

3 vek

Ročník XXX. - 2/2026 - www.jds.sk



**Na Okresných športových hrách JDS
okresu Martin reprezentovali svoje obce
aj seniori z Příbovíc, Rakova a Beníc.**

foto: L. Žila

OBSAH

Na aktuálnu tému

Z činnosti Ústredia JDS

Z činnosti JDS v regiónoch

Radíme Vám

Vydáva: Ústredie Jednoty dôchodcov na Slovensku s finančnou podporou MPSVaR SR.

Redakčná rada: František Jedlnák, Michal Kotian, Emil Machyna, Ján Rohár

Grafická úprava, redakčné a technické spracovanie: Fibra print, s.r.o.

Tlač: Fibra print, s.r.o., Družstevná 3, Bratislava 831 04

Rozširuje: JDS poštou a vlastnou distribúciou.

Nepredajné. EV 644/08 ISSN 1336-0833.

Sídlo vydavateľa: Odborárske námestie 2618/3, 811 07 Bratislava.

IČO vydavateľa: 00897019.

Číslo 2/2026

Naším čitateľom do pozornosti

Radi víťame aj uverejňujeme Vaše príspevky. Z technických dôvodov Vás žiadame o ich elektronickú formu. Prijímame ich na adrese: redakcia3vek@gmail.com a jds@jds.sk. Ďakujeme.

I redakcia

Ústredie JDS

- predseda: Michal Kotian
- podpredsedníčka: Anna Kiralyová
- podpredseda: Emil Machyna
- podpredseda: Ján Skyba
- tajomníčka: Irena Gečevská
- hospodárka: Ľubica Panáková



Jednota v jednote

Za posledné roky som mal možnosť pôsobiť vo viacerých organizáciách. Každá mala svoje špecifiká, úspechy, ale aj obdobia, keď sa musela vyrovnávať s rozdielnymi názormi či náročnými rozhodnutiami. Jednu vec som si však uvedomil veľmi jasne – žiadna organizácia nemôže dlhodobo napredovať bez vzájomnej úcty, ochoty spolupracovať a hľadať to, čo ľudí spája.

Do prostredia Jednoty dôchodcov na Slovensku som vstúpil ako človek zvonka – nie ako jej člen, ani ako dôchodca, ale ako externý redaktor a zostavovateľ časopisu 3. vek. Práve pohľad človeka zvonka mi umožnil lepšie vnímať, čo táto organizácia v skutočnosti predstavuje a akú hodnotu má pre desaťtisíce svojich členov.

Pred nami je XIII. snem Jednoty dôchodcov na Slovensku, ktorý bude príležitosťou zhodnotiť uplynulé obdobie a rozhodnúť o ďalšom smerovaní JDS. Je prirodzené, že pri takýchto chvíľach zaznievajú rôzne názory. Rozdielne pohľady patria ku každej demokratickej organizácii. Dôležité však je, aby nikdy nezatienili to podstatné – záujem o organizáciu a jej členov.

Pri príprave tohto čísla sa do redakcie opäť zišli desiatky príspevkov zo všetkých kútov Slovenska. V žiadnom z nich nebolo podstatné, kto má aký názor alebo funkciu. Dôležité bolo, že sa ľudia stretli, porozprávali, zasmiali a vytvorili ďalšiu peknú spomienku.

Práve tieto príspevky sú podľa mňa najlepším dôkazom toho, čo Jednota dôchodcov na Slovensku v skutočnosti predstavuje. Nie sú to len čísla, uznesenia či štatistiky. Sú to tisíce aktívnych ľudí, ktorí vo svojich mestách a obciach organizujú podujatia, pomáhajú druhým, vytvárajú priateľstvá a dokazujú, že aktívny život sa nekončí odchodom do dôchodku.

Možno si to nie vždy dostatočne uvedomujete, ale Jednota dôchodcov na Slovensku za posledné roky dokázala veľa. A to Vám píšem ako mladý človek, ktorý nie je členom JDS ani dôchodcom. Za každým číslom v štatistikách sa skrývajú konkrétni ľudia, tisíce hodín dobrovoľníckej práce, množstvo podujatí a desaťtisíce seniorov, ktorým organizácia prináša možnosť stretávať sa, športovať, cestovať, vzdelávať sa či jednoducho nebyť sami. To je hodnota, ktorú nemožno prehliadnuť.

Som presvedčený, že na tieto výsledky bude nadväzovať aj obdobie po sneme. Nie preto, že sa zmenia alebo nezmenia konkrétni ľudia vo funkciách, ale preto, že skutočná sila JDS je v jej členskej základni. V ľuďoch, ktorí každý deň dokazujú, že slovo jednota nie je len názvom organizácie, no aj hodnotou, ktorú sa oplatí chrániť.

Každý snem raz skončí. To, čo po ňom zostane, však nebude len výsledok volieb či prijaté uznesenia, ale predovšetkým vzťahy medzi ľuďmi. Tie sa budujú celé roky, no narušiť ich možno veľmi rýchlo. Verím preto, že aj po XIII. sneme zostane tým najsilnejším odkazom Jednoty dôchodcov práve jednota.

Prajem všetkým delegátom XIII. snemu JDS, aby pri svojich rozhodnutiach mali vždy na pamäti obyčajných členov JDS. Nech sú ich rozhodnutia vedené snahou spájať, nie rozdeľovať. Pretože len organizácia, ktorá dokáže zostať jednotná aj napriek rozdielnym názorom, môže byť silnou oporou pre svojich členov aj v ďalších rokoch.

Ján Rohár
zostavovateľ časopisu 3. vek

JDS pred XIII. snemom: Čo sa podarilo a kam smerujeme?

Už 31. augusta 2026 sa uskutoční XIII. snem Jednoty dôchodcov na Slovensku – najvyšší orgán našej organizácie. Delegáti zo všetkých krajov zhodnotia uplynulé štvorročné obdobie, prerokujú program na ďalšie funkčné obdobie a zvolia nové orgány JDS. Pri tejto príležitosti sme sa porozprávali s predsedom JDS Dr. Michalom Kotianom.

Čo bude hlavnou témou XIII. snemu JDS?

Michal Kotian: Hlavnou témou XIII. snemu bude príprava programu Jednoty dôchodcov na Slovensku na ďalšie štyri roky. Chceme sa zamerať predovšetkým na činnosť základných, okresných a krajských organizácií a vytvoriť podmienky na ďalšie zvyšovanie členskej základne.

Naším cieľom je, aby sa senior v našej organizácii cítil dobre a našiel v nej priestor na aktívny život. Mnohí ľudia počas pracovného života nemali čas venovať sa svojim záľubám, cestovať, športovať alebo sa ďalej vzdelávať. Po odchode do dôchodku by mali mať možnosť tieto sny naplňať – či už prostredníctvom kultúrnych, spoločenských a turistických aktivít, alebo napríklad štúdiom na univerzitách tretieho veku.

Veľmi dôležité je aj to, aby senior zostal aktívny a mohol byť naďalej oporou svojej rodine, deťom či vnúčatám. Zároveň musíme reagovať na nové výzvy, ktoré prináša dnešná doba. Svet sa



rýchlo mení a seniori by nemali zaostávať ani v oblasti digitálnych technológií. Preto bude aj vzdelávanie jednou z tém, ktorým sa chceme v ďalšom období intenzívnejšie venovať.

Samozrejme, snem bude aj bilanciou. Musíme zhodnotiť, čo sa nám za uplynulé štyri roky podarilo splniť. Len na základe poctivého zhodnotenia môžeme zodpovedne stanoviť nové ciele do budúcnosti.

Ked' sa obzriete za uplynulými štyrmi rokmi, čo považujete za najväčší úspech vášho pôsobenia?

Michal Kotian: Podarilo sa nám presadiť viacero opatrení, ktoré priniesli konkrétnu pomoc seniorom. Veľkým úspechom bola mimoriadna valorizácia dôchodkov a tiež zavedenie 13. dôchodku. O jeho presadenie sme sa usilovali dlhé roky. Ešte v čase petície „Aj seniori chcú dôstojne žiť“ to bola jedna z našich hlavných požiadaviek a som rád, že sa ju podarilo naplniť.

Významným krokom bolo aj zvýšenie štátneho príspevku na preventívno-rehabilitačné pobyty z 50 na 100 eur a zároveň rozšírenie počtu kúpeľných poukazov. Seniori tak získali väčšiu možnosť vybrať si termín poby-

tu podľa svojich potrieb a rodinných možností.

Teší ma aj to, že sa rozvíjala činnosť našich organizácií. Seniori sa zapájajú do kultúrnych, športových a turistických podujatí, cestujú po Slovensku i do zahraničia a nezostávajú doma sami. Za veľmi dôležitý považujem aj posun v spolupráci s ministerstvami, parlamentom a ďalšími štátnymi inštitúciami. Dnes je hlas Jednoty dôchodcov pri mnohých témach viac počut ako v minulosti.

S akými prioritami vstupuje JDS do ďalšieho funkčného obdobia?

Michal Kotian: Našou prioritou zostáva predovšetkým podpora činnosti základných organizácií. Práve tam sa stretávajú naši členovia, organizujú podujatia a vytvárajú priateľské prostredie. Chceme preto hľadať ďalšie možnosti, ako ich činnosť podporiť zo strany obcí, miest, vyšších územných celkov, ale aj štátu.

Dôležitou témou bude aj finančné zabezpečenie našich aktivít. V uplynulom období sa nám podarilo získať významnú podporu pre športové aktivity krajských organizácií a chceme pokračovať v rokovaní s ďalšími partnermi, aby sme mohli ešte viac rozvíjať činnosť JDS.



Veľký dôraz chceme klásť aj na vzdelávanie seniorov, ich bezpečnosť a pripravenosť na nové výzvy, ktoré prináša dnešná spoločnosť. Som presvedčený, že aktívny senior je prínosom nielen pre svoju rodinu, ale aj pre celú spoločnosť.

Členská základňa JDS sa rozrástla na viac ako 106-tisíc členov. Čomu podľa vás organizácia vďačí za tento rast a čo považujete za jej najväčšiu silu?

Michal Kotian: Myslím si, že za týmto rastom stojí predovšetkým činnosť našich základných organizácií. Seniori u nás nachádzajú priateľov, spoločnosť a možnosť aktívne tráviť voľný čas. Nejde len o schôdze, ale o množstvo spoločných aktivít, výletov, kultúrnych podujatí či obyčajných stretnutí pri káve.

Veľa ľudí po odchode do dôchodku zostáva doma osamelých. My ich chceme oslovit' a uká-



S generálnym prokurátorom Marošom Žilinkom.

zať im, že je lepšie prísť medzi ľudí, porozprávať sa, nájsť si nových priateľov a zapojiť sa do spo-

ločného života. Neraz sa stáva, že sa u nás po desaťročiach stretnú bývalí spolužiaci alebo kolegovia.

Komentár redakcie: Nenávisť voči seniorom nemá miesto v slušnej spoločnosti!

Spoločnosť, ktorá si prestane vážiť svojich seniorov, prestáva rešpektovať samu seba. V poslednom čase sme svedkami čoraz agresívnejších a neúctivých prejavov pohrdania voči starším ľuďom. To, čo bolo kedysi nepredstaviteľné, sa dnes na sociálnych sieťach šíri pod zámienkou takzvaného humoru a zábavy.

