaz tělesně postižených (nejen pro seniory)
vedoucí: p. Červeňová, tel.č. 739 692 663

Polanka sponzoruje všechny 3 kluby - hradí pronájem sálu, kde se senioři schází. Výjimkou je Klub na ul. Janovské, kterému úřad např. sponzoruje autobus na zájezd, apod.

Program k dispozici na úřadě není. Senioři se spíše schází na kafičko. Moc aktivit, představení nebo jiných činností nemají, ale přesto jsou kluby navštěvovány.

Hrabová

1 Klub pro seniory

kontaktní osoba - **Mgr. L. Nováková, tel.: 599 420 112**

ÚMOB Hrabová, Bažanova 4, 720 00 Ostrava

místo a čas setkávání: Kulturní středisko na Šídlovci-Hrabová, ul. Paskovská 1, DsPS – po,pá – 13-18hod

počet členů: využívá cca 12 seniorů, přestože je pravidelně zajišťována propagace zájmových aktivit klubu v novinách ÚMOBu, není kapacita naplněna

V letech 2005 – 2006 klub moc nefungoval. Byl vedený seniorkou, která pro zdravotní problémy musela vedení klubu zanechat.

Od r. 2007 se činnost klubu rozvinula. Činnost klubu zajišťuje soc. pracovnice Jana Poupětová, DiS. s kulturní pracovnící paní Šárkou Bořutovou, která vytváří pro každý měsíc program.

Plesná

kontaktní osoba - **T. Kubalová, Dis. tel: 599 427 102**

ÚMOB Plesná

Dobroslavická ul. 83, 725 27 Ostrava

vedoucí klubu: p. Kučerová (seniorka), **tel: 737 981 014**

místo setkání: zasedací místnost na úřadě, restaurace Žižkov nebo Dům dětí v Plesné

počet členů: cca 50 uživatelů

Setkávání seniorů je časté, příjemné, schází se rádi.

Hošťálkovice

1 Klub pro seniory

kontaktní osoba - **p. Najvarková, tel: 599 428 106**

ÚMOB Hošťálkovice

Rynky 277, 725 28 Ostrava

vedoucí klubu: p. Šrámková

místo a čas setkání: Dům zahradkářů. Schází se 1x za 14 dní.

počet členů: cca 35 důchodců. Obec platí Klubu pronájem místnosti pro setkání, občas zařídí autobus na zájezd. Mimo aktivit, které dotují, nemají o činnosti klubu přehled.

Nová Bělá

V Nové Bělé působí Svaz důchodců ČR Ostrava-Poruba, organizace č. 11.
Předsedkyní je p. Machová. Schází se každý sudý čtvrtek od 16.00 hod. v hasičské zbrojnici Nová Bělá.

svazduchodcu.moostrava@seznam.cz

V rámci Svazu důchodců působí několik různých sdružení, která mají vlastní vedoucí. Kontakty na jednotlivé vedoucí poskytne p. Pinterová (tel: 731 922 754)
Schází se v Porubě – v Armádě spásy. Každý den se schází některý ze spolků (šachisté, turisté, apod).

Svinov

2 Kluby pro seniory. Oba kluby se schází v knihovně, která se nachází v Domě služeb.

1. Klub pro starší seniory (ve věku kolem 70, 80 let) – schází se každé pondělí, více se nezdařilo zjistit.

2. Klub pro mladší seniorky (ve věku cca 60let) – schází se 1x měsíčně.

Vedoucí klubu – p. Jančíková, tel: 605 463 558

p. Spisáková (správkyně budovy, kde se senioři schází), tel: 723 536 951

Na Úřadu je zřízena Komise pro občanské záležitosti, která zajišťuje zájezdy a podobné aktivity pro seniory.

kontaktní osoba: Mgr. L.Hrušková, tel. 604 120 541

Třebovice

ÚMOb oficiálně žádný Klub pro seniory neorganizuje, ale neoficiálně se senioři sami schází. Klub nemá kontaktní osobu, není žádný organizátor. Spojení s klubem může zajistit

p. Miroslava Nováková, tel: 599 422 108, ÚMOb Třebovice, ul. 5.května 5027, Ostrava - Třebovice, 722 00

místo a čas setkávání: ÚMOb Třebovice, každý čtvrtek

Slezská diakonie Seniorsklub

2 kluby

kontakt: **p.Lydie Jariabková**

p. Smužová

tel: **596 615 937, 737 520 483**

l.jariabkova@slezskadiakonie.cz

1. Klub: Rolnická 55, Ostrava Nová Ves

Schází se každý čtvrtek od 16hod (zimní čas) od 17hod.(letní čas)- letos se senioři dohodli, že v letních měsících budou mít prázdniny.

2. Klub: DPS Bartovice, Bartovická 9

(úterky) od 15hod. Od září do května

Vítkovice

Klub pro seniory v současné době není.

Kontaktní osobou je zatím vedoucí odboru SV, **p. Bálíková, tel: 599 453 227** (ÚMOB Mírové náměstí 1, 703 79 Ostrava).

Klub pro seniory není, ale v prostorách DPS organizují pravidelné aktivity pro své klienty. Přístup je však možný také pro ostatní občany Vítkovic. V minulosti byl provozován Klub pro seniory, ale z důvodu vysokého nájmu a malé účasti seniorů byl klub uzavřen. V případě zájmu je možné kontaktovat p. Bálíkovou.

Mariánské Hory a Hulváky

Klub pro seniory Elim – scházejí se vždy ve středu od 15.00, s přestávkou v letních měsících. Další setkání bude uskutečněno 14. 9. 2011. Organizují výlety, koncerty, filmová odpoledne a besedy, dále je v provozu kavárna, která je otevřena od 13.30 do 15.00. Scházejí se v prostorech sídla Elim v Mariánských Horách. Kontakt na p.

Jaromíra Kutého: KutýJaromir@seznam.cz

ÚMOBu jsou často nabízeny také aktivity jiných organizací, které realizují různé bezplatné kurzy pro seniory (např. PC).

kontakt na p. Škrobánkovou: skrobankova@marianskehory.cz

Proskovice

Nemají klub pro seniory, ale v obvodu se schází Svaz žen. Schází se v zasedací místnosti na úřadě nebo ve škole. Schůzky jsou nepravidelné. Vedoucí svazu je p. Matějová. Sociální pracovnice neměla na vedoucí kontakt.

Pustkovec

Jedenkrát ročně je pořádán zájezd nebo podobná akce, kterou však neorganizuje ÚMOB. V obvodu není nutné organizovat oficiální klub, senioři mají vlastní aktivity, schází se samostatně.

Lhotka

p.Košňovská (úsek sociální) - tel. 599 428 204.

Klub pro seniory není, ani není nutné jej organizovat. Senioři z obvodu, kteří mají zájem, navštěvují klub v Hošťálkovicích.

*Zpracovalo Poradenské a informační centrum, Diecézní charita ostravsko-opavská,
Mgr. Dombková Kateřina, aktualizace v červenci 2011 – paní Kolajová.*