



Aktivní senior 2013 I stárnutí může být zábava

Pojďte se zúčastnit! Sbírejte razítka! Vyhrajte!!
Pro soutěžící od 55 let.



www.koprivnice.cz

1) Vzdělávací akce – besedy – přednášky MoSeK – Moudří senioři v Kopřivnici

- a) **Jak poskytnout 1. pomoc**
- 26.2.2013 - Klub důchodců Kopřivnice
- b) **Beseda o Číně (vzpomínky p. Malka na hist. zájezd AUS v r. 1962)**
- 14.3.2013 - Klub důchodců Kopřivnice
- c) **Důchodová reforma - II. a III. pilíř**
- 16.4.2013 - Klub důchodců Kopřivnice
- d) **Den sociálních služeb**
- 18.4.2013 (razítko za návštěvu a malý testík přehledu v problematice sociálních služeb)
- e) **SENIORCOMP - kurz ovládání a zdokonalování se v práci na PC**
(uskutečnění kurzu závisí na získání dotace)
- duben-květen 2013 - VANAIVAN
- f) **Akademie III. věku**
- letní semestr únor-červen 2013 i zimní semestr
2.10.2013 - Knihovna Kopřivnice
- g) **Kurz trénování paměti**
- 13.3.2013 - Národní týden trénování paměti
- Knihovna Kopřivnice
- h) **Školení řidičů i dalších účastníků provozu (zejména cyklistů)**
- říjen 2013, 10. patro Městského úřadu v Kopřivnici

2) Sportovní a soutěžní aktivity

- a) **Jarní den na kolech** (cyklovýlet po cyklostezkách v okolí Kopřivnice)
- 18.5.2013 - ve spolupráci s KPT Kopřivnice
- b) **Cykloturistický zájezd - poznáváme cyklostezky Moravy „Ta naše Morava, ...“** - 12.6.2013
- c) **Podzim na kolech** (cyklovýlet po cyklostezkách našeho miniregionu)
- 7.9.2013 - ve spolupráci s KPT Kopřivnice
- d) **Pochod všech generací + Šlápoty**
- 14.9.2013 (akce pro milovníky přírody a turistiky)
- e) **Sportovní den pro aktivní seniory**
- 9.10.2013 - Krytý bazén a VANAIVAN Kopřivnice
- f) **NOVINKA: „Šikovné ruce našich seniorů“ - výstavka ručních prací seniorů** (různorodým technikám se meze nekladou, podělte se o výsledky svých rukodělných aktivit a inspirujte ostatní)
- 28.11.2013 - KDK Kopřivnice (Pomněnka)

3) Společensko kulturní aktivity

- a) **Jarní seniorské odpoledne**
- 11.4.2013 - velký sál Kulturního domu Kopřivnice
- b) **Podzimní seniorské odpoledne**
- 28.11.2013 - velký sál KDK + výstavka ručních prací „Šikovné ruce našich seniorů“ + vyhodnocení aktivních účastníků této celoroční soutěže



Aktivní senior 2013 I stárnutí může být zábava

Pojďte se zúčastnit! Sbírejte razítka! Vyhrajte!!
Pro soutěžící od 55 let.



www.koprivnice.cz

1) Vzdělávací akce – besedy – přednášky MoSeK – Moudří senioři v Kopřivnici

- a) **Jak poskytnout 1. pomoc**
- 26.2.2013 - Klub důchodců Kopřivnice
- b) **Beseda o Číně (vzpomínky p. Malka na hist. zájezd AUS v r. 1962)**
- 14.3.2013 - Klub důchodců Kopřivnice
- c) **Důchodová reforma - II. a III. pilíř**
- 16.4.2013 - Klub důchodců Kopřivnice
- d) **Den sociálních služeb**
- 18.4.2013 (razítko za návštěvu a malý testík přehledu v problematice sociálních služeb)
- e) **SENIORCOMP - kurz ovládání a zdokonalování se v práci na PC**
(uskutečnění kurzu závisí na získání dotace)
- duben-květen 2013 - VANAIVAN
- f) **Akademie III. věku**
- letní semestr únor-červen 2013 i zimní semestr
2.10.2013 - Knihovna Kopřivnice
- g) **Kurz trénování paměti**
- 13.3.2013 - Národní týden trénování paměti
- Knihovna Kopřivnice
- h) **Školení řidičů i dalších účastníků provozu (zejména cyklistů)**
- říjen 2013, 10. patro Městského úřadu v Kopřivnici

2) Sportovní a soutěžní aktivity

- a) **Jarní den na kolech** (cyklovýlet po cyklostezkách v okolí Kopřivnice)
- 18.5.2013 - ve spolupráci s KPT Kopřivnice
- b) **Cykloturistický zájezd - poznáváme cyklostezky Moravy „Ta naše Morava, ...“** - 12.6.2013
- c) **Podzim na kolech** (cyklovýlet po cyklostezkách našeho miniregionu)
- 7.9.2013 - ve spolupráci s KPT Kopřivnice
- d) **Pochod všech generací + Šlápoty**
- 14.9.2013 (akce pro milovníky přírody a turistiky)
- e) **Sportovní den pro aktivní seniory**
- 9.10.2013 - Krytý bazén a VANAIVAN Kopřivnice
- f) **NOVINKA: „Šikovné ruce našich seniorů“ - výstavka ručních prací seniorů** (různorodým technikám se meze nekladou, podělte se o výsledky svých rukodělných aktivit a inspirujte ostatní)
- 28.11.2013 - KDK Kopřivnice (Pomněnka)