Veľké pobúrenie nedávno vyvolalo video kvázi komika, ktorý sa najviac mediálne „preslávil“ svojou kauzou obťažovania dvoch mladých mužov. Niet sa čo diviť, že je to práve takýto človek, ktorý si robí posmech zo starších ľudí a z generácie, pre ktorú boli slušnosť, úcta a dobrá výchova prirodzenými hodnotami.

Vo videu boli naši dôchodcovia hrubo zosmiešňovaní a parodizovaní, a to len preto, že si dovolili mať iný názor na súčasnú vládu. Video namiesto humoru prinieslo ponižovanie seniorov, ktorých vykresľuje ako príťaž pre spoločnosť a prekážku pokroku.

Ešte alarmujúcejšie bolo to, čo nasledovalo pod videom. Desiatky až stovky komentárov, v ktorých ľudia otvorene žiadali odobrať seniorom volebné právo, spochybňovali ich občianske práva a písali výroky plné nenávisti. Tým sa jasne ukázalo, akí ľudia sledujú tohto kvázi komika. Skrývajú sa za humor či zábavu, ale v skutočnosti len zakrývajú svoju pravú tvár, ktorá je plná nenávisti voči každému, kto má iný názor, a v prenesenom zmysle voči starším ľuďom ako takým. To sa nazýva aj generačný rasizmus.

Ak by sa jednalo o akúkoľvek inú skupinu, napríklad sexuálnu alebo etnickú menšinu, médiá a mimovládne organizácie by boli na poplach, ale pri našej staršej generácii, ktorá vybudovala Slovensko, sú ticho. Ich sa nemá kto zastáť, a to napriek tomu, že títo ľudia celý život poctivo pracovali a tvorili hodnoty, z ktorých žijeme dodnes.

Aj preto sa predseda Jednoty dôchodcov na Slovensku Michal Kotian pripojil k trestnému oznámeniu na toto video a na nenávisťné komentáre, ktoré po ňom nasledovali. Nesmieme mlčať tvárou v tvár týmto útokom. Budeme reagovať!

Jednota dôchodcov na Slovensku bude vždy stáť na strane úcty, dôstojnosti a medzigeneračnej solidarity. Odmietame, aby sa zo seniorov robili terče posmechu či vinníci spoločenských problémov. Kto učí mladých pohrdáť vlastnými rodičmi a starými rodičmi, ničí základnú ľudskú slušnosť a prispieva k rozkladu spoločnosti.

Práve toto považujem za najväčšiu silu JDS. Nie sme len organizáciou, ale spoločenstvom ľudí, ktorí si navzájom pomáhajú a vytvárajú prostredie, v ktorom sa seniori necítia sami.

Aký odkaz by ste chceli pred snemom adresovať všetkým členom Jednoty dôchodcov na Slovensku?

Michal Kotian: Chcel by som všetkým našim členom poďakovať

za ich prácu a aktivitu. To, čo dnes JDS predstavuje, je výsledkom úsilia tisícov funkcionárov a dobrovoľníkov po celom Slovensku.

Môj odkaz je jednoduchý – držme spolu. Len keď budeme ťahať za jeden povraz a spoločným smerom, dokážeme ďalej rozvíjať našu organizáciu a presadzovať záujmy seniorov.

Prajem si, aby medzi našimi členmi naďalej vládlo priateľ-

stvo, vzájomná úcta a ochota pomáhať si. Práve tieto hodnoty robia z Jednoty dôchodcov na Slovensku silnú organizáciu a verím, že aj v ďalších rokoch bude miestom, kde seniori nájdu nielen pomoc, ale aj dobrých priateľov a chuť aktívne žiť.

text: J. Rohár,

foto: archív redakcie, GP SR

JDS a Matica slovenská spojili sily. V Martine symbolicky podpísali memorandum o spolupráci

Predseda Jednoty dôchodcov na Slovensku Michal Kotian sa 12. júna 2026 zúčastnil v Martine osláv 165. výročia prijatia Memoranda národa slovenského a 200. výročia narodenia Viliama Paulinyho-Tótha. Spolu s ďalšími účastníkmi sa zapojil do slávnostného sprievodu mestom, zúčastnil sa pietneho aktu na Memorandovom námestí a odhalenia busty Viliama Paulinyho-Tótha v Aleji národných dejateľov.

Pri tejto príležitosti predseda JDS Michal Kotian a predseda Matice slovenskej Marián Gešper symbolicky podpísali Memorandum o spolu-



práci medzi Jednotou dôchodcov na Slovensku a Maticou slovenskou.

Podpis memoranda práve počas osláv 165. výročia prijatia Memoranda národa slovenského nebol náhodný. Obe organizácie tým vyjadrili záujem spoločne rozvíjať aktivity v oblasti národného povedomia, historickej pamäti, kultúry, vzdelávania, medzigeneračného dialógu a podpory seniorov.

Spolupráca sa bude týkať organizovania kultúrnych, spoločenských, vzdelávacích a spomienkových podujatí, podpory vlastenectva, ochrany národného dedičstva, ako aj mediálnej a publikačnej činnosti. Súčasťou memoranda je aj vzá-

jomná podpora periodík Tretí vek a Slovenské národné noviny a vytváranie priestoru na prezentáciu aktivít oboch organizácií.

Spojenie dvoch tradičných organizácií vytvára predpoklady na rozvoj nových spoločných projektov, ktoré budú prínosom nielen pre seniorov, ale aj pre zachovávanie kultúrneho a historického dedičstva Slovenska.

text a foto: Ján Rohár



Ako sa pripraviť na krízové situácie?

Prírodné katastrofy, rozsiahle výpadky elektrickej energie, požiare, priemyselné havárie či iné mimoriadne udalosti sú situácie, ktoré sa môžu dotknúť každého z nás. Práve pripravenosť, správne informácie a pokojné konanie môžu v takýchto chvíľach rozhodovať o ochrane zdravia, života i majetku. Mimoriadne dôležité je pritom myslieť aj na seniorov, ktorí patria medzi najzraniteľnejšie skupiny obyvateľstva.

Aj preto sa **8. júla 2026** uskutočnilo rokovanie predsedu Jednoty dôchodcov na Slovensku Dr. Michala Kotiana s generálnym riaditeľom sekcie krízového riadenia Ministerstva vnútra SR Jaroslavom Kmeťom. Predmetom stretnutia boli možnosti dlhodobej spolupráce pri zvyšovaní pripravenosti seniorov na mimoriadne udalosti, rozvoji vzdelávacích aktivít a posilňovaní odolnosti miestnych komunít. Obe strany sa zhodli, že práve prevencia, vzdelávanie a dostupné informácie predstavujú najúčinnnejší spôsob, ako minimalizovať následky krízových situácií.

Civilná ochrana reaguje na nové výzvy

Civilná ochrana na Slovensku prechádza významnými zmenami. Ich cieľom je pripraviť obyvateľov na nové bezpečnostné výzvy, ktoré prináša súčasný svet. Generálny riaditeľ sekcie krízového riadenia Ministerstva vnútra

SR Jaroslav Kmeť predstavil pripravované opatrenia, ktoré sa nezameriavajú iba na prípad vojnového konfliktu, ale predovšetkým na situácie, s ktorými sa môžu občania stretnúť aj v každodennom živote.

Ide najmä o povodne, požiare, zemetrasenia, silné víchrice, rozsiahle výpadky elektrickej energie, priemyselné havárie či ďalšie mimoriadne udalosti. Skúsenosti z posledných rokov podľa rezortu ukazujú, že pripravenosť obyvateľstva je jedným z najdôležitejších predpokladov úspešného zvládnutia krízových situácií. Človek, ktorý vie, ako reagovať a kde získať spoľahlivé informácie, dokáže lepšie ochrániť seba aj svojich blízkych.

Seniori patria medzi priority

Významná časť rokovania bola venovaná seniorom, ktorí si počas mimoriadnych udalostí často vyžadujú osobitnú pozornosť. Sekcia krízového riadenia MV SR preto pripravuje sériu prednášok, praktických školení a informačných materiálov určených pre kluby seniorov po celom Slovensku.

Pilotné vzdelávacie aktivity, ktoré už prebehli vo viacerých kluboch dôchodcov, sa stretli s veľmi pozitívnym ohlasom. Potvrdilo sa, že seniori majú o túto problematiku veľký záujem a oceňujú najmä praktické rady využiteľné v každodennom živote.

Jednota dôchodcov na Slovensku disponuje rozsiahlymi regio-

nálnymi štruktúrami a tisíckami aktívnych členov vo všetkých kútoch krajiny. Práve táto sieť môže zohrávať významnú úlohu pri šírení osvetu, organizovaní prednášok a vzdelávacích podujatí či pri odovzdávaní praktických skúseností medzi samotnými seniormi.

Prvé tri dni rozhodujú

Jednou z hlavných tém rokovania bola pripravovaná informačná kampaň založená na princípe „**72 hodín**“. Jej podstatou je pripraviť každú domácnosť na to, aby dokázala počas prvých troch dní po vzniku mimoriadnej udalosti fungovať vlastnými silami.

Práve prvých 72 hodín býva v krízových situáciách rozhodujúcich. V tomto období môžu byť záchranné zložky sústredené na riešenie najvážnejších následkov udalosti a pomoc nemusí byť okamžite dostupná pre všetkých. Preto je dôležité, aby mali domácnosti pripravené základné zásoby vody, potravín, liekov, hygienických potrieb, baterku, rádio, powerbanku či ďalšie nevyhnutné vybavenie.

Ministerstvo pripravuje praktické príručky, informačné kartičky a ďalšie materiály s jednoduchými odporúčaniami, ako sa zachovať v rôznych typoch krízových situácií a čo by mala obsahovať základná núdzová výbava domácnosti.

Moderné technológie pomôžu chrániť životy

Významnou témou rokovania bolo aj využitie moderných tech-



nológii pri ochrane obyvateľstva. V budúcnosti by mala vzniknúť mobilná aplikácia, prostredníctvom ktorej budú občania dostávať aktuálne varovania, odporúčania pri evakuácii či informácie o najbližších úkrytoch, lekárnach alebo automatických externých defibrilátoroch.

Rozvíjať sa bude aj systém **SK-Alert**, ktorý umožní rýchle zasielanie varovných správ podľa aktuálnej polohy občanov. Vďaka tomu bude možné obyvateľov včas upozorniť na hroziace nebezpečenstvo a poskytnúť im konkrétne pokyny na ochranu zdravia a života.

Seniori majú skúsenosti, ktoré môžu pomôcť

Jaroslav Kmeť počas rokovania zdôraznil, že seniori nie sú iba skupinou, ktorej treba venovať zvýšenú pozornosť. Sú zároveň nositeľmi cenných životných skúseností.

Mnohí z nich si ešte pamätajú obdobie, keď bola civilná ochrana prirodzenou súčasťou života, na školách sa pravidelne organizovali cvičenia a obyvatelia boli pripravovaní na riešenie mimoriadnych situácií. Tieto skúsenosti môžu byť aj dnes veľmi užitočné.

Ministerstvo preto uvažuje o vytvorení siete dobrovoľníkov a školiťelov spomedzi seniorov, ktorí by svoje poznatky odovzdávali ďalším členom miestnych komunít. Takýto medzigeneračný prenos skúseností môže významne prispieť k budovaniu odolnejšej spoločnosti.

