

Máte zájem příjemně prožít jedno dopoledne v krásné přírodě?

Pokud ano – přihlaste se na **Branný závod jihlavských seniorů**. Jedná se o již třetí ročník branného závodu, který pořádá z. s. Nebojte se policie.

Datum konání: 24. 6. 2016 od 09:30 hodin (prezence závodníků).

Start závodu: Restaurace Pančava.

Místo závodu: Trasa vede kolem Staré plovárny.

Podmínky závodu: Senior (ka)starší 60 let, který (á) může být doprovázen(a) rodinnými příslušníky (rádi mezi námi přivítáme zejména vaše vnoučata). Závodit může jednotlivec nebo celá skupina seniorů.

Disciplíny: Střelba ze vzduchovky, hod granátem na cíl, zdravotně, pravidla BESIPu a celá řada dalších překvapení.



Hodnocení: Nehodnotí se rychlost absolvování trasy (je zakázáno běhat), ale počet získaných bodů za plnění jednotlivých disciplín.

Spolupořadatelé: Městská policie Jihlava, Krajská koordinátorka BESIPu, Český červený kříž a celá řada dalších dobrovolníků.

Ceny: První tři získají hodnotné ceny, každý účastník obdrží upomínkový předmět a speciální odměna je připravena pro vnoučata.

Občerstvení: Zajištěno.

Přihlášky zasílejte na: nebojtesepolicie@seznam.cz, nebo telefonicky na tel. č. 724 954 926 do 10. 6. 2017.

Senior taxi jede dál

Projekt Senior taxi, po zkušebním provozu v podzimních měsících loňského roku, získal podporu města i na další období. Každé úterý a pátek jezdí s těmi, kdo mají trvalé bydliště v Jihlavě a je jim 65 a více let, pouze za poloviční cenu, než v jiné dny, tedy za 40 korun na jednu jízdu. Je to cena

paušální kamkoliv po Jihlavě. V ceně je zahrnut doprovod jak z domu do auta, s veškerou pomocí se zavazadly či berlemi, tak dopomoc až na místo určení - do čekárny lékaře, na úřad, ke kadeřníkovi a podobně. Více informací na adrese www.generacevysocina.cz nebo na čísle 773 645 916. -tz-

Nabídka majetkového odboru

Statutární město Jihlava, Masarykovo nám. 1, 586 01 Jihlava, zveřejňuje záměry výběrovým řízením formou dražby.

■ **prodat street-stylové překážky** ze Skate parku v Jihlavě, minimální kupní cena činí 113.500 Kč (vč. DPH)

■ **pronajmout nebytové prostory v domech v Jihlavě:**

• **Komenského 39**, 1. NP, 87 m², býv. prodejna s výpočetní technikou, minimální nájemné činí 164.169 Kč za rok

• **Komenského 30**, 1. NP, 51 m², býv. marketingové a propagační centrum, minimální nájemné činí 96.237 Kč za rok

• **Masarykovo nám. 6**, 1. NP, 33 m², býv. prodejna módních doplňků a designových oděvů, minimální nájemné činí 73.590 Kč za rok

• **Masarykovo nám. 9**, 3. NP, 75,85 m², býv. advokátní kancelář, minimální nájemné činí 84.573 Kč za rok

• **Masarykovo nám. 22**, 1. NP, 46 m², býv. cestovní agentura, minimální nájemné činí 102.580 Kč za rok

né činí 102.580 Kč za rok

• **Masarykovo nám. 23**, 1. NP, 84 m², býv. prodejna s dětským zbožím, minimální nájemné činí po slevě 116.852 Kč za rok

■ **prodat nebytový prostor v domě v Jihlavě:**

• **Lazebnická 5**, č. 52/4, 103,70 m², minimální kupní cena činí 1.050.000 Kč

Termín výběrového řízení bude upřesněn a záměry s dalšími údaji budou zveřejněny na www.jihlava.cz. Bližší informace na tel. 565 592 631, tel. 565 592 630, příp. na Majetkovém odboru Magistrátu města Jihlavy, Hluboká 8, Jihlava.

Statutární město Jihlava si vyhrazuje právo změnit či doplnit tyto záměry, příp. od nich odstoupit či výběrové řízení zrušit. Účastníci výběrového řízení nemají nárok na náhradu nákladů spojených s účastí ve výběrovém řízení ani na úroky ze složené jistiny.

Cesta za čistým vzduchem

„Cesta za čistým vzduchem“ je osvětlová kampaň, věnovaná Dni bez tabáku.

Rizika kouření znají asi všichni kuřáci. Ale vědí také, jak jsou jejich plíce zanesené CO? Na Parkánu odbornice z Poradny na odvykání kouření v květnu měřila zanesení plíc CO, dále si bylo možno nechat změřit tlak, % tělesného tuku, BMI apod.

