



- **Zhodnocení nejen kulatých stolů v regionech**
- **Rozhovor s novou předsedkyní Rady seniorů**
- **Jerusalema Dance Challenge**
- **a další...**

JERUSALEMA DANCE
CHALLENGE

VÝZVA!
JERUSALEMA

Senioři tančí dětem, děti seniorům. A nejen ti!



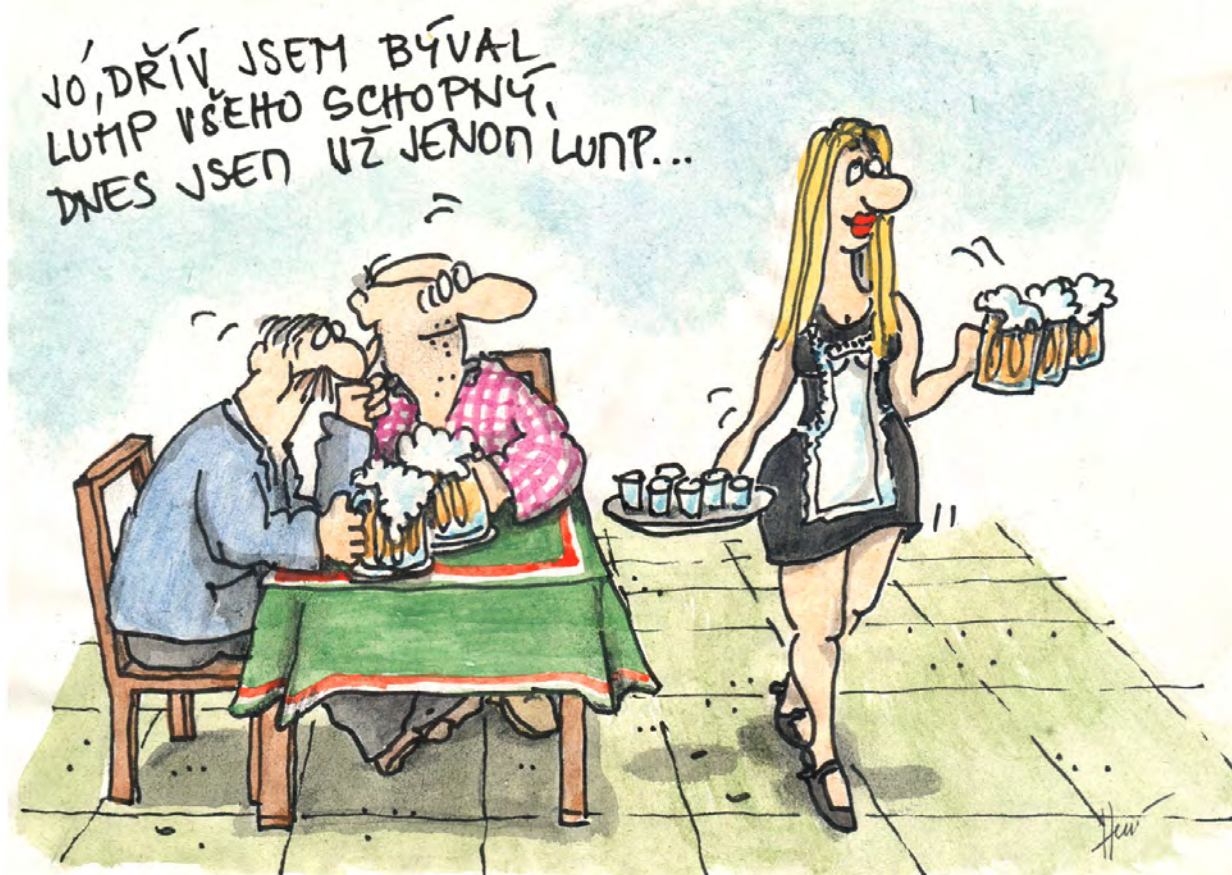
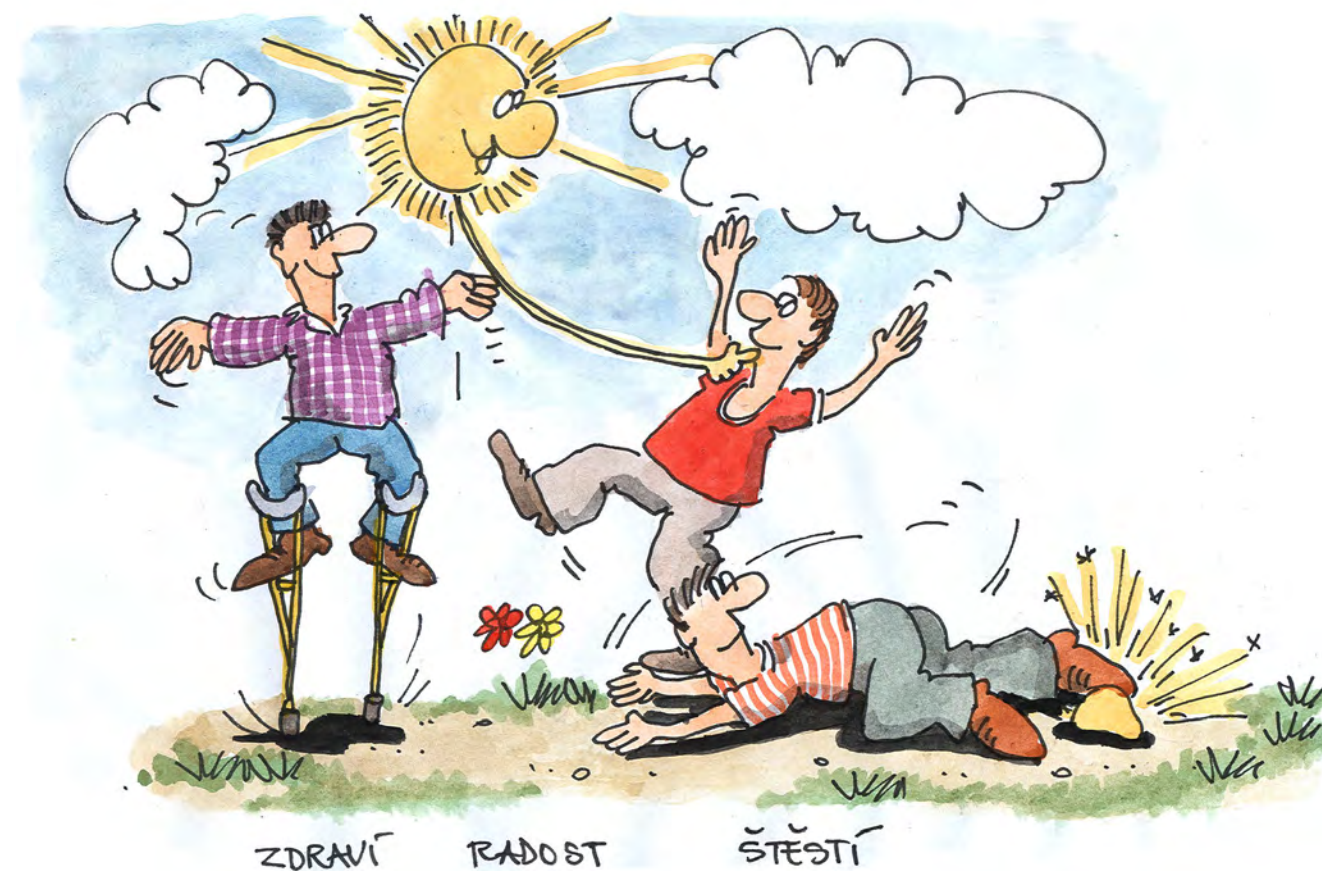
Vážené čtenářky, vážení čtenáři,

v červnu se zpravodaj Senioři v krajích zaměřuje na aktivity realizované přímo v jednotlivých regionech. I zde se v uplynulém roce většina činností přesunula do online prostředí a pro jednotlivé krajské koordinátory, ale bez pochyby také pro účastníky připravovaných akcí, se jednalo o velkou výzvu. Zároveň ale také o obrovskou příležitost, jak si z prostředí svých domovů vyměňovat zajímavé informace a vzájemně se obohacovat, a to napříč republikou bez hranic dojíždění. Tématy bylo vskutku mnoho a s výstupy jednotlivých kulatých stolů, popřípadě postřehy samotných koordinátorů, vás seznámíme v rubrice Střípky z krajů.