Spoločné projekty aj memorandum o spolupráci

Rokovanie sa venovalo aj možnostiam spoločného zapojenia do domácich i medzinárodných grantových programov vrátane projektov podporovaných Nórskymi fondmi. Financovanie by mohlo smerovať na vzdelávacie

aktivity, informačné kampane, školenia či ďalšie projekty zamerané na zvyšovanie pripravenosti seniorov na krízové situácie.

Predseda Jednoty dôchodcov na Slovensku Dr. Michal Kotian ocenil iniciatívu ministerstva a vyjadril pripravenosť Jednoty dôchodcov aktívne sa zapojiť do pripravovaných projektov. Zdôraznil, že JDS má vďaka svojim základným organizáciám jedinečné postavenie pri oslovovaní seniorov vo všetkých regiónoch Slovenska.

Zároveň navrhol pripraviť memorandum o spolupráci, ktoré by vytvorilo dlhodobý rámec spoločných aktivít v oblasti vzdelávania, prevencie, civilnej ochrany a budovania odolnosti obyvateľstva.

Pripravenosť je najlepšou prevenciou

Účastníci rokovania sa zhodli, že informovaný občan je najlepšou prevenciou pred panikou a zbytočnými stratami počas mimoriadnych udalostí. Pravidelné vzdelávanie, praktické školenia a dostupné informácie môžu výrazne prispieť k ochrane zdravia, života aj majetku.

Spolupráca Jednoty dôchodcov na Slovensku so sekciou krízového riadenia Ministerstva vnútra SR tak otvára priestor na realizáciu konkrétnych projektov, ktoré môžu seniorom priniesť nielen nové vedomosti, ale aj väčší pocit bezpečia. Cieľom nie je vyvolávať obavy z možných krízových situácií, ale posilňovať pripravenosť, vzájomnú pomoc a zodpovednosť – hodnoty, ktoré sú základom odolnej spoločnosti a ktoré seniori počas svojho života neraz sami potvrdili.

| text a foto: J. Rohár

Pracovné rokovanie na ministerstve obrany

V utorok 26. mája 2026 navštívil predseda Jednoty dôchodcov na Slovensku Michal Kotian Ministerstvo obrany Slovenskej republiky, kde rokoval s prvým štátnym tajomníkom

Ministerstva obrany SR Igorom Melicherom.

Hlavnou témou stretnutia bola príprava Memoranda o spolupráci medzi Ministerstvom obrany SR a Jednotou

dôchodcov na Slovensku. Rokovalo sa tiež o možnostiach podpory športových, branných a vlasteneckých aktivít členov JDS, ako aj o rozvoji spoločných projektov zameraných na aktív-



ne starnutie, medzigeneračnú spoluprácu a posilňovanie vzťahu k obrane vlasti.

Igor Melicher ocenil činnosť Jednoty dôchodcov na Slovensku a vyjadril podporu ďalšiemu roz-

voju vzájomnej spolupráce. Obe strany sa zhodli na základných východiskách pripravovaného memoranda, ktorého podpis by mal nasledovať po ukončení jeho prípravy. Predbežne sa počíta s tým, že slávnostný podpis memoranda by sa mohol uskutočniť za účasti podpredsedu vlády SR a ministra obrany SR Roberta Kaliňáka.

Rokovanie nadviazalo na predchádzajúce pracovné stretnutie s druhým štátnym tajomníkom Ministerstva obrany SR Martinom Vojtašovičom, čím sa potvrdil obojstranný záujem rozvíjať dlhodobú spoluprácu medzi rezortom obrany a Jednotou dôchodcov na Slovensku.

text a foto: J. Rohár

Spolupráca so Slovenským literárnym centrom pokračuje

Predseda Jednoty dôchodcov na Slovensku Michal Kotian 8. júla 2026 rokoval s riaditeľom Slovenského literárneho centra Jozefom Ťažkým o ďalšom rozvoji vzájomnej spolupráce.

Po roku od podpisu Memoranda o spolupráci a porozumení zhodnotili jeho doterajšie napĺňanie a diskutovali o nových možnostiach spoločných aktivít. Témou rokovania boli pripravované kultúrne podujatia JDS, podpora čitateľskej kultúry medzi seniormi, propagácia pôvodnej slovenskej literatúry, ako aj možnosti sprístupnenia knižnej produkcie Slovenského literárneho centra členom Jednoty dôchodcov na Slovensku.

Riaditeľ Slovenského literárneho centra Jozef Ťažký poďakoval predsedovi JDS Michalovi Kotianovi za doterajšiu spoluprácu a ocenil jeho aktívny prístup k rozvíjaniu partnerstva medzi oboma inštitúciami. Zároveň vyjadril potešenie, že seniori prejavujú záujem o slovenskú literatúru, knihy a kultúrne podu-



jatia, a deklaroval pripravenosť Slovenského literárneho centra nielen pokračovať v doterajšej spolupráci, ale spoločne s Jednotou dôchodcov na Slovensku pripravovať aj nové projekty zamerané na podporu čítania, slovenskej literatúry a kultúrneho života seniorov.

Na rokovaní sa predbežne hovorilo aj o možnosti usporiadať v septembri spoločné literárne

podujatie pre členov JDS, pričom jeho konkrétna podoba bude predmetom ďalších rokovaní.

Predseda JDS Michal Kotian ocenil ústretový prístup Slovenského literárneho centra a vyjadril presvedčenie, že vzájomná spolupráca bude aj naďalej prinášať konkrétne výsledky v prospech seniorov aj slovenskej kultúry.

text a foto: J. Rohár

Súťaž v bowlingu o pohár starostu Petržalky



Bowling je šport s tisícročnou tradíciou. Jeho história siaha od starovekého Egypta (cca 5200 pred n. l.) cez stredovekú Európu (Anglicko, Nemecko) až po moderné Spojené štáty americké, kde v roku 1895 vznikol prvý zjednocujúci zväz. Dnes si bowling užíva približne 95 miliónov ľudí vo viac ako 90 krajinách sveta a obľúbený je už dlhé roky aj v našom zelenom meste Petržalke.

V sobotu 16. mája 2026 sa v PBC – Petržalka Bowling Center odohral už tradičný súboj mestských častí Bratislavy, a to jarné kolo Bowlingovej ligy o Pohár starostu Petržalky.

Na úvod je potrebné uviesť, že Petržalka Bowling Center je príjemným miestom na aktívny oddych v centre najväčšieho sídliska na Slovensku.

Na bowlingovej súťaži sa v rámci Bratislavy zúčastnilo sedem družstiev. Za petržalských seniorov sa na uvedenej akcii zúčastnili a, samozrejme, najmä súťažili aj naši členovia MO JDS

Bratislava – Petržalka: Juraj Barlog, Milada Kalapošová, Milan Cedula a Richard Nehyba, ktorí Pohár starostu Petržalky vyhrali.

Zábava, energia a poriadna dávka súťaživosti – takto vyzeralo 16. mája 2026 v Petržalke Bowling Centre jarné kolo Bowlingovej ligy o Pohár starostu Petržalky.

Starosta Petržalky Ján Hrčka bowlingovú súťaž zhodnotil nasledovne: „S kolegami z úradu sme už tradične nevyhrali, keďže naši petržalskí seniori hrajú už roky svoju vlastnú ligu. Za všetko hovorí štatistika najlepšieho hráča turnaja z ich tímu, ktorý v dvoch kolách nahádzal skvelých 327 bodov!“

A úspešný hráč Juraj Barlog to starostovi zhrnul takto: „Keď raz aj vy budete mať 83 rokov, dotrénujete to tiež.“

Krásne druhé miesto obsadili zamestnanci mestskej časti Petržalka spolu so starostom Jánom Hrčkom a Jánom Karmánom. Tretie miesto obsadili zamestnanci mestskej časti Rača

na čele so svojím starostom Michalom Drotovánom.

Milí naši seniori Miladka, Juraj, Milan a Richard, gratulujeme vám ku skvelej reprezentácii. Dnes ste svojim súperom nedali žiadnu šancu!

text a foto: Helena Krehová



Šport aj poznávanie spojili seniorov z Vrbového



Jún bol pre členov Jednoty dôchodcov Slovenska vo Vrbovom bohatý na športové i spoločenské aktivity.

Dňa 18. júna 2026 zorganizovala ZO JDS Vrbové už 4. ročník Športových hier seniorov. Podujatia sa zúčastnil veľký počet členov, ktorí si zmerali sily v troch športových disciplínach. Traja najlepšie súťažiaci v každej disciplíne boli ocenení diplomom a malým darčekom, ktoré im odovzdal primátor mesta Vrbové JUDr. Kubík.

Po športových výkonoch si všetci pochutnali na gulášoch a opekaných špekáčikoch. O dobrú náladu sa postarala hudba, pri ktorej sa seniori spoločne zabávali a strávili príjemné popoludnie.

Na športové podujatie nadviazala ďalšia vydarená aktivita. V dňoch 21. až 23. júna 2026 sa 50 členov ZO JDS Vrbové zúčastnilo trojdňového poznávacieho zájazdu na sever Slovenska. Počas pobytu navštívili Vyšné Ružba-

chy, Hniezdne, absolvovali splav Dunajca, prezreli si Červený Kláš-

tor, Litmanovú, hrad Stará Ľubovňa, Spišský hrad i historické centrum Levoče. Cestou domov sa zastavili aj na Dechtároch, odkiaľ obdivovali panorámu Liptovskej Mary.

Po troch aktívnych dňoch sa všetkých 50 seniorov vrátilo domov unavených, no plných krásnych zážitkov a nových spomienok.

text a foto: Mária Madžová, ZO JDS Vrbové



Slová, emócie a veľké napätie: Seniori predviedli výkony, ktoré vyrážali dych!

Potlesk, dojatie, ale aj zdravá súťaživosť a napätie sprevádzali okresnú prehliadku v prednese poézie, prózy a vlastnej tvorby, ktorú 22. apríla 2026 usporiadala Okresná organizácia Jednoty dôchodcov Slovenska

v Nitre v partnerstve, spolupráci a s podporou propagácie Nitrianskeho samosprávneho kraja, zastúpeného predsedom Ing. Branislavom Becíkom, PhD.

V priestoroch Krajského osvetového strediska v Nitre sa predstavilo

16 súťažiacich, ktorí pred odbornou porotou i publikom predviedli svoje recitátorské a autorské schopnosti. Každý z účastníkov priniesol kus svojho talentu, životných skúseností a osobného prežívania, čo podujatiu dodalo jedinečnú atmosféru.

Počas prehliadky zazneli silné príbehy, precítené interpretácie známych literárnych diel, ale aj originálne autorské texty. Nechýbali chvíle dojatia, úsmevu ani okamihy, ktoré si vyslúžili spontánny potlesk publika.

