

Seriál aktivit pro seniory aneb zábava nemá hranice (Nadace OKD, Pro radost)

11. ČERVENEC 2011



(„Nic není člověku nesnesitelnějšího než být bez zájmu, bez práce, bez nějaké činnosti...“
Blaise Pascal)

Odbor sociálních věcí vytvořil projekt tzv. „Seriál aktivit pro seniory aneb zábava nemá hranice“, v němž bude v časovém úseku měsíce července 2011 až prosince 2011 zajišťovat volnočasové akce pro seniory organizované v klubech seniorů. Hlavním cílem projektu je motivovat seniory k aktivnímu způsobu života, rozptýlovat jejich pocit samoty, snaha o vytržení ze stereotypu. Současně uskutečnění soutěží poslouží ke vzájemnému sblížení se seniory sousedního státu neformálním způsobem. Navazování kontaktů s ostatními předchází izolaci, která vede k uzavírání se do sebe. Většina aktivit má charakter nejen aktivního odpočinku, ale i společenského setkání.

Název ... aneb zábava nemá hranice“ vychází z teze, že zábava nemůže být omezena ani věkem ani územním ohraničením. Zapojení do veřejné aktivity a rozvíjení zájmů a zálib, je ve stáří nejlepší prevencí předčasného stárnutí, osamělosti, izolace a nesoběstačnosti. Stáří je charakterizováno změnou rolí, životního způsobu i ekonomického zajištění.

Jak z názvu projektu vyplývá, jedná se o širší záběr aktivit, který obsahuje organizaci:

Soutěž „Sportovní den“, který je již III. ročníkem (II. ročník, který byl velmi úspěšný, byl spolufinancován z NOKD), a ve které budou mezi sebou zápolit senioři v kategorii mužů a žen, ve čtyřech disciplínách. Klasickými disciplínami jsou kuželky, šipky, střelba ze vzduchovky, poslední disciplína bude zvolena samotnými seniory. Zpravidla se jedná o netradiční výběr soutěže. V loňském ročníku vyhráli na plné čáře čeští senioři, zatímco v předloňském senioři polští. Rovněž budou přizváni, jako každoročně, senioři ze zařízení sociální péče „Nového domova“. Počet účastníků se odhaduje na 100 osob. Vítězi budou odměněni upomínkovými předměty do 300 Kč. Kalkulace vítězných cen je zahrnuta do rozpočtu aktivity.

Součástí sportovních her bude vyhlášení „Seniora roku“, nominace mohou podávat členové jednotlivých klubů. Vítězi bude předána poukázka na lázeňské procedury do hodnoty 500 Kč.

V gurmánské soutěži s názvem „Na sladkou notu“ představí jednotlivé kluby své kulinářské umění. Polští senioři budou v této soutěži přizváni do poroty, která bude

rozhodovat o vítězi. Myšlenka této soutěže vyvstala již z minulého ročníku sportovních her, kdy se debata točila okolo pečení koláčů a jiných sladkých pochutin. Polské partnery požádáme, zda by také nepřivezli, mimo soutěž, ochutnávku ze své tradiční kuchyně. Rovněž u této soutěže se odhaduje počet účastníků na 100 osob.

Výherci této soutěže budou odměněni výletem do Horní Lomné na zhlédnutí „Křížové cesty“ spojené s houbařením. Výlet bude slavnostně ukončen obědem.

Záměrem je také zajištění koncertního představení pro větší počet seniorů. Seniori si mohou připomenout skladby, které znají, vychutnat příjemnou atmosféru, která zpravidla vzniká při poslechu hudby.

Výletem do muzea Landek a Technického muzea v Petřvaldě bychom rádi nechali nahlédnout do historie hornictví, neboť mnoho seniorů má, z důvodu svého dřívějšího zaměstnání, k tomuto řemeslu úzký vztah.

Rovněž výlet do Krakova v Polsku s prohlídkou hradu Wawel a solného dolu Wieliczka má své opodstatnění. Záměrem je poznání historie polských sousedů a jejich kulturního dědictví, zvláště když prapůvod mnohých našich obyvatel je s polskou komunitou úzce spjat.

Seminář na posílení a procvičování paměti podporuje rozvoj mentálních schopností, což je v období seniorského věku velmi důležité. Seminář bude veden odborným lektorem.

Dalším naším záměrem je zorganizovat přednášku na téma finanční gramotnosti, která je základním nástrojem prevence, jež přispívá k obraně proti rizikovému životu na dluh přerůstajícímu v syndrom předlužení a je nástrojem k ochraně a k zabránění sociálních dopadů, které mohou vést až k bezdomovectví. V současné době se začíná stále častěji tento fenomén objevovat právě u seniorů.

V rámci snahy začlenění seniorů do společenského dění v regionu bude zorganizována beseda s předními politickými představiteli města a představiteli OKD a nadace OKD.

Seriál aktivit bychom chtěli zakončit zajištěním besedy k dobrovolnictví (přítel osamocených seniorů), kde bychom rádi seznámili naše seniory s touto možností pomoci a předali kontakty na dobrovolnické organizace v Česku. Máme záměr i oslovit polské seniory, kteří by mohli besedu obohatit o své zkušenosti. Je obecně známo, že v Polsku je dobrovolnictví mnohem více rozvinuto než v České republice. Letošní rok je evropským rokem dobrovolnictví, čímž toto téma nabývá na významu. Beseda by byla vedena se zástupci dobrovolnických organizací působící na území města.