

# KOPŘIVNICE

Město Kopřivnice srdečně zve všechny seniory  
na aktivity z celoročního programu

## Aktivní senior 2026 aneb Setkávání při sportu, zábavě i vzdělávání



### Kalendář akcí pro aktivní seniory 2026

#### **12. 2. – Sejdeme se, zazpíváme, dobrý vtíp si k tomu dáme**

Již tradiční společné zpívání při harmonice s Lubomírem Piskořem.  
Vila Machů Kopřivnice – ve 14 hodin

#### **19. 2. – Jak na chytrý telefon**

Seminář je určen pro zájemce starší 65 let, školí lektori organizace Moudrá sovička.

Zasedací místnost č. 266 v 2. patře budovy radnice – pro dvě skupiny  
v 8:30-12:30 nebo v 13:00-17:00.

**Na kurz je nutno se předem přihlásit u Pavly Žáčkové!**

#### **24. 2. – Kurz sebeobrany**

Ukázková lekce kurzu sebeobrany pro seniory pod vedením strážníka městské policie.

Sraz v 8:50 ve vestibulu budovy radnice

#### **10. 3. – Bezpečí v on-line prostoru**

Na novodobé nástrahy a podvody nás upozorní PČR.

Zasedací místnost v 10. patře budovy radnice – v 10 hodin

#### **16. 4. – Jarní seniorské odpoledne**

Tradiční kulturně-společenská akce s programem i tancem.

Velký sál KDK – v 17:30 hodin

#### **28. 4. – Exkurze na skládku odpadů**

S přednáškou o tom, jak předcházet vzniku odpadu, možnostech jeho opětovného využití, o třídění a recyklaci a o fungování skládky.

Odjezd z parkoviště u hotelu TATRA Kopřivnice

#### **12. 5. – Den s fyzioterapeutkou**

Něco málo z teorie, ale také praktická doporučení a ukázky vhodných cvičení pod vedením fyzioterapeutky Petry Milichové.

Zasedací místnost v 10. patře budovy radnice – v 10 hodin

#### **28. 5. – Od jamky k jamce**

Zábava při hře minigolfu. Pro ostřílené hráče i úplně začátečníky.

Hřiště minigolfu v areálu koupaliště – v 10 hodin

#### **10. 6. – Cyklovýlet**

Cykloputování pro milovníky jízdy na kole.

Odjezd z parkoviště u hotelu TATRA Kopřivnice

#### **23. 9. – Klidné stáří v bezpečí, aneb jak chránit sebe i svůj domov**

Zásady požární ochrany a ochrany obyvatelstva pro seniory. Beseda s příslušníky Hasičského záchranného sboru MSK – Územní odbor Nový Jičín.

Zasedací místnost v 10. patře budovy radnice – v 10 hodin

#### **15. 10. – Senior v dopravě aneb školení řidičů**

Beseda pro řidiče, cyklisty i ostatní účastníky provozu. Znalosti pravidel provozu na pozemních komunikacích nám oživí Ladislav Kletenský.

Zasedací místnost v 10. patře budovy radnice – v 10 hodin

#### **12. 11. – Podzimní seniorské odpoledne**

Tradiční kulturně-společenská akce s programem i tancem.

Velký sál KDK – v 17:30 hodin

#### **Listopad – Kurzy práce na chytrém telefonu**

Bližší informace budou zveřejněny v říjnu 2026.

#### **Další informace naleznete na:**

[www.koprivnice.cz/aktivnisenior](http://www.koprivnice.cz/aktivnisenior)

[www.facebook.com/aktivnicenior](https://www.facebook.com/aktivnicenior)

Sledujte prosím upoutávky na jednotlivé akce v místních sdělovacích prostředcích a na plakátovacích plochách.

Drobné změny nejsou vyloučeny!

**Chcete dostávat pozvánky na jednotlivé akce e-mailem?  
Kontaktujte mne.**

#### **Mgr. Pavla Žáčková**

MÚ Kopřivnice, dveře č. 243, 2. patro

Tel.: 556 879 460, 737 283 566,

e-mail: [pavla.zackova@koprivnice.cz](mailto:pavla.zackova@koprivnice.cz)