Odborná porota mala pred sebou mimoriadne náročnú úlohu. Vybrať najlepších spomedzi kvalitných výkonov nebolo vôbec jednoduché. Po dôkladnom zhodnotení jednotlivých vystúpení rozhodla nasledovne:



Poézia: Dušan Danko – MsO Nitra IX – Diely – Klokočina

Próza: Josef Mišun – MsO Nitra XI – Dolné Krškany

Vlastná tvorba: Ing. Tibor Košťál – ZO Podhorany

Víťazi postúpili na krajskú prehliadku, kde budú reprezentovať okres Nitra. Ak predvedú rovnaké výkony ako na okresnej prehliadke, konkurencia sa má naozaj na čo pripraviť.

| text a foto: Marta Nováková

Celoslovenská prehliadka speváckych skupín Jednoty dôchodcov Slovenska – Spevy domova

Dňa 27. mája 2026 sa v Sabinove uskutočnila Celoslovenská prehliadka speváckych skupín Jednoty dôchodcov Slovenska – Spevy domova, ktorá sa stala sviatkom ľudovej piesne, tradícií a stretnutí seniorov z celého Slovenska.

Pre Mužský ľudový spevácky súbor Mojmír z Mojmíroviec bol tento deň výnimočnou udalosťou. Ako reprezentant Krajskej organizácie JDS Nitra sa pod vedením Ing. Pavla Palka a umeleckého vedúceho, skvelého harmonikára Bc. Rudolfa Arpáša, predstavil programom zloženým z ľudových piesní. V podaní mužských hlasov zazneli piesne Ponitrie, Na Kráľovej holi a Sokoly, ktoré svojou silou a emotívnosťou oslovili nejedného poslucháča.



Na prehliadke sa predstavili najlepšie seniorské spevácke kolektívy z jednotlivých krajov Slo-

venska. Krajskú organizáciu JDS Košice reprezentovala spevácka skupina Maratónci, za Krajskú

organizáciu JDS Žilina vystúpil súbor Petrovičan, Krajskú organizáciu JDS Banská Bystrica reprezentovala spevácka skupina Hrušov a za Krajskú organizáciu JDS Prešov sa predstavili súbory Javorina a Jablonka. Prijemným spiestrením programu bolo po-

čas prestávky vystúpenie country skupiny Mája z Bardejova.

Na záver podujatia sa uskutočnilo slávnostné vyhodnotenie prehliadky. Predsedníčka Krajskej organizácie JDS Prešov Eva Arvayová, predseda Jednoty dôchodcov Slovenska Michal Kotian

a primátor mesta Sabinov Milan Repaský odovzdali všetkým účinkujúcim pamätné darčeky a ocenili ich prínos k uchovávaniu ľudových tradícií. Zhodne pritom konštatovali, že víťazmi sú všetci účinkujúci, ktorí svojím umením, nadšením a láskou k ľudovej piesni obohatili toto krásne podujatie.

Členovia speváckej skupiny Mojmir využili cestu na východné Slovensko aj na poznávanie regiónu. Spolu so svojimi rodinnými príslušníkmi si prezreli Sabinov, navštívili expozíciu pripomínajúcu slávny oscarový film Obchod na korze a na spiatocnej ceste sa zastavili aj vo Važeckej jaskyni. Domov sa vracali unavení, ale plní krásnych zážitkov a dojmov s presvedčením, že prežili naozaj vydatený deň.

text a foto: Marta Nováková



Tradičné kosenie trávy spojilo seniorov v Ladiciach

V krásnom prostredí Nitrianskych viníc v obci Ladice sa uskutočnila okresná súťaž v tradičnom kosení trávy ručnou kosou, ktorú zorganizovala Okresná organizácia Jednoty dôchodcov Slovenska Zlaté Moravce v spolupráci so Základnou organizáciou JDS Ladice. Podujatie sa nieslo v duchu zachovávania tradícií, priateľského súperenia a dobrej nálady.

Do súťaže sa zapojilo osem družstiev seniorov z okresu Zla-



té Moravce – Jedľové Kostolány, Ladice, Zlaté Moravce, Kostolány pod Tribečom, Tesárske Mlyňany, Velčice, Malé Vozokany a Veľké Vozokany. Súťažiaci si zmerali sily v kosení pripravených políčok s rozlohou 25 m². Hodnotila sa nielen rýchlosť pokosenia, ale aj kvalita vykonanej práce.

Súťaž sa konala za krásneho slnečného počasia a organizáto-

ri pripravili výborné podmienky pre všetkých účastníkov aj povzbudzujúcich členov jednotlivých organizácií. Každý súťažiaci používal vlastnú kosu a družstvá nastupovali postupne s dôrazom na bezpečnosť.

Vítazstvo si odnieslo družstvo ZO JDS Veľké Vozokany, na druhom mieste sa umiestnilo družstvo ZO JDS Jedľové Kostolany a tretie miesto patrilo družstvu ZO JDS Kostolany pod Tribečom. K výborným výkonom prispela

aj podpora divákov a členov jednotlivých organizácií JDS, ktorí svojich reprezentantov povzbuzovali počas celej súťaže.

Podujatie opäť ukázalo, že tradičné zručnosti a remeslá majú aj dnes svoje miesto a dokážu spájať generácie. Ručné kosenie trávy nie je len spomienkou na život našich predkov, ale aj spôsobom aktívneho pohybu, oddychu a budovania komunity.

Kosenie kosou prináša viacero výhod – je tiché, ekologické, finančné

ne nenáročné a zároveň prospieva fyzickej kondícii. Správna technika kosenia posilňuje celé telo a kvalitná kosa môže slúžiť dlhé roky bez vysokých nákladov na údržbu.

Podakovanie patrí organizátorom zo ZO JDS Ladice, vedeniu Okresnej organizácie JDS Zlaté Moravce, rozhodcom aj všetkým účastníkom, ktorí svojou účasťou prispeli k zachovávaní krásnych ľudových tradícií.

text a foto: Marta Eckhardtová

SENIORI SENIOROM cez región: Druhý ročník podujatia spojil generácie aj regióny

„Zdá sa, že život nikdy nie je taký, aký ho chceme, ale žijeme ho najlepšie, ako vieme. Neexistuje dokonalý život, ale môžeme ho naplniť dokonalými chvíľami.“

Aj týmito slovami sa niesol 2. ročník kultúrneho podujatia SENIORI SENIOROM cez región, ktorý sa uskutočnil 3. júna 2026 a opäť potvrdil, že spoločné zážitky, umenie a priateľstvo dokážu spájať ľudí bez ohľadu na vek či región.

Hlavným organizátorom podujatia bola tanečná skupina SRDCE z Levíc pod vedením Hedvigy Nagyovej, ktorá od januára 2025 rozvíja tanečné cítenie seniorov vo veku 60+ prostredníctvom pravidelných tréningov, vystúpení, návštev zariadení sociálnych



služieb a organizovaním tanečno-pohybových podujatí. Pod záštitou mesta Levice a Základnej

organizácie Jednoty dôchodcov Slovenska č. 2 Levice prinášajú seniorom radosť z pohybu a zároveň vytvárajú priestor na stretávanie a budovanie nových priateľstiev.

Tanečná skupina SRDCE vznikla priamou inšpiráciou od žiar-ských seniorov. Tanečná skupina Seniori optimisti zo Žiaru nad Hronom pod vedením Stelly Víťazkovej pôsobí už od roku 2003 a riadi sa mottom: „Tanec je zážračný liek, ktorý lieči telo i dušu.“ K hosťom podujatia patrila aj skupina Seniortanec Pre zdravie a radosť – EMA z Komárna pod vedením Markéty Vojtovej, ktorá vznikla v roku 2024 a združuje





tanečnice z obcí Moča, Kravany nad Dunajom a Búč.

Tradičnou ozdobou podujatia bola Folklórna skupina Krivín z Rybníka pod vedením Gitky Fialovej a umeleckého vedúceho Miloša Kováča. Súbor, založený v roku 1993, nesie meno podľa jedného z vrchov lemujúcich obec Rybník. Mimoriadnu pozornosť vzbudili aj tradičné čilejkárske kroje, ktoré boli 15. januára 2025 zapísané do Reprezentačného zoznamu nehmotného kultúrneho dedičstva Slovenska.

Bohatý program doplnili vystúpenia viacerých umelcov a kolektívov. Publikum zaujali ľubozvučné piesne Rii Mészárošovej, folklórne vystúpenie Detského ľudového krúžku Krôčik pri

Materskej škole Okružná v Leviciach, prezentácia Centra voľného času v Leviciach, tanečné choreografie TŠK Junilev Levice pod vedením Lenky Kluchovej, piesne spievajúcej spisovateľky Vierky Stolárikovej z Hliníka nad Hronom, ako aj vystúpenie Jožka Halamu s fujarou, heligónkou a spevom.

Svojím programom zaujala aj spevácka skupina Seniori optimisti zo Žiaru nad Hronom, ktorá prostredníctvom piesní ospevuje krásu Slovenska, úctu k predkom a spolupatričnosť ľudí. Nechýbal ani spevácky súbor Nádej pri Dennom centre č. 2 v Leviciach, ktorý svojím repertoárom pripomenul, že staroba môže byť naplnená radosťou a aktív-

ným životom. Program obohatili aj recitátorky Marika Cibulová z Denného centra č. 4 a Marika Máčayová s Gizkou Lészkoovou z Denného centra č. 2.

Druhý ročník podujatia SENIORI SENIORM cez región spojil deti a seniorov, hudobníkov a recitátorov, tanečníkov a spevákov. Zároveň posilnil medzigeneračné vzťahy i regionálnu spoluprácu medzi Tekovom a Podunajskom. Z ľudí, ktorí sa donedávna nepoznali, sa stávajú priatelia a spoluúčinkujúci, ktorých spája radosť zo života a spoločných zážitkov.

Podujatie nebolo len o tanci, speve a hudbe. Bolo predovšetkým o ľuďoch, ktorí sa dokážu navzájom podporovať, tešiť sa zo spoločných chvíľ a vytvárať spomienky, ktoré sa nedajú opísať slovami, ale iba precítiť.

Celým podujatím s eleganciou a profesionalitou sprevádzala Mgr. Ria Mészárošová. Na záver si všetci účinkujúci a hostia spoločne zaspievali piesne Od Tekova vietor veje a Na Kráľovej holi.

Organizátori zároveň poďakovali mestu Levice za finančnú podporu podujatia z dotačného systému mesta na rok 2026, ktorá prispela k realizácii podujatia a k šíreniu dobrého mena mesta Levice aj za hranicami regiónu.

text a foto: Jaroslav a Iveta Pribičkovci

To vajíčko maľované, kvietočkami cifrované

Veľká noc je nielen najdôležitejším kresťanským sviatkom, ale aj oslavou jari a nového života. K týmto sviatkom sa viažu rôzne ľudové zvyky i tradície. Jednou z nich je zdobenie vajíčok.

Preto sa výbor JDS rozhodol opäť zorganizovať podujatie, na ktorom sa stretnú dve generácie a spoločne budú zdobiť vajíčka rôznymi technikami.

A tak sa 23.3.2026 dôchodcovia a žiaci I., III. a IV. ročníka ZŠ spolu s pani učiteľkami stretli v CVČ a pod vedením pani Ostrihoňovej a pani Turbekovej sa pustili do zdobenia voskom a vrтанím. Za chvíľu sa pod rukami detí i dôchodcov menili obyčajné vajíčka na krásne veľkonočné kraslice.

Na akciu sa prišiel pozrieť aj pán Marián Bača, ktorý ukázal





prítomným vajíčka, ktoré sám zdobil rôznymi technikami.