V části věnované rozhovoru s osobností tentokrát přinášíme několik vět nově zvolené předsedkyně Rady seniorů České republiky Lenky Desatové. Tímto jí za celý tým přejeme mnoho úspěchů a sil v záslužné činnosti.

Celé červnové číslo našeho zpravodaje je tradičně doplněno o zajímavé pozvánky, vtipy a aktuality, v nichž se dozvíte o vítězích soutěže Společnost přátelská zaměstnávání osob 55+, o novém projektu Armády spásy a naší nové letní výzvě pro všechny!

Ať vám čtení navodí příjemné uvolnění spojené s právě přicházejícím létem, přeje tým projektu Senioři v krajích.



Vtipy nakreslil Lubomír Dostál a Jan Heralecký

#seniořivkrajích



Lenka Desatová

nová předsedkyně Rady seniorů České republiky



Senioři mají potíže s dostupností bydlení a mrzí mě vášně ohledně penzí

Lenka Desatová pracovala jako tisková mluvčí organizace Rada seniorů České republiky a byla šéfredaktorkou časopisu Doba seniorů, jenž společnost vydává. Na čtvrtém sjezdu Rady byla 7. května Lenka Desatová zvolena novou předsedkyní spolku. Co ji čeká a co podle ní nyní seniory trápí? Na to jsme se ji zeptali v rozhovoru.

Můžete prosím stručně představit Radu seniorů České republiky a její činnost?

Rada seniorů ČR je konfederací, která sdružuje seniorské a proseniorské organizace i kluby. Založena byla v roce 2005. Aktuálně ji tvoří 21 organizací s celostátní působností, 16 organizací s regionální působností, 213 klubů seniorů a 24 Městských Rad seniorů. Celkem je to přes 300 000 členů.

Činnost Rady seniorů lze rozdělit do tří oblastí. První oblastí je jednání se zástupci státní správy. Na úrovni centrály je to tedy jednání s ministerstvy, která mají v gesci problematiku, jež se dotýká seniorů. Je to především MPSV, dále ministerstva zdravotnictví, místního rozvoje, dopravy, financí, ovšem pokud si to situace vyžádá, jedná RS ČR i s dalšími ministerstvy. RS ČR je připomínkovým místem zmíněných ministerstev, takže se na tvorbě legislativy aktivně podílí. Její zástupci

jsou rovněž členy odborných komisí a výborů. Na úrovních krajů a měst jsou to pak jednání se zástupci krajských, městských a obecních samospráv s cílem zajistit co nejlepší podmínky pro život seniorů v regionech.

Druhou větví je provozování akreditovaných bezplatných poraden pro seniory. Ty aktuálně fungují v šesti krajích, naší ambicí a cílem v nadcházejícím období je vybudovat je v každém kraji a jejich činnost propojit s poradnami členských organizací (Sdružení nájemníků, sdružení spotřebitelů) tak, aby každý problém klienta, který do naší poradny přijde, byl vyřešen.

Třetí větví je pak samotná každodenní činnost se seniory s důrazem na jejich aktivitu ve volném čase. Patří sem tedy pořádání vzdělávacích, sportovních akcí a dalších volnočasových aktivit. Primárním cílem těchto aktivit je zabránění pocitu osamění, rozvoj seniorských dovedností

i mezigeneračních vztahů a udržení soběstačnosti seniorů co nejdéle. Mnoho akcí a projektů běží ve všech krajích a některé pak mají svůj vrchol v podobě celostátního finále. Sem patří třeba soutěž Babička roku či sportovní hry.