3) Společensko kulturní aktivity

- a) **Jarní seniorské odpoledne**
- 11.4.2013 - velký sál Kulturního domu Kopřivnice
- b) **Podzimní seniorské odpoledne**
- 28.11.2013 - velký sál KDK + výstavka ručních prací „Šikovné ruce našich seniorů“ + vyhodnocení aktivních účastníků této celoroční soutěže

1a	1b	1c	1d	1a	1b	1c	1d
1e	1f	1g	1h	1e	1f	1g	1h
2a	2b	2c	2d	2a	2b	2c	2d
2e	2f	3a	3b	2e	2f	3a	3b

Sledujte, prosím, upoutávky na jednotlivé akce v místních sdělovacích prostředcích a na plakátovacích plochách. Drobné změny v termínech jsou možné.

Podrobnější informace k jednotlivým akcím Vám rádi poskytnou:

Akce č. 1e

Dana Žambochová, Vanaivan, tel. 603 228 175,
e-mail: dana.zambochova@vanaivan.cz

Akce č. 1f, 1g

Lucie Kazlepková, Knihovna Kopřivnice,tel. 556 808 420
e-mail: kazlepkova@kdk.cz

Ostatní akce:

Jiřina Mikulenková, MÚ-OSVZ, tel. 556 879 460,
e-mail: jirina.mikulenkova@koprivnice.cz

Sledujte, prosím, upoutávky na jednotlivé akce v místních sdělovacích prostředcích a na plakátovacích plochách. Drobné změny v termínech jsou možné.

Podrobnější informace k jednotlivým akcím Vám rádi poskytnou:

Akce č. 1e

Dana Žambochová, Vanaivan, tel. 603 228 175,
e-mail: dana.zambochova@vanaivan.cz

Akce č. 1f, 1g

Lucie Kazlepková, Knihovna Kopřivnice,tel. 556 808 420
e-mail: kazlepkova@kdk.cz

Ostatní akce:

Jiřina Mikulenková, MÚ-OSVZ, tel. 556 879 460,
e-mail: jirina.mikulenkova@koprivnice.cz

Vyhodnocení této soutěže proběhne na podzimním seniorském odpoledni v Kulturním domě v Kopřivnici dne 28.11.2013.

Hrací kartičky (s účastí na minimálně dvou akcích z této nabídky) můžete odevzdat do 31.10.2013 na těchto místech:

- Městský úřad Kopřivnice - informace, odbor SVZ
- Městská knihovna Kopřivnice
- Skautské centrum VANAIVAN

Nejaktivnější seniory čekají opět zajímavé ceny!

Kontaktní údaje soutěžícího

Jméno:

Příjmení:

Ulice a č. p.:

Město, PSČ:

Telefon:

Tato hrací karta je nepřenositelná na jinou osobu

Celoroční program pro seniory probíhá v rámci
Projektu Zdravé město a místní agenda 21

Každá osoba, která vyplní a odevzdá hrací kartu, dává organizátorovi v souladu se zákonem č. 101/2000 Sb., o ochraně osobních údajů a o změně některých zákonů v pl. znění, souhlas se zpracováním osobních údajů v rozsahu: jméno, příjmení, kontaktní adresa a telefon a to pouze pro účely vyhodnocení soutěže a kontaktování výherců.

Účastník také souhlasí se zveřejněním celého jména a příjmení při propagaci výstupů ze hry.

Vyhodnocení této soutěže proběhne na podzimním seniorském odpoledni v Kulturním domě v Kopřivnici dne 28.11.2013.

Hrací kartičky (s účastí na minimálně dvou akcích z této nabídky) můžete odevzdat do 31.10.2013 na těchto místech:

- Městský úřad Kopřivnice - informace, odbor SVZ
- Městská knihovna Kopřivnice
- Skautské centrum VANAIVAN

Nejaktivnější seniory čekají opět zajímavé ceny!

Kontaktní údaje soutěžícího

Jméno:

Příjmení:

Ulice a č. p.:

Město, PSČ:

Telefon:

Tato hrací karta je nepřenositelná na jinou osobu

Celoroční program pro seniory probíhá v rámci
Projektu Zdravé město a místní agenda 21

Každá osoba, která vyplní a odevzdá hrací kartu, dává organizátorovi v souladu se zákonem č. 101/2000 Sb., o ochraně osobních údajů a o změně některých zákonů v pl. znění, souhlas se zpracováním osobních údajů v rozsahu: jméno, příjmení, kontaktní adresa a telefon a to pouze pro účely vyhodnocení soutěže a kontaktování výherců.

Účastník také souhlasí se zveřejněním celého jména a příjmení při propagaci výstupů ze hry.