Dve hodiny v dobrej atmosfére prítomným prešli veľmi rýchlo a všetci spokojní si domov odnášali svoje výrobky. Nikomu nevadilo, že to neboli dokonalé výtvo-ry, ale všetkých hrialo pri srdci, že nielen užitočne strávili čas so star-šou generáciou, ale že maľované vajíčka budú súčasťou dekorácie počas najkrajších sviatkov jari.

text: Mgr. Zdena Jamnická,
foto: Mgr. Iveta Ciglanová

Športový máj seniorov

Pohyb má v živote človeka bez ohľadu na vek veľmi významné miesto. Seniori to dokazujú svojimi aktivitami a výkonmi aj v každodennom živote. Vďaka finančnej podpore mesta Považská Bystrica a spoločnosti TIPOS prežili členovia Okresnej organizácie Jednoty dôchodcov Slovenska v Považskej Bystrici máj plný športových podujatí.

Tradičný športovo-turistický mesiac otvorili Pochodom slobody. Myšlienka organizovať toto podujatie vznikla pred niekoľkými rokmi a postupne sa stala jednou z tradičných aktivít okresnej organizácie. Seniori si každoročne uctievajú pamiatku padlých hrdinov položením kvetov k pomníkom a pamätníkom v okrese. Symbolicky tak vzdávajú hold tým, ktorí sa slobody



nedožili, no svojím hrdinstvom prispeli k tomu, aby sme dnes mohli žiť v mieri.

Tohtoročný pochod 7. mája smeroval do obce Brvnište. Seniori zo ZO JDS Brvnište pod vedením predsedníčky Márie Turičíkovej pripravili výborne zorganizované podujatie a spolu s milým prijatím zo strany starostky obce Ing. Dagmar Miku-

díkovej vytvorili pre účastníkov príjemnú a srdečnú atmosféru.

Veľkému záujmu sa tešila aj obľúbená súťaž v bowlingu, ktorá sa konala v OC IDEA v Žiline. Zúčastnilo sa jej viac ako 50 seniorov z okresu. Najúspešnejšími súťažiacimi sa stali Marta Jakubíková zo ZO JDS 01 a Vladimír Kardoš zo ZO JDS 04.

O dva dni neskôr reprezentovali okres Považská Bystrica





na krajskom turnaji v petangu v Ostraticiach družstvo mužov zo ZO JDS 04 a družstvo žien z Papradna.

Vyvrcholením športového mesiaca boli tradičné Okresné športové hry seniorov, ktoré sa 27. mája 2026 uskutočnili v športovom areáli

3. základnej školy v Považskej Bystrici. Organizátori poďakovali vedeniu školy za vytvorenie výborných podmienok na ich uskutočnenie.

Do športových hier sa zapojilo 96 seniorov a senioriek, ktorí si zmerali sily v šiestich disciplínach. V celkovom hodnotení družstiev zvíťazila ZO JDS 04 Považská Bystrica, druhé miesto obsadila Dolná Mariková a tretie miesto patrilo seniorom z Papradna.

Okresné športové hry slávnostne otvoril primátor mesta Karol Janas. O dôstojný priebeh podujatia sa postarali mažoretky z Centra voľného času, PX centrum, poslanec Prokop, rozhodcovia i celý organizačný štáb, ktorým patrí úprimné poďakovanie.

text a foto: Mgr. Milena Lengyelová, predsedníčka OO JDS Považská Bystrica

VI. okresná športová olympiáda seniorov v Prievidzi

Šport nie je doménou len mladých, ale aj tých skôr narodených. Seniori majú chuť súťažiť, zostať zdraví a tešiť sa z pohybu. Už nejde len o medaily a výsledky, ale predovšetkým o radosť z aktívne stráveného času a pocit, že aj vo vyššom veku dokážu zvládnuť športové výzvy. Športovisko je zároveň miestom stretnutí a upevňovania priateľstiev medzi členmi jednotlivých základných organizácií JDS, ktorých je v okrese Prievidza až 28.

VI. ročník Okresnej športovej olympiády seniorov zorganizovalo Predsedníctvo Okresnej organizácie JDS Prievidza v spolupráci s Centrom voľného času 13. mája 2026. Oproti minulému roku bola účasť ešte vyššia. Z 28 základných organizácií sa olympiády zúčastnilo 18 organizácií so 97 súťažiacimi – 49 ženami a 48 mužmi.

Športovú olympiádu slávnostne otvorili viceprimátor mesta Prievidza MVDr. Norbert Turanovič, predseda OO JDS Prievidza Ing. Anton Špetko a riaditeľ Centra voľného času PhDr. Dárius Štrba.

Atmosféra na športoviskách bola počas celého dňa výborná. Mnohí účastníci sa stretli už na predchádzajúcich ročníkoch,

pribudli však aj noví športovci, čo organizátorov veľmi potešilo. Súťažilo sa v piatich disciplínach v kategóriách žien i mužov. Medaily a diplomy získali vždy prví traja v každej disciplíne. Poháre a diplomy boli odovzdané aj trom najúspešnejším základným organizáciám podľa bodového hodnotenia a ocenení boli



tiež najstaršia účastníčka a najstarší účastník olympiády.

Vítazom srdečne blahozeláme, no uznanie patrí všetkým seniorom, ktorí sa rozhodli aktívne zapojiť do športových súťaží. Každý z nich si zaslúži veľký potlesk za bojovnosť, optimizmus a odhodlanie podať čo najlepší výkon. Najväčším víťazstvom však bola radosť z pohybu, vzájomná podpora a priateľská atmosféra. Gratulujeme aj tým, ktorí si svojimi výkonmi vybojovali postup do krajského kola.

Podakovanie patrí všetkým, ktorí sa podieľali na organizácii



podujatia – Krajskej organizácii JDS za finančný príspevok z prostriedkov spoločnosti TI-POS, mestu Prievidza za podporu, Centru voľného času za poskytnutie priestorov i aktívnu spoluprácu vrátane úvodného programu s mažoretkami a spevom riaditeľa centra. Vďaka patrí aj všetkým rozhodcom.

Osobitné podakovanie si zaslúži spevák, moderátor a zabávač Peter Pavlík, ktorý počas

čakaní na vyhodnotenie spríjemnil účastníkom čas spevom a hudbou a roztancoval celé športovisko.

Na záver patrí veľká vďaka všetkým členom Predsedníctva OO JDS Prievidza a členkám ZO JDS Sever, ktorí zvládli organizáciu tohto veľkého športového podujatia na výbornú.

text a foto: Ing. Eva Špetková
Bucáková



Krajský turnaj v petangu spojil seniorov v Ostraticiach

V historickom parku kaštieľa zo 16. storočia v Ostraticiach sa 22. mája 2026 uskutočnil 1. ročník Krajského turnaja seniorov v petangu Trenčianskeho samosprávneho kraja. Prijemné prostredie pod viac ako 200-ročnými stromami vytvorilo ideálne podmienky na športové stretnutie seniorov z celého kraja.

Podujatie zorganizovala Krajská organizácia Jednoty dôchodcov Slovenska Trenčín. Ambasadorkou turnaja bola predsedníčka KO JDS Trenčín Ing. Eva Čížová. Finančne podujatie podporila spoločnosť TI-POS, a. s., v rámci podpory športových aktivít seniorov.

Na turnaji sa zúčastnili aj viacerí hostia, medzi nimi podpredseda ústredia JDS Ing. Ján Skyba, starosta obce Ostratice Stanislav Margolien, tajomníčka KO JDS Trenčín Ing. Anna Blašková,



predsedovia okresných organizácií JDS Mgr. Peter Gašparík (Partizánske), Elena Gelnárová (Púchov), Darina Pagáčová (Nové Mesto nad Váhom), podpredsedníčka OO JDS Partizánske Anna Martineková a predsedníčka ZO JDS Ostratice Mária Magdolenová.

Pri organizácii turnaja organizátori využili skúsenosti z Ligy petangu JDS okresu Partizánske, ktorá sa úspešne hrá už štvrtý rok. Na prvom krajskom

turnaji štartovali družstvá z okresov Nové Mesto nad Váhom, Ilava, Považská Bystrica, Púchov, Myjava, Trenčín a Partizánske. Súťaž doplnilo domáce družstvo z Ostratic a družstvo hráčov z okresu Partizánske.

Turnaja sa zúčastnilo celkovo 16 družstiev, ktoré boli rozdelené do štyroch skupín. Hralo sa švajčiarskym systémom na čas 12 minút alebo do dosiahnutia siedmich bodov. Víťazi skupín bojovali o prvenstvo, družstvá z druhých



miest hrali o tretie miesto. Športovú časť riadil zastupujúci predseda športového výboru okresu Partizánske Jozef Kollár.

Počas celého dňa panovala výborná športová atmosféra. Súťažiaci bojovali o každú presne umiestnenú guľu pri košonku, no nechýbala ani vzájomná podpora a priateľské rozhovory. Turnaj opäť ukázal, že petang

je šport vhodný aj pre seniorov – rozvíja fyzickú kondíciu, presnosť, taktické myslenie i spoločenské kontakty. Priemerný vek účastníkov sa pohyboval tesne pod hranicou 75 rokov.

V kategórii žien zvíťazilo družstvo Partizánske v zložení Surovičová, Kačkovičová a Janusová. Druhé miesto obsadili Ostratice (Gregorová, Magdolenová, Beňáčková) a tretie miesto patrilo družstvu Myjava (Čomajová, Maláriková, Drahošová).

V súťaži mužov zvíťazilo družstvo Partizánske v zložení Kollár, Muran a Dávid. Druhé miesto získalo družstvo Ilava 2 (Kobza, Kopačka, Noska) a tretie miesto obsadilo Nové Mesto nad Váhom (Plšek, Švorka, Verecký).

Za najlepších hráčov turnaja boli vyhlásení Eva Gregorová a Vladimír Muran.

Podakovanie patrí rozhodcom, časomeračom, organizátorom, dobrovoľníkom, speváckam, ktoré podujatie obohatili ostratickou petangovou hymnou, seniorkám zabezpečujúcim občerstvenie, ako aj všetkým, ktorí sa podieľali na príprave areálu a hladkom priebehu turnaja.

Osobitné podakovanie patrí predsedníčke KO JDS Trenčín Ing. Eve Čížovej za organizáciu podujatia a starostovi obce Ostratice Stanislavovi Margolienovi za podporu turnaja, poskytnutie priestorov historického parku i pomoc pri jeho príprave.

Prvý ročník krajského turnaja potvrdil, že petang si medzi seniormi získava čoraz väčšiu obľubu. Organizátori sa už dnes tešia na ďalšie spoločné stretnutie pri tomto obľúbenom športe.

text a foto: Eva Čížová

Snem KO JDS Žilina



Informácie a fotografie z rokovania Krajského snemu JDS Žilina

28. mája 2026 sa zišlo v Turčianskej obci Malý Čepčín 45 delegátov KO JDS Žilina na svojom sneme, aby bilancovali činnosť za uplynulé obdobie od snemu v roku 2022.

V správe predsedu krajskej organizácie Michala Kotiana zaznelo konštatovanie, že organizácia za dané obdobie vyrástla kvalitatívne i kvantitatívne. V každom okrese pracuje OO JDS a v roku 2025 dosiahol počet členov číslo 16 167, kým v roku 2022 mala krajská organizácia len 13 825 členov.

ZO, OO i KO organizovali športové, kultúrne, spoločenské, vzdelávacie a mnohé ďalšie rôznorodé akcie, ale zúčastňovali sa aj na celoslovenských aktivitách organizovaných pod hlavičkou Ústredia JDS.