Jaký primární úkol na vás čeká jako na nově zvolenou předsedkyni Rady seniorů?

Kromě jednání s představiteli partnerských politických stran je to setkání krajských koordinátorů MPSV a předsedů krajských Rad seniorů, jehož cílem je nastavit dlouhodobou spolupráci na krajských úrovních. Někde spolupráce funguje dokonale, ale jinde o sobě koordinátoři s krajskými Radami moc nevědí anebo nespolečně pracují, což mi přijde škoda. Všichni máme stejný cíl, proč tedy nespojit síly, své aktivity nekoordinovat a vzájemně si nepomáhat?

Dalším úkolem je založit krajskou Radu i v kraji Karlovarském, o což

se RS ČR snaží již osm let a v kraji Jihomoravském, kde nám krajská Rada skončila. Do toho vyhodnocujeme návrhy projektů, které nám chodí, zda na nich participovat a do jaké míry. Musíme se na ně dívat nejen optikou přínosu pro seniorskou populaci, ale i optikou financí.

Co vnímáte jako největší současný problém seniorů?

V první řadě je to nejistota a změny, které s sebou přinesla pandemie. Naše organizace a krajské Rady po první vlně reagovaly tím, že akce, u kterých to bylo možné, přenesly do virtuálního prostředí. Aktuálně samozřejmě řešíme se seniory i jejich problémy spojené s očkováním proti covid-19, kdy naši poradci pomáhají s registrací na očkování, ale třeba také s vytištěním certifikátů po jeho absolvování. Zapojili jsme se i do osvěty, protože někteří senioři mají z vakcín obavy.

Velkým problémem, který se snažíme řešit dlouhé roky, je dostupnost bydlení seniorů. Potíže mají zejména ti osamělí v nájemních bytech ve velkých městech. Řešením by byly obecní či městské byty za rozumné nájemné, jenže zákon o dostupném bydlení stále chybí...

A na co se nejvíce těšíte v nadcházejících letních měsících?

Na akce, které jsme museli odložit nebo přeložit. Těším se na setkání s poradci i se všemi krajskými Radami a na to, že si společně připravíme plán činností na další období, nejlépe v několika variantách, aby nás nezaskočila ani případná další vlna.

Je něco jiného, co byste ráda zmínila?

Ráda bych zmínila, že mě mrzí, když se vedou debaty kolem navyšování penzí a senioři jsou vykreslováni jako ti, kteří chtějí něco, co si snad ani

nezaslouží. A někdy je to stavěno i tak, že když dostanou senioři, nedostane se na rodiny s dětmi, což budí vášně. V první řadě je třeba si uvědomit, že senioři jsou ti, kteří odpracovali vesměs 40 let a zaslouží si i v penzi slušně žít, nikoli jen přežít nebo živořit. Navíc i když třeba nepracují (a mnozí pracují i v penzi), pomáhají. Třeba svým rodinám tím, že hlídají vnuky, když je třeba, takže rodiče nemusí zůstat doma vždy, když jsou děti nemocné. Pomáhají svým dětem s domácností, ale často i nějakou korunou navíc. Angažují se ve spolcích a klubech, kde nezištně organizují činnost pro své vrstevníky. V Německu si před lety dali práci s průzkumem o činnosti seniorů v penzi (té v rodině i té dobrovolnické) a spočítali, že tento přínos seniorů se pohybuje řádově v miliardách eur ročně. Takže senioři jsou pro společnost přínosem, nikoli přítěží! A to bychom měli mít na mysli.

O PŘEDSEDKYNĚ RADY SENIORŮ ČR:

Lenka Desatová (* 1970) začala po absolvování VŠE pracovat jako novinář a prošla několik vydavatelství. Pracovala v oddělení komunikace a poté v marketingovém oddělení v ČSA, kde měla na starost palubní magazín a později také inzerci v něm. Poté pracovala jako obchodní zástupce PR několik časopisů. V roce 2010 začala spolupracovat s Radou seniorů ČR, nejprve zajišťovala inzerci a některé texty pro magazín Doba seniorů, následně přetvořila webové stránky Rady seniorů ČR a začala se starat i o jejich aktualizaci, k nim později přibýly i sociální sítě. V létě 2015 převzala časopis jako šéfredaktor, ale také byla zodpovědná za výrobu a distribuci. V roce 2017 se spolupráce s RS ČR rozšířila a začala pracovat na pozici projektového manažera. Od letošního května je předsedkyní Rady.

