

# INFORMAČNÍ ZPRAVODAJ 2021

Nejen pro seniory

Karlovy VARY°

Klub seniorů  
SENIORŮ  
KARLOVY VARY



zapsaný spolek

SRPEN 2021  
III. ROČNÍK 8. číslo  
ZDARMA  
UZÁVĚRKA 31.07.2021  
Pravidelný měsíčník



Informace z rady spolku

Plán akcí

Komentáře

Příspěvky členů

Svoboda projevu zejména slova a tisku je zaručena v ústavě ČR, Mezinárodním paktu o občanských a politických právech publ. ve vyhl. MZV č. 120/1976 Sb. Svoboda projevu a právo na informace jsou zákonem zaručeny. Každý má právo vyjadřovat své názory slovem, písmem, tiskem, obrazem nebo jiným způsobem, jakož i svobodně vyhledávat, přijímat i rozšiřovat ideje a informace.

Cenzura je nepřijatelná

## Duchem mladí senioři

Staří lidé rádi vzpomínají. V období, kdy nám ubývají síly a ztrácíme své blízké, naši sebeúctu a sebehodnocení udržují právě vzpomínky. To vše se musí odehrávat ve styku s druhými – ve vztahu. To nám potvrzuje právě naše okolí svým nasloucháním.

Existuje početná skupina relativně mladých seniorů, kteří se čím dál více vymykají tradičnímu pojetí seniora jako roztomilé stařenky nebo stařečka, kteří žijí ve svém světě vzpomínek. Tito senioři žijí naší současností, ne minulostí. Zajímají se o naši současnost, mají své názory. Často se opírají o svou zkušenost, ale neuzavírají se do ní. Chtějí patřit do dnešní doby.

Jejich vzdělání, kultura i zájmy značně přesahují nabídku dnešního televizního nebo rozhlasového vysílání, úroveň našich médií. Jenom příjem a zpravidla napjatý rodinný rozpočet jim nedovoluje aktivněji se účastnit kulturního života. V muzeích a na výstavách (tam, kde jsou pro ně výraznější slevy) tvoří většinu návštěvníků. Není divu, patří vesměs k vzdělanější a kulturnější části našeho národa. Jejich vzdělání bylo totiž širší. Kdysi se užíval termín klasické vzdělání.

Mají svá léta, ale duchem jsou mladí. A při udržování této mladosti chceme pomáhat. Součástí této pomoci jsou i jejich vzpomínky a vzpomínání.

Senioři mají možnost procvičit si krátkodobou paměť, která se s postupujícím věkem zhoršuje, ale i dlouhodobou, při které se využívají právě vzpomínky. Podle jejich potřeb a možností jsou zvoleny vhodné techniky. V neposlední řadě je nutné zmínit, že nejde jen o zlepšení celkové kondice seniorů, ale i o podporu komunitního života. Jde o setkávání, kdy se lidé mohou vzájemně podpořit. A proto přijďte mezi nás, těšíme se na setkání s vámi.

MW

## Příspěvky členů:

Vážení cestovatelé, na měsíc **srpen**, jak již jistě víte, máme pro vás připravený **výlet do Sázavy**, viz minulý Zpravodaj. Probíhá rezervace, dotaz možný v kanceláři klubu.

Na **září** připravujeme výlet **do Děčína na zámek a do Teplic do botanické zahrady**. Zámek Děčín pravidelně navštívily významné osobnosti. Například Fryderyk Chopin zde zkomponoval tzv. Děčínský valčík. Mezi největší zajímavosti ovšem řadíme návštěvu mladičké císařovny Sissi, která si tu spolu se svým manželem Františkem Josefem I. odbyla svou první panovnickou povinnost. Výlet plánujeme na 15.9.2021.