Hostom snemu bol primátor mesta Turčianskych Teplíc Ing. Igor Hus, ktorý pozdravil rokovanie snemu a spolu s predsedom KO JDS odovzdal ocenenia dlho-

ročným a aktívnym členom krajskej organizácie.

Staronovým predsedom KO JDS je opäť Michal Kotian, ktorého delegáti odporučili aj na voľbu za predsedu JDS. Snem zvolil dvoch podpredsedov Františka Jedináka a Milana Debnára. Za predsedníčku KRK bola zvolená Ľudmila Mokošáková a novou tajomníčkou bude Milena Smitková.



Podakovanie za prípravu príjemného prostredia, občerstvenia i chutného obeda patrí OO JDS Turčianske Teplice a konkrétne predsedníčke Elene Schererovej s jej kolektívom.

text: F. Jedinák, autorom fotografií je Ing. Štefan Stieranka



V Základnej organizácii JDS Žilina si pripomenuli 35 rokov od svojho založenia

„Tridsaťpäť rokov – málo a či veľa? Podľa toho, ako sa kto na ne pozerá. Na život človeka je to málo. No udialo sa niečo, čo za tie roky stálo. Sudičky zapriali, šťastím pokrstili a jedno obrovské srdce vytvorili.“

Týmto slovami svojej básne pani Anka Šutáková otvorila slávnostnú časť členskej schôdze venovanú 35. výročiu založenia Základnej organizácie Jednoty dôchodcov Slovenska v Žiline.

Dňa 4. júna 2026 sa členovia ZO JDS Žilina stretli pri príležitosti významného jubilea svojej organizácie. Veľká sála Mestského úradu v Žiline bola zaplnená členmi, bývalými funkcionármi i hosťami. O príjemnú atmosféru sa postarali pedagógovia a žiaci ZUŠ L. Árvaya v Žiline, ktorí pripravili pekný kultúrny program.

Na slávnosti sa zúčastnili aj bývalí funkcionári organizácie, ktorí si pri premietaní archívnych fotografií zaspomínali na svoje pôsobenie vo výbore a na spoločné podujatia. Všetci bývalí i súčasní funkcionári dostali pri tejto príležitosti kytičku kvetov a malý darček ako podakovanie za ich prácu.

Medzi hosťami nechýbali primátor mesta Žilina Mgr. Peter



Fiabáne, poslanec Žilinského samosprávneho kraja a mesta Žilina JUDr. Jozef Augustín, PhD., a predseda Okresnej organizácie JDS Žilina Ing. Milan Debnár. Poslanec Mgr. Branislav Delinčák zaslal pozdravný list, keďže sa z pracovných dôvodov nemohol osobne zúčastniť. Všetkým hosťom patrí podakovanie za ich priazeň, spoluprácu

a podporu, ktorú organizácii dlhodobo prejavujú.

Členovia ZO JDS Žilina si pripomenuli 35 rokov spoločných stretnutí, priateľstiev, spomienok, ale aj obrovskej práce, ktorá často zostáva nenápadná, no o to cennejšia. Je to obdobie naplnené obetavosťou, láskou a predovšetkým ľuďmi.

Základná organizácia JDS Žilina vznikla 1. júna 1991 pri Klube dôchodcov na Sedláčkovom sade v Žiline. V čase svojho vzniku mala 170 členov, pričom k 31. decembru 2025 dosiahla členská základňa počet 1 394 členov. Prvým predsedom organizácie bol Jozef Hikker. Po jeho odchode po dvoch rokoch prevzal vedenie Albín Pranda. Od 4. februára 1998 stála na čele organizácie Margita Muščíková a od





29. marca 2012 vedie organizáciu Alžbeta Vítová.

Počas existencie organizácie sa vo funkciách členov výboru a revíznej komisie vystriedalo spolu 68 funkcionárov, ktorí venovali svoj čas, energiu a srdce tomu, aby organizácia fungovala, rozvíjala sa a rástla. Bez ich odhodlania a práce by dnes ne-

bolo možné oslavovať toto krásne jubileum. Poďakovanie patrí aj všetkým, ktorí v tejto práci pokračujú a rozvíjajú organizáciu pre ďalšie generácie seniorov.

Počas uplynulých rokov sa vytvoril priestor, kde seniori našli nielen pestrý program a záujmové aktivity, ale predovšetkým porozumenie, podporu a pocit spolupatričnosti.

Každý člen svojou prítomnosťou a aktivitou prispieva k jedinečnej atmosfére tejto organizácie.

Poďakovanie patrí aj všetkým spolupracujúcim organizáciám a sympatizantom za dlhoročnú spoluprácu. Mnohokrát, keď organizácia hľadala pomocnú ruku, našla otvorené srdce. Práve dôvera a podpora partnerov vytvorili pevné základy, na ktorých môže organizácia stavať svoju budúcnosť.

Tridsaťpäť rokov je dôvodom na hrdosť, ale zároveň aj záväzkom do budúcnosti. Prajme si, aby Základná organizácia JDS Žilina aj naďalej spájala ľudí, prinášala radosť zo stretnutí, podporovala aktívny život seniorov a zostala miestom, kam sa každý rád vracia. Nech nás aj v ďalších rokoch sprevádzajú predovšetkým zdravie, optimizmus, dobrá nálada a vzájomná úcta.



text a foto: Alžbeta Vítová,
predsedníčka ZO JDS Žilina

Hodnotiaca členská schôdza príbovských seniorov

Hodnotiaca členská schôdza Základnej organizácie Jednoty dôchodcov na Slovensku v Príbovciach sa uskutočnila 10. februára 2026 v priestoroch Obecného domu.

V úvode predseda Jozef Zajasenský privítal hostí – Jána Cincíka za okresnú organizáciu JDS v Martine, starostku obce Príbovce Viktoriu Flakovú, Gabrielu Matejčikovú za OZ Nádej človeka a Ľubomíra Žilu za OZ Zažnime svetlo. Po úvodných

slovách predsedu sprijemnil atmosféru spevácky súbor Príbovčan, ktorý prítomným zaspieval dve piesne. Viacerí pozvaní hostia a sponzori sa zo stretnutia ospravedlnili.

Členovia prerokovali všetky body programu. Zo správy o činnosti za roky 2022 – 2025 vyplynulo, že organizácia si udržala stabilitu a zaznamenala rast členskej základne z 58 na 68 členov. Hodnoteného obdobia bolo charakteristické bohatou aktivitou seniorov

v kultúrnej, spoločenskej, športovej aj turistickej oblasti.

Seniori sa pravidelne zapájali do kultúrneho diania, navštevovali divadelné predstavenia, výstavy či múzeá a zúčastňovali sa poznávacích zájazdov. Významným momentom bolo založenie speváckeho súboru Príbovčan, ktorý úspešne reprezentuje obec na regionálnych podujatiach.

Správa poukázala aj na verejnoprospešné aktivity, najmä starostlivosť o miestny cintorín

a zapájanie sa do podujatí organizovaných obcou. Významnú časť činnosti tvorili športové aktivity, kde príbovskí seniori dosahovali viaceré hodnotné umiestnenia.

Schôdza schválila plán činnosti a rozpočet na rok 2026, ako aj voľbu nového výboru a revíznej komisie. Prijaté uznesenie ukladá pokračovať v aktívnej činnosti, zabezpečiť výber členských príspevkov a venovať pozornosť získavaniu nových členov. Uznesenie bolo schválené jednodhlasne.

„Prajem Vám všetkým veľa pevného zdravia v novom roku 2026,“ uviedol na záver predseda organizácie.

Po oficiálnej časti nechýbalo pohostenie a hudobno-zábavný



program, o ktorý sa postaral Štefan Hruštinec z Kolárovic.

| text a foto: Ľubomír Žila

Seniori z Príboviec spoznávali Gabčíkovo aj krásy Dunaja

Členovia Základnej organizácie Jednoty dôchodcov Slovenska v Príbovciach absolvovali vo štvrtok 21. mája 2026 poznávací zájazd do Gabčíkova a Šamorína. Výlet spojil technické zaujímavosti, oddych aj spoločné stretnutie v príjemnej atmosfére.

Hlavným bodom programu bola návšteva Vodného diela Gabčíkovo, kde si účastníci prezreli priestory elektrárne a oboznámili sa s fungovaním výroby elektrickej energie. Na úvod prehliadky si pozreli dokument o histórii a výstavbe vodného diela, následne absolvovali približne dvojhodinovú exkurziu priamo v areáli. Seniori mali možnosť na vlastné oči vidieť turbíny aj celý proces výroby elektriny.

Po technickej časti nasledovala plavba loďou po Dunaji, ktorá trvala približne hodinu. Účastníci si počas nej oddýchlili, posedeli pri káve či občerstvení a užili si príjemnú atmosféru na rieke. Po plavbe ich čakal obed v závodnej kuchyni Vodného diela Gabčíkovo.



Výlet pokračoval návštevou Šamorína, kde si seniori prezreli miestne trhy, posedeli pri káve, zmrzline či občerstvení a mnohí si domov odniesli aj drobné nákupy.

Vo večerných hodinách sa účastníci šťastne vrátili späť do Príboviec. Predseda Základnej organizácie Jednoty dôchodcov Slovenska v Príbovciach Jozef Zajasenský ocenil najmä odhodlanie a dobrú kondíciu seniorov, keďže prehliadka Vodného diela Gabčíkovo patrila medzi fyzicky náročnejšie časti programu. Zároveň vyjadril spokojnosť s prie-

behom celého zájazdu a poďakoval všetkým účastníkom za príjemnú atmosféru počas celého dňa.

Podujatie bolo nielen príležitosťou spoznať zaujímavé miesta Slovenska, ale aj stretnúť sa, porozprávať a stráviť deň v dobrej spoločnosti. Podobné aktivity patria medzi obľúbené podujatia príbovských seniorov a prispievajú k aktívnemu spoločenskému životu členov organizácie.

| Ľubomír Žila
Foto: ZOJDS Príbovce

Regionálna prehliadka speváckych skupín seniorov v Poltári

Dňa 16. apríla 2026 sa Poltár niesol v duchu hudby, radosti a spolupatričnosti. Regionálna prehliadka speváckych skupín seniorov, ktorú zorganizovala Okresná organizácia Jednoty dôchodcov Slovenska v Poltári v spolupráci s mestom Poltár pod vedením primátora Petra Sitora, opäť potvrdila, že vek je len číslo a láska k spevu nepozná hranice.



Do prehliadky sa zapojili viaceré spevácke kolektívy z nášho regiónu, ktoré svojimi vystúpeniami priniesli pestrú paletu ľudových piesní, ale aj známych a obľúbených melódii. Každá skupina predviedla nielen svoje spevácke umenie, ale aj úprimnú radosť zo stretnutia a spoločného muzicovania. Atmosféra v sále bola srdečná a povzbudzujúca, pričom diváci odmeňovali účinkujúcich potleskom a úsmevmi.

Podujatie nebolo o súťažení, ale predovšetkým o stretnutí priateľov, výmene skúseností a upevňovaní vzťahov medzi seniormi. Takéto aktivity majú nezastupiteľné miesto v živo-

te staršej generácie – podporujú aktívne starnutie, duševnú pohodu a posilňujú pocit spolupatričnosti.