Lenka Tomanová, koordinátorka projektu pro Ústecký kraj

Nejlépe se o starší zaměstnance starají Technické služby Tábor, Nemocnice Strakonice a KreBul

Druhý ročník soutěže „Společnost přátelská zaměstnávání osob 55+“ má své vítěze. V Jihočeském kraji se jimi ve čtvrtek 27. května staly Technické služby Tábor, Nemocnice Strakonice a dobrovolnické centrum a občanská poradna KreBul z Prachatic. Společnosti získaly nejen ceny v celkové hodnotě více než 60 tisíc korun, ale také prestiž. Jdou totiž dobrým příkladem pro ostatní zaměstnavatele.

Tři výherci se prosadili v konkurenci mezi dalšími 17 soutěžícími. „Téma zaměstnávání osob starších 55+ je pro nás důležité, protože jde o lidi, kteří mají mnoho životních zkušeností a často se stává, že na trhu práce nemohou najít uplatnění. Chceme proto využít to, co znají, a vytvářet jim podmínky proto, aby u nás pracovali,“ uvedl důvody pro přihlášení do soutěže Michal Polanecký, ředitel společnosti Technické služby Tábor, která se stala výhercem kategorie střední firmy soutěže Společnost přátelská zaměstnávání osob 55+.

Ředitel Nemocnice Strakonice Tomáš Fiala zdůrazňuje nezbytnost zkušeností pracovníků starších 55 let: „Ve zdravotnictví je třeba využívat zkušené a fundované spolupracovníky ve všech profesích. V našem oboru funguje, že zkušenější kolega se stává mentorem pro mladší pracovníky, kteří nastupují, ať jsou to lékaři, zdravotní sestry, laboranti či fyzioterapeuti. Předávání zkušeností je ve zdravotnictví nezbytné.“ Nemocnice Strakonice se stala vítězem soutěže v kategorii velká společnost.

Výhercem v kategorii malá společnost se stala obecně prospěšná společnost z Prachatic. „V naší organizaci KreBul se snažíme, abychom generace propojovali přirozeně, a to jak v rámci našich služeb, tak i po personální stránce. Je pro mě jako ředitele důležité, že z této spolupráce mohou čerpat nejen energii, ale i informace a zkušenosti, které právě osoby starší 55 let mají. Naopak

my zase můžeme předat starším spolupracovníkům znalosti k práci s moderními technologiemi,“ zmiňuje důvody, proč se zabývat zaměstnáváním osob starších 55 let, ředitel a jeden ze zakladatelů společnosti Zdeněk Krejsa.

Jít příkladem

Právě počiny přihlášených firem a organizací v oblasti zaměstnávání osob ve věku 55 a více let posoudila na začátku května odborná porota a vybrala v každé kategorii jednoho vítěze.

„Cílem soutěže je nejen ocenit firmy, jež příkladně zaměstnávají osoby 55+, ale také inspirovat ostatní společnosti, předat jim zkušenosti a načerpat inspiraci v péči o své zaměstnance,“ uvádí Dana Feferlová, ředitelka Jihočeské společnosti pro rozvoj lidských zdrojů, o.p.s., která je jedním z organizátorů soutěže.

“Záměrem je napomoci zaměstnávání těchto osob, vytváření podmínek mezigeneračního dialogu ve firmách, vzdělávání zaměstnanců dle jejich potřeb, úprava náplně práce, a rovněž vytváření nabídek postupného odchodu do důchodu či prostoru k zaměstnávání seniorů např. jako mentorů. Druhotným cílem je šíření informací o této problematice a odstranění předsudků, které panují mezi společnostmi vůči zaměstnávání starších lidí,“ doplňuje k ocenění Alena Bártíková, koordinátorka projektu Senioři v krajích MPSV ČR, který je spolupořadatelem soutěže. Soutěž v Jihočeském kraji zastřešuje také Jihočeský pakt zaměstnanosti.