Teplická botanická zahrada je skvělým místem pro všechny generace. Venku je možné relaxovat, popíjet kávu a poznávat světové zajímavosti. Z celkové rozlohy asi dvou hektarů je zhruba polovina věnována venkovní expozici, výstavní skleníky zaujímají plochu 2 700 m<sup>2</sup>. Zahrádkáři a pěstitelé pokojových rostlin u nás nacházejí jak atraktivní nové či málo známé druhy a formy rostlin, tak i vzory k jejich využití. Prohlédnout si můžete také faunu ve výstavních sklenících. V tropickém skleníku je zajímavostí tzv. křížovkářský záhon, na kterém najdete rostliny, jejichž názvy znáte z tajenek.

Dotazy a připomínky lze posílat na mail: [soukup.sekvo@seznam.cz](mailto:soukup.sekvo@seznam.cz)

D. Soukup



## *Být aktivní...*

Heslem našeho spolku je být aktivní a nebýt sám. No a na nás pak je, jestli se nenecháme okolnostmi donutit k pasivitě. Proto hledáme dobrovolníka, který by rád četl pohádky v Oddělení pro děti v Krajské knihovně Karlovy Vary. V případě zájmu se ozvěte **Evě Vodičkové na tel.**

733 595 872 nebo na **e-mail** – vodickova@knihovnakv.cz

*Tobi*



## *Připravujeme*

**4. srpna** letní přátelské setkání v Sedlecké pivnici – S. Pólová a J. Masopustová

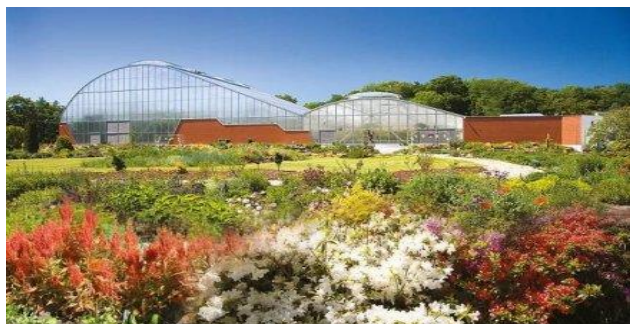
**18. srpna** zájezd do kláštera Sázava a do kostela sv. Prokopa, prohlídka nejstarší sklářské hutě v Sázavě-hutě František – profesionálně D. Soukup

**25. srpna** k nám přijede 45 seniorů z Plavna, přičemž se aktivně budeme podílet na programu a zajištění průběhu jejich návštěvy

Na oplátku pak nás německá strana zve 31. srpna na výlet k nim. Letos nám navrhli a zajistí pro nás celodenní výlet-prohlídku botanické zahrady v Adorfu a návštěvu lázeňského města Bad Elster – S. Pólová

**15. září** zájezd do Děčína na zámek a do Teplic do botanické zahrady – D. Soukup

**5.10 – 10.10.** rekondiční pobyt ve Wellness Hotelu MAS v Sezimově Ústí – A. Hoffmannová a M. Wrbiková



## *Probíhá*

Ani během prázdnin nepozastavily svoje aktivity dva naše úspěšné kroužky, a to Turnaj v bowlingu o putovní pohár, který probíhá 2x měsíčně v Eurobaru Morava ve Staré Roli pod vedením Milušky Krausové.

Druhý aktivní kroužek pod vedením Jitky Štěbetákové je náš turistický kroužek Vandrovníci, který pořádá výlety a výšlapy každý čtvrtek, a to v létě, v zimě, za každého počasí, vždy s dobrou náladou.

Děkujeme oběma vedoucím za podporu aktivní činnosti našich členů.



I v době prázdnin můžete navštívit v naší klubovně každé úterý bazárek s oblečením, obutím, elektronikou, domácími potřebami, bižuterií apod. Velmi dobře se o něj stará Jitka Masopustová. I jí patří náš dík.

*MW*



*Přejeme Vám klidný a pohodový zbytek léta.  
Těšíme se na další setkávání.*