Organizátorom patrí úprimné poďakovanie za prípravu podujatia a vytvorenie príjemného prostredia pre všetkých zúčastnených. Veríme, že podobné stretnutia budú pokračovať aj v budúcnosti a prinesú ešte mnoho krásnych umeleckých i ľudských zážitkov.

Regionálna prehliadka v Poltári opäť ukázala, že spev spája ľudí bez ohľadu na vek – a práve v tom spočíva jeho najväčšia sila.

text a foto: Mária Gavalcová, predsedníčka OO JDS Poltár

Seniori okresu Bardejov sú pripravení svoje úspešné aktivity rozvíjať ďalej

Z rokovania VIII. okresného snemu JDS v Bardejove

Aktívni seniori okresu Bardejov svoje úspešné aktivity zhodnotili na VIII. okresnom sneme Jednoty dôchodcov Slovenska (JDS), ktorý sa konal 23. apríla 2026 v priestoroch Základnej umeleckej školy Michala Vileca v Bardejove. Za volebné obdobie rokov 2022 – 2025 mali seniori okresu veru čo hodnotiť. Napriek tomu, že v začiatkoch tohto obdobia nás postihlo aj obdobie covidu,

ktoré najviac zasiahlo našich seniorov a ich činnosť, v polovici roku 2023 sa táto činnosť začala intenzívnejšie rozvíjať.

Na rokovanie prijali pozvanie aj hostia, a to Eva Arvayová, predsedníčka KO JDS v Prešove, poslanci VÚC Pavol Celuch, Marek Hudák a Juraj Bochňa, ďalej Štefan Háj, vedúci kancelárie primátora mesta, Ľuboš Mikula, vedúci oddelenia sociálnych vecí

MsÚ, Anna Göblová, riaditeľka Centra sociálnych služieb v Bardejove, a Iveta Michalková, riaditeľka Okresnej knižnice Dávida Gutgesela. Pozvanie prijali aj seniori z poľského mesta Gorlice, s ktorými OO JDS udržiava dlhoročné partnerské vzťahy.

Tak, ako na mnohých seniorských podujatiach, tak aj na tomto sneme nechýbal kultúrny program. V úvode vystúpila Mária

ria Peláková, laureátka celoslovenskej prehliadky umeleckého slova, ďalej známa tanečná skupina Mája a napokon aj žiaci ZUŠ Michala Vileca.

Správu o činnosti Okresnej organizácie JDS predniesol jej predseda Juraj Philippi, ktorý v úvode zdôraznil, že išlo o obdobie náročné z hľadiska výziev, úloh a aktivít, ktoré mali rozvíjať potenciál k dôstojnému životu seniorov, členov JDS. Seniori si uvedomujú svoje pevné miesto v spoločnosti, ktorú budovali a rozvíjali v hospodárskej, verejnej, spoločenskej i duchovnej oblasti. Bolo zdôraznené, že seniori pozorne načúvajú a vnímajú celkové dianie v našej spoločnosti, lebo sú nositeľmi múdrosti, skúseností a hodnôt, ktoré majú aj dnes nezastupiteľné miesto. Tieto hodnoty aktívne využívajú aj vo svojej činnosti.

Záujem seniorov okresu o činnosť v JDS je vysoký, čo dosvedčuje aj fakt, že k 31. 12. 2025 evidujeme 2 717 členov organizovaných v 49 základných organizáciách JDS. Týmito údajmi sa už dlhodobo zaradujeme medzi najpočetnejšie organizácie v rámci Krajskej organizácie JDS v Prešove, čo okrem iného potvrdila vo svojom vystúpení aj jej predsedníčka Eva Arvayová. Tento záujem je pochopiteľný, lebo celá organizačná činnosť OO JDS je systematická, pláno-



vitá, rôznorodá a vychádza zo záujmov seniorov. Vzhľadom na počet členov a základných organizácií vznikla myšlienka organizačne združiť ZO JDS do obvodov podľa regiónov a tam organizovať aktívnu činnosť. Snem skonštatoval, že táto myšlienka sa ukázala ako správna, čo prinieslo zvýšenú aktivitu v celkovej štruktúre činnosti seniorov.

Je mnoho oblastí, ktoré snem hodnotil pozitívne, avšak je potrebné zdôrazniť, že úspešne sa rozvíja zahraničná spolupráca so seniormi v Gorliciach (Poľská republika) a seniormi Krajskej organizácie seniorov v Olomouci (ČR), s ktorými sa organizujú spoločné akcie.

Úspešnosť celkovej činnosti v organizáciách je v mnohom závislá od spolupráce so štátnou správou a miestnou samosprá-

vou, najmä vo finančnej oblasti. Na to poukázala aj správa a vo svojich vystúpeniach to zdôraznili aj hostia – poslanci VÚC Pavol Celuch a Marek Hudák a zástupca mesta Bardejov Štefan Háj. Vysoko pozitívne bola hodnotená spolupráca so zariadeniami mesta a jeho Centrom sociálnych služieb a Seniorcentrom, kde seniori organizujú podujatia rôzneho druhu. Táto vzájomná spolupráca je už dlhodobo v okrese hodnotená veľmi pozitívne, najmä postoj týchto orgánov a funkcionárov k samotným seniorom.

K úspešným aktivitám výrazne napomáha aj spolupráca s kultúrnymi zariadeniami, najmä s Okresnou knižnicou Dávida Gutgesela, kde sa organizujú besedy, súťaže, ale aj vzdelávacie kurzy a ďalšie podujatia.



Tak, ako na mnohých podobných podujatiach, aj na tomto sneme bola príležitosť oceniť členov, ktorí sa zaslúžili o kvalitatívny rozvoj činnosti okresnej organizácie. Ďakovné listy týmto členom odovzdali Eva Arvayová, predsedníčka KO JDS, a Juraj Philippí, predseda OO JDS.

Snem pre ďalšie funkčné obdobie rokov 2026 až 2029 zvolil nové

orgány JDS s ďalšími organizačne schopnými a odhodlanými členmi, ktorí sú pripravení organizovať pre seniorov to, čo im prináša radosť, pohodu a krásne zážitky. Do funkcie predsedu OO JDS si delegáti opätovne zvolili Juraja Philippiho a schválili aj návrhy členov do vyšších orgánov JDS. Snem zároveň odporučil na krajskom sneme v Prešove

do funkcie predsedníčky KO JDS Evu Arvayovú.

Okresný snem vo svojich prijatých dokumentoch ukázal, že seniorská organizácia JDS v okrese Bardejov je organizačne schopná aj v ďalšom období tvorivo pristupovať ku každej akcii a podujatiu v prospech seniorov.

text a foto: Vasil' Hudák

Okresný snem OO JDS vo Vranove nad Topľou zvolil nové vedenie

Dňa 9. apríla 2026 sa uskutočnil Okresný snem Okresnej organizácie Jednoty dôchodcov Slovenska vo Vranove nad Topľou, na ktorom sa zúčastnili zástupcovia všetkých základných organizácií okresu. Na rokovaní nechýbali ani hostia z krajských orgánov JDS, primátor mesta, poslanci Prešovského samosprávneho kraja a mesta, ako aj vedúci predstavitelia Úradu práce, sociálnych vecí a rodiny, Sociálnej poisťovne a osvetových inštitúcií.

Slávnostnú atmosféru podujatia v úvode spríjemnilo vystúpenie mužskej speváckej skupiny z Banského. V rámci pracovnej časti snemu boli prednesené správy o činnosti, hospodárení a správa revíznej komisie za



uplynulé funkčné obdobie. Delegáti sa zároveň oboznámili s plánom práce okresnej organizácie na roky 2026 – 2029.

Hlavným bodom rokovania boli voľby nových orgánov okresnej organizácie. Delegáti volili predsedu OO JDS, podpredsedov, členov rady a predsedníctva okresnej organizácie, členov revíznej komisie, delegátov na krajský a republikový snem, ako aj členov krajskej rady a krajského predsedníctva za OO JDS Vranov nad Topľou. Voľby prebehli plynulo a novým predsedom Okresnej organizácie JDS vo Vranove nad Topľou sa stal Stanislav Duda.

V príhovore predsedníčky Krajskej organizácie JDS v Prešove Evy Arvayovej zazneli slová uznania a poďakovania za rozsiahlu a aktívnu činnosť vranovskej okresnej organizácie. Prítomných zároveň potešila in-



formácia, že organizácia s viac ako 2 000 členmi je druhou najväčšou okresnou organizáciou v rámci Prešovského kraja.

Okresný snem udelil titul čestnej predsedníčky OO JDS vo Vranove nad Topľou bývalej predsedníčke Márii Fečkovičovej za jej mimoriadne zásluhy o rozvoj

okresnej organizácie počas obdobia jej pôsobenia. Ocenení boli aj viacerí členovia za prácu v oblasti kultúry, športu, publikačnej činnosti a za aktívne zapájanie sa do činnosti okresnej organizácie.

Novozvolený predseda Stanislav Duda poďakoval bývalým členkám výboru za ich dlhoroč-

nú prácu a odovzdal im kytice ako prejav úcty a vďaky.

Po ukončení oficiálneho programu nasledovalo spoločné občerstvenie a neformálne stretnutie účastníkov snemu.

text a foto: Maria Fiasková (spracované na základe podkladov)

Severská chôdza spojila seniorov vo Svidníku

Podujatia „Seniorský šport – pre zdravie a vitalitu seniorov“ sa zúčastnil aj minister Rudolf Huliak.

Národné športové centrum spolu s Ministerstvom cestovného ruchu a športu SR a Slovenskou asociáciou Nordic Walking už niekoľko rokov organizujú podujatie „Seniorský šport – Nordic walking pre zdravie a vitalitu seniorov“. Do projektu sa zapojila aj Jednota dôchodcov na Slovensku.

Okres Svidník bol už 43. okresom, ktorý sa organizátori rozhodli navštíviť spolu s ministrom cestovného ruchu a športu SR Rudolfom Huliakom. V spolupráci s Okresnou organizáciou JDS Svidník sa podujatie uskutočnilo 20. apríla 2026 na futbalovom štadióne vo Svidníku.

Na podujatí sa stretlo 75 pohybu chtivých seniorov z celého okresu. Spoločnú rozcvičku a následnú chôdzu s paličkami pod odborným dohľadom skúsených inštruktoriek absolvovali okrem



iných aj minister Rudolf Huliak a prednostka Okresného úradu Svidník Jana Tchuriková. Po intenzívnom nácviku bolo pre účastníkov pripravené občerstvenie.

Každý z účastníkov bol z podujatia nadšený. Urobil niečo pre svoje zdravie, naučil sa správnu techniku severskej chôdzy a domov si okrem pozitívnej energie a nových priateľstiev odniesol aj nové paličky na podporu aktívneho životného štýlu.

Atmosféra bola výborná, plná pohybu, dobrej nálady a vzájomného povzbudzovania.

Podakovanie za toto vydarené podujatie patrí Národnému športovému centru, Ministerstvu cestovného ruchu a športu SR, Slovenskej asociácii Nordic Walking, ako aj všetkým, ktorí sa organizačne podieľali na jeho príprave a realizácii.

Nordic walking, teda severská chôdza, je ideálnou formou pohybovej aktivity – je dostupná, nenáročná a vhodná pre všetky vekové kategórie. Základná organizácia JDS Gíraltovce v spolupráci s Okresnou organizáciou JDS pripravuje ďalšie podujatie venované severskej chôdzi, ktoré sa uskutoční 5. mája 2026 o 13.00 hod. od Domu kultúry v Gíraltovciach. Záujemcovia sa môžu prihlásiť v seniorklube.

text a foto: Anton Berežňák, predseda OO JDS



Spišiaci spoznávali kysucké trojmedzie

Okresná organizácia Jednoty dôchodcov na Slovensku, laureát Ceny primátora mesta Spišská Nová Ves, sa rozhodla spoznať severozápad Slovenska. Kysuce ponúkli Zuzane Barillovej množstvo zaujímavých námetov na potulky krajom, a tak pripravila pestrý program, ktorý členom zo Spišských Vlách, Nálepky, Kolínov a Spišskej Novej Vsi umožnil v dňoch 21. – 25. apríla 2026 prežiť dni plné nových zážitkov. K príjemnej atmosfére prispelo aj slnečné počasie.

Počas prehliadky mesta Čadca sme sa okrem iného zastavili pri pamätníku pripomínajúcom významnú udalosť našich dejín, keď sa mesto stalo „hlavným mestom“. Dňa 4. decembra 1848 obsadili Čadcu dobrovoľníci a na miestnej fare sídlila Slovenská národná rada. Zdržovali sa tu Ľudovít Štúr, Jozef Miloslav Hurban a vojenský veliteľ povstania František Zach a Bloudek. Prezreli sme si aj kultúrny dom a oboznámili sa s programom 58. ročníka Palárikovej Rakovej, ktorý nás zaujal natoľko, že sme sa rozhodli ho v budúcnosti navštíviť.

Ďalší deň sme využili vlakové spojenie a vycestovali do Ostravy. So sprievodkyňou sme sa stretli pri Kaviarni Elektra a spoznávali mesto, ktoré nás očarilo svojou architektúrou, atmosférou i citlivými úpravami v prospech životného prostredia. Najväčší do-

jem na nás urobili ostravský orloj a vyhliadková veža Novej radnice. V diaľke sme mohli pozorovať aj územia, ktoré boli kedysi centrom ťažby uhlia a ťažkého priemyslu.

Vo štvrtok sme autobusom navštívili Staškov, kde sme si pripomenuli rodny dom Jozefa Kronera, a pokračovali sme do obce Korňa. Obdivovali sme jej prírodné a technické zaujímavosti – starý veterný mlyn, včelnicu, storočné lipy i Korniansky ropný prameň. Navštívili sme aj pútnické miesto Hora Živčákova s Chrámom Panny Márie, kde sme našli chvíle pokoja a duchovného stíšenia.

Nasledujúci deň sme sa vybrali do obce Čierne, kde sme obdivovali Most Valy na diaľnici D3, ktorý patrí medzi najvyššie diaľničné mosty v Európe. Naše turistické putovanie pokračovalo k známemu trojmedziu Slovenska, Česka a Poľska. Pri Gorilovom potoku sme si pripomenuli vznik trojhranice po rozdelení Československa k 1. januáru 1993 a osadenie žulových monolitov v roku 1995. Vo večerných hodinách sme navštívili predstavenie Dobrý ročník v podaní Divadla Jozefa Gregora Tajovského vo Zvolene.

Večery sme trávili spoločnými stretnutiami, rozhovormi a hodnotením zážitkov z jednotlivých dní. Viac ako 40 kilometrov, ktoré sme počas pobytu prešli, nás nevyčerпали, ale naopak, posilnili a obohatili o nové skúsenosti.

Posledné dopoludnie sme navštívili Oščadnicu. Prezreli sme si neoklasicistický kaštieľ s prilahlým lesoparkom, ktorý je od roku 1973 národnou kultúrnou pamiatkou. Jeho história je spojená s rodmi Esterházyovcov, Podhágyovcov a Ballestremovcov. Dnes v jeho priestoroch sídli Kysucká galéria, založená v roku 1981 z iniciatívy rodáka JUDr. Antona Blahu a skupiny dvanástich výtvarných umelcov – priateľov Kysúc. Okrem galerijných priestorov sme si prezreli aj rozsiahly lesopark s množstvom umeleckých diel rôznych autorov, technik a materiálov.

Slovensko je pre nás nevyčerpatelňou studnicou poznania, ktorá ponúka množstvo príležitostí na ďalšie cesty, objavy a krásne zážitky.

text a foto: Jolana Prochotská



PRÁVNÁ RUBRIKA: Najčastejšie právne chyby seniorov a ako sa im vyhnúť

V advokátskej praxi sa opakovane stretávame so situáciami, keď sa seniori dostávajú do právnych problémov nie preto, že by porušili zákon, ale preto, že podcenili právne dôsledky svojich rozhodnutí. Seniori sa v každodennom živote často stávajú účastníkmi právnych vzťahov, ktoré môžu mať významný dopad na ich ma-

jetkové pomery, bývanie či rodinné vzťahy. Mnohé problémy pritom vznikajú skôr z nedostatku informácií, nepozornosti alebo dôvery voči blízkym osobám než z úmyselného konania.

Nasledujúci prehľad poukazuje na najčastejšie právne pochybenia seniorov a prináša odporúčania, ako im predchádzať.

1. Podpisovanie dokumentov bez dôkladného oboznámenia sa s ich obsahom

V aplikačnej praxi sa možno stretnúť so situáciami, keď osoba podpíše zmluvu alebo iný právny dokument bez toho, aby si jeho obsah dôkladne prečítala a porozumela právam a povinnostiam, ktoré z neho vyplývajú. Následne

býva prekvapená rozsahom svojich záväzkov alebo obmedzení.

Podľa § 43 a nasl. zákona č. 40/1964 Zb. Občiansky zákoník v znení neskorších predpisov (ďalej len „Občiansky zákoník“) vzniká zmluva na základe prejavu vôle jej účastníkov. Podpis dokumentu spravidla predstavuje potvrdenie, že sa osoba s jeho obsahom oboznámila a súhlasí s ním. Samotné tvrdenie, že si zmluvu pred podpisom neprečítala, spravidla nezakladá dôvod na zbavenie sa jej právnych následkov.

Odporúčanie: Nepodpisujte dokumenty pod časovým alebo psychickým tlakom. Ak niekto rému ustanoveniu nerozumiete, požiadajte o jeho vysvetlenie alebo si nechajte dokument posúdiť advokátom.

2. Poskytovanie finančných prostriedkov bez písomnej zmluvy

Nie sú výnimočné prípady, keď seniori poskytujú finančné prostriedky svojim deťom, vnukom alebo iným blízkym osobám bez dostatočného zmluvného zabezpečenia. K problémom dochádza najmä v situáciách, keď medzi účastníkmi vznikne spor o to, či išlo o pôžičku alebo o dar.

Podľa § 657 Občianskeho zákonníka veriteľ prenecháva dlžníkovi veci určené podľa druhu, najmä peniaze, a dlžník sa zaväzuje po uplynutí dohodnutej doby vrátiť veci rovnakého druhu. Hoci zákon písomnú formu zmluvy o pôžičke všeobecne nevyžaduje, v prípade sporu býva dokazovanie jej existencie výrazne sťažené.

Odporúčanie: Aj pri pôžičke v rámci rodiny je vhodné uzatvoriť jednoduchú písomnú zmluvu obsahujúcu podstatné náležitosti zmluvy o pôžičke. Vhodné je tiež využiť bankový prevod s uvedením účelu platby a zabezpečiť úradné overenie podpisov.

3. Prevod majetku bez dôkladného zváženia právnych dôsledkov

V praxi sa možno stretnúť so situáciami, keď senior prevedie vlastnícke právo k bytu, domu alebo pozemku na svoje deti či iné blízke osoby s cieľom predísť budúcnym komplikáciám. Takéto roz-

hodnutie však môže mať závažné právne aj praktické dôsledky.

Darovaciu zmluvu upravuje § 628 a nasl. Občianskeho zákonníka. Po prevode vlastníckeho práva darca už nie je vlastníkom nehnuteľnosti a nemá oprávnenie zasahovať do jej užívania ani nakladania s ňou. Môže sa však za splnenia zákonných podmienok domáhať vrátenia daru, najmä ak obdarovaný koná v rozpore s dobrými mravmi.

Pred prevodom majetku je preto potrebné dôkladne zvážiť všetky právne, majetkové a rodinné súvislosti. Osobitnú pozornosť je vhodné venovať otázke budúceho bývania, finančného zabezpečenia a dlhodobých rodinných vzťahov. Rozhodnutie o prevode nehnuteľnosti býva často spojené s následkami, ktoré nie je možné jednoducho zvrátiť.

Odporúčanie: Pred podpisom akejkoľvek zmluvy, ktorej predmetom je prevod nehnuteľnosti, sa odporúča konzultovať vec s advokátom alebo iným odborníkom, ktorý vysvetlí všetky právne dôsledky zamýšľaného právneho úkonu.

4. Ignorovanie úradných a súdnych zásielok

Jednou z najzávažnejších chýb je nereagovanie na doručené zásielky zo súdu, od správnych orgánov alebo iných verejných inštitúcií. V praxi sa možno stretnúť s mylnou predstavou, že neprevzatím zásielky sa adresát vyhne jej následkom. Takýto predpoklad však nie je správny. Procesné predpisy, najmä Civilný sporový poriadok a Správny poriadok, upravujú doručovanie písomností vrátane prípadov, keď sa zásielka považuje za doručenú aj bez jej faktického prevzatia adresátom. Za splnenia zákonom ustanovených podmienok sa zásielka považuje za doručenú aj v prípade, ak si ju adresát v odbernej lehote neprevezme (tzv. fikcia doručenia). Ide o zákonom predpokladaný právny následok, ktorý nastupuje bez ohľadu na skutočné oboznámenie sa adresáta s jej obsahom. Následkom môže byť začatie plynutia procesných le-

hôt, prípadne ich márne uplynutie, a teda najmä zmeškanie lehoty na podanie odvolania, vyjadrenia alebo vykonanie iného procesného úkonu.

Odporúčanie: Každú úradnú alebo súdnu zásielku si bezodkladne prevezmite a venujte pozornosť jej obsahu, poučeniu a uvedeným lehotám. V prípade nejasností je vhodné bezodkladne vyhľadať odbornú právnu pomoc.

Záver

Mnohým právnym problémom možno predísť dôkladným oboznámením sa s obsahom podpisovaných dokumentov, uzatváraním písomných zmlúv, obozretným nakladaním s majetkom a včasnou reakciou na úradné zásielky. Informovanosť a opatrnosť predstavujú účinnú prevenciu pred zbytočnými spormi a nepríjemnými právnymi následkami.

Využitie služieb advokátskej kancelárie sa oplatí

Životné situácie prinášajú mnoho úskalí, pri ktorých môže včasná právna rada predísť zbytočným sporom, finančným stratám a nepríjemným následkom nesprávnych rozhodnutí.

JUDr. Monika Ďurechová –
advokátska kancelária s. r. o.
advokatka@monikadurechova.sk
+421 910 748 686





Z ROZMANITÝCH AKCIÍ JDS PO CELOM SLOVENSKU

FOTO: J. BUTALA, M. SMÍTKOVÁ, M. KASALA, J. ROHÁR, A. MURÍNOVÁ, J. TOKÁR