Společnou snahou organizátorů je spolu s šířením dobré praxe zaměstnání osob starších 55 let také otevírat debatu o problematice stárnutí obyvatel, jejích důsledcích a dopadech na trh práce. Druhý ročník soutěže byl zahájen 1. prosince 2020 a zájemci mohli přihlášky podávat do konce února letošního roku. V přihláškách soutěžící odpovídali na otázky týkající se personální strategie, vzdělávání zaměstnanců, mezigenerační spolupráce a zavádění výhod pro zaměstnance 55 a více let. Jednotlivé odpovědi byly podkladem pro hodnocení soutěžících. Koho zajímají informace o soutěži, ale i příklady dobré praxe či záznam z online slavnostního vyhlášení, může navštívit stránky projektu Senioři v krajích seniorivkrajich.mpsv.cz.

Ocenění bylo vyhlášeno pod záštitou ministryně práce a sociálních věcí Jany Maláčové a prostřednictvím předchozí hejtmanky Jihočeského kraje Ivany Stráské. Soutěž je podpořena také projektem Implementace politiky stárnutí na krajskou úroveň, který realizuje Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR.

David Peltán, PR projektu Senioři v krajích

Tančete s námi!

Výzva Jerusalema Challenge pro děti i seniory

Projekt Senioři v krajích MPSV ČR se připojuje k celosvětové výzvě Jerusalema Dance Challenge. Cílem je po koronavirovém lockdownu rozhýbat rok zavřené seniory a děti a trochu je podpořit. A proč to neudělat naráz? Připojte se k nám! Secvičte tanec, natočte či vyfotťe se a kontaktujte nás ZDE. Rádi se podělíme o vaše videa či fotky. Zapojit se může každý od jednoho roku do 100 a více let!

„Je skoro léto a s ním spojená aktivita pohybová i duševní, zvýšená péče o zdraví a začátky - znovuzrození. Projekt Senioři v krajích chce v jarních a letních měsících oprášit celosvětovou výzvu - tanec Jerusalema Challenge. Do výzvy, která přišla z Jihoafrické republiky, se zapojilo mnoho profesí, například zdravotníků, hasičů, policistů apod. Píseň, tanec a vůbec celá výzva se stala hitem v době pandemie a symbolem boje proti koronaviru. A protože je tanec už zažitý, je příjemnou pohybovou i duševní aktivitou pro všechny generace, rozhodli jsme se vyzvat zájemce, aby Jerusalema Challenge nacvičili,“ přibližuje iniciátorka výzvy pro seniory a děti Irena Kadlčíková, plzeňská koordinátorka projektu Senioři v krajích.

Abychom povzbudili všechny věkové kategorie, poprosili jsme Stánu Adamcovou, místopředsedkyni Rady seniorů města Plzně a bývalou učitelku mateřské školy, aby s dětmi ze 60. MŠ v Plzni nacvičila celosvětovou taneční výzvu Jerusalema. Natočili jsme pro vás instruktážní video, které najdete na našem Youtube i našem webu Senioři v krajích.

Až vše nacvičíte, natočte video či vyfotťe, jak vám to jde, a pošlete nám to. Těmi nejlepšími kousky se pak pochlubíme na našem Youtube, webu a Facebooku.

<https://seniorivkrajich.mpsv.cz> | www.facebook.com/seniorivkrajich | www.youtube.com/channel/UCJtArtCw_4lpcFwtPX0HFQ

Zapojit se můžete vy doma, zapojit se mohou základní a mateřské školy, domovy pro seniory, seniorské kluby, zájmové kroužky a podobně. Budeme rádi, je to challenge - výzva!

David Peltán, PR projektu Senioři v krajích

<https://seniorivkrajich.mpsv.cz> | www.facebook.com/seniorivkrajich | www.youtube.com/channel/UCJtArtCw_4lpcFwtPX0HFQ

JERUSALEMA DANCE
CHALLENGE

Senioři tančí dětem, děti seniorům. A nejen ti!



Přijmi výzvu. Nacvič tanec, který rozhýbal svět.

Pomozte nám rozhýbat seniory a děti. A jde to i vsedě!

Na Youtube Senioři v krajích najdete první videa.

VÝZVA!
JERUSALEMA!



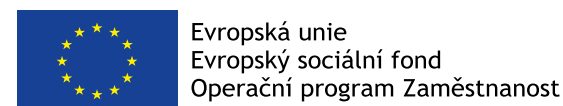
#seniorivkrajich

Co musíte udělat? Naučit se jednoduchý Jerusalema Dance Challenge, natočit či vyfotit se a poslat.

Kam poslat fotky, nebo videa? Na kontakty z webu Seniorivkrajich.mpsv.cz

<https://seniorivkrajich.mpsv.cz> | www.facebook.com/seniorivkrajich | www.youtube.com/channel/UCJtArtCw_4lpcFwtPX0HFQ

Projekt: Implementace politiky stárnutí na krajskou úroveň CZ.03.2.63/0.0./0.0./15_017/0006207



#seniorivkrajich

Osamělí senioři nemusí zůstat bez domova. V Ostravě pomáhá Armáda spásy

V České republice se každoročně pět tisíc seniorů dozví, že nemá nárok na důchod a 120 tisíc seniorů má důchod menší než deset tisíc korun. Tito senioři mají problémy se zaplacením bytu, je málo sociálních bytů s nízkým nájmem, a tak většinou končí v azylových domech nebo na ubytovnách, někteří na ulicích. To je pro seniory velmi dehonestující, nedůstojné a nepřiměřené jejich přirozeným potřebám. Na ubytovnách bývá často veliký hluk, není tam možné zajistit si jídlo s ohledem na dietní omezení, které senioři mají, vaření je zcela nemožné.

Řešení našla ostravská pobočka Armády spásy. Sama si pronajímá byty a v nich ubytovává osamělé seniory. Ti v nich bydlí po dvojicích nebo trojicích a na nájem se skládají. Každý uživatel má svůj pokoj a další prostory, jako je kuchyň, předsíň a příslušenství, jsou společné. Byty jsou vybaveny základním nábytkem, elektrickými spotřebiči, kuchyňským vybavením. Uživatelé si nemusí zajišťovat své vybavení, záleží na každém z nich, zda si bude chtít své bydlení dovybavit a zútulnit. Byty jsou v běžné zástavbě, nejsou nijak označeny. To je velmi důležité, protože uživatelé nejsou vyčleněni mimo běžné obyvatelstvo, nejsou stigmatizováni, naopak jsou součástí komunity. Armáda spásy před pronajimateli vystupuje jako jejich garant. *Tento projekt tzv. Komunitního bydlení je ojedinělý svého druhu nejen v Armádě spásy, vznikl jako reakce na nepříznivou situaci osamělých seniorů s nízkými příjmy, kteří nedosáhnou na samostatné bydlení a nemají rodinu ani nikoho jiného, kdo by byl ochotný jim pomoci a na stáří se o ně postarat.* V Ostravě už tak ubytovali 31 lidí v 15 bytech.

Inspirace pro všechny

Projekt Komunitního bydlení je projektem dvou služeb Armády spásy v České republice, z.s. v Ostravě, a to Sociálně aktivizačních služeb pro seniory Ostrava a Prevence bezdomovectví Ostrava. Jedním z hlavních cílů projektu je předcházet riziku bezdomovectví. Projekt je určen zejména pro seniorské uživatele azylových domů, kterým je plánováno ukončení smlouvy, musejí azylový dům opustit, nejsou schopni zajistit si další bydlení vlastními silami a jejich schopnosti a kompetence

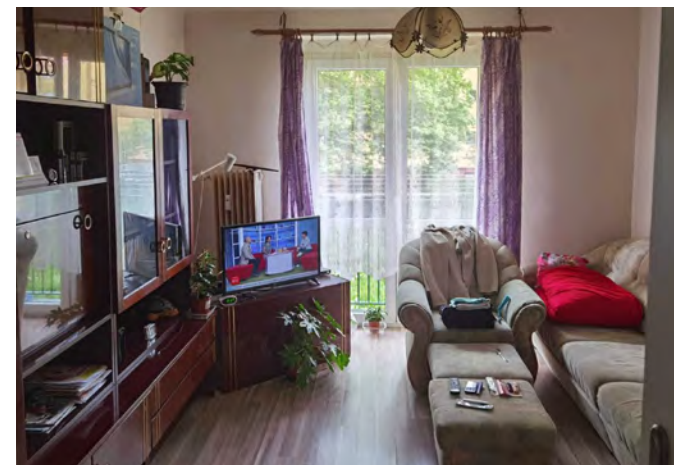
nejdou natolik dostatečné, aby dokázali fungovat zcela samostatně, bez podpory sociálních pracovníků. Komunitní bydlení mohou využít i osamělí senioři, kteří nepřicházejí z azylových domů, ale musí spadat do cílové skupiny.



Sociálně aktivizační služby jsou poskytovány terénní formou, jedná se o poskytování služby v přirozeném prostředí uživatelů. Velmi důležitou součástí sociální práce v Komunitním bydlení je komunitní práce – tedy sociální práce s obyvateli bytů, jejímž cílem je pomoci „cizím“ lidem naučit se žít společně, vycházet spolu, řešit případné konflikty apod. Samozřejmostí je práce s komunitou v domě a mediace případných neshod mezi uživateli Komunitního bydlení a dalšími nájemníky.

V Ostravě tento projekt působí od roku 2017, mají s ním dobré zkušenosti a jako příklad dobré praxe je vhodný k následování. O této příkladné praxi natočila reportáž Česká televize, vysílaný byl v pořadu 168 hodin ZDE.

Pavla Kasášová, koordinátorka projektu pro Moravskoslezský kraj





STŘÍPKY Z KRAJŮ



Hlavní město Praha

Květnový plán kulatých stolů v hlavním městě Prahy byl v druhé polovině měsíce plně nabitý zajímavými tématy. Vystupující nás svým obsahem přednášek provedli od zdravého plánování na úrovni obcí a kraje, přes bezpečnost zejména zaměřenou na seniora až k duchovním potřebám v závěru životní poutě. V rámci bezpečnosti se představila nová **Seniorská obálka (SO)**. Její úpravy reagují na připomínky z praxe. Mimořádný ohlas dostala „SO do kapsy“, neboli do peněženky. Obsah a forma plní všechny dosavadní podněty vzešlé od držitelů dosavadní seniorské obálky. SO do peněženky přináší základní informace potřebné při mimořádné události mimo bydliště. Duchovní péče zejména v klinické praxi je na území hlavního města na vysoké profesionální úrovni, o čemž svědčil zájem oslovených přednášejících, ale také ohlasy ze strany účastníků dalšího z kulatých stolů. Institucionalizace duchovní péče prochází celým spektrem registrovaných náboženství. Je založena na odborné a laické platformě.

Důležitým krokem v sociálně bytové oblasti se stalo zlepšení dostupnosti bydlení, které schválila Rada Magistrátu hlavního města Praha. Koncept **Městské nájemní agentury** se stal novým krokem při řešení složitých případů bytové situace. Do krizových situací se nedostávají jenom rodiny s dětmi. Seniorská populace je nejzranitelnější, často zneužívaná k různým „nekalým praktikám“, což vede k tíživé životní nebo sociální situaci. Cílem projektu je vytvoření integrovaného systému řešení bytové nouze. Projekt je výsledkem participace jednotlivých

městských částí s pražským magistrátem a je podpořen Evropským sociálním fondem.

Andrej Dan Bárdoš, koordinátor