V pondělí 5. června se Jihlaváci mohou „za čistým vzduchem“ vydat po druhé, a to na nordic/priessnitz walkingovou procházku. Sraz bude ve 14 hod. na Masarykově náměstí. Půjde se cca 8 km nenáročným terénem kolem řeky Jihlávky, Staré Plovárny, na Skalku

a zpět na náměstí. Procházka je vhodná pro všechny věkové kategorie, bez ohledu na fyzickou kondici.

Účastníkům pomůže zkušená lektorka s nastavením holí, rozcvičením se pro zahřátí svalů, a proběhne krátká instruktáž správné techniky nordic walkingu. Pak už se společně vydají na vycházku, o přestávce si vyzkouší rehabilitační dýchání a ochlazování dolních končetin. Po závěrečném strečinku bude možno zajít se občerstvit do Restaurace U Jakuba.

Více informací o všech akcích na webu - <https://www.jihlava.cz/zdrave-mesto/> Aktuality. -tz-

Máte sociální problémy? Co s tím...

Služby a volnočasové aktivity pro seniory v krajském městě Jihlavě

Sociální rozvoj, lepší životní a pracovní podmínky, pokroky v medicíně a prosazování sociálních práv vedou k tomu, že stále více lidí má možnost prožít delší život, než v minulosti, a starší lidé tak tvoří významnější část populace, než kdykoliv v minulosti. Stárí se stává přímou zkušeností většího počtu lidí. Jak je na tuto skutečnost připraveno město Jihlava, jsme se zeptali náměstka primátora Ing. Vratislava Výborného.

Město Jihlava své seniory podporuje dlouhodobě. Dlouholetou tradici má například **Klub seniorů Jihlava**, se sídlem na **Okružní ulici č. 13**, který město Jihlava provozuje od října 1989, a jehož účelem je zapojení seniorů města do kulturního a společenského života. Klub je otevřen pondělí až čtvrtek od 13. do 16. hod. Dalším spolkem sdružujícím seniory je **Svaz důchodců České republiky**,

o.s., místní organizace Jihlava, který sídlí na ulici **Karolíny Světlé č. 11** a zabezpečuje pro své členy i ostatní seniory v Jihlavě akce zdravotního, kulturního, společenského a zábavného charakteru.

Město Jihlava je zřizovatelem **Domova pro seniory Jihlava - Lesnov**, příspěvková organizace jehož kapacita je 146 lůžek. Občané zde mohou být umístěni v 58 dvoulůžkových a 30 jednolůžkových pokojích. Areál domova je umístěn na okraji Jihlavy, na adrese **Pod Rozhlednou 10**, a jeho poloha nabízí možnost vycházek do lesa, se kterým sousedí. S centrem města je dobré spojení městskou hromadnou dopravou.

Dalším pobytovým zařízením pro seniory je **Domov seniorů Stříbrné Terasy o.p.s.**, sídlící na **Havlíčkově ulici**, s kapacitou pro 75 klientů. Poskytuje služby osobám se sníženou soběstačností z důvodu věku, za účelem zajištění nezávislosti a indi-

viduálních potřeb klientů, které jim umožní prožít důstojné stáří.

Naši senioři mohou dále využít služeb **Integrovaného centra sociálních služeb Jihlava**, příspěvková organizace se sídlem na **Brtnické ulici 15**, které město Jihlava zřídilo mimo jiné také za účelem poskytování ambulantních a terénních sociálních služeb osobám, které mají sníženou soběstačnost z důvodu věku. Integrované centrum sociálních služeb Jihlava poskytuje pečovatelskou službu, odlehčovací službu a denní stacionář. Další organizací zřizovanou městem, která poskytuje služby také seniorům, je **Denní a týdenní stacionář Jihlava**, příspěvková organizace. Zde jsou poskytovány ambulantní a bytové sociální služby osobám, které mají sníženou soběstačnost i z důvodu věku. Kapacita denního stacionáře je 30 klientů a týdenního stacionáře 28 klientů. Denní a týdenní stacionář sídlí na adrese **Krá-**

lovský vršek 9.

Jako další příklad nabídky služeb pro seniory na území města Jihlavy bych uvedl kontaktní poradenské a informační místo pro seniory **Senior point na Palackého ulici**, který je zaměřen především na cílovou skupinu 55 let a více. Občané zde mohou získat přehled kulturních akcí a zúčastnit se přednášek, na kterých získají spoustu nových poznatků a užitečných rad.

Řadu aktivit pro seniory provozuje i **Bílý kruh bezpečí** sídlící na **Žižkově ulici 13** a další neziskové organizace působící na území města, které poskytují služby seniorům a osobám zdravotně postiženým, které najdete v Komunitním plánu sociálních služeb statutárního města Jihlavy na internetových stránkách:

<https://www.jihlava.cz/komunitni-planovani-ve-meste-jihlave/d-333816/p1=103727>. -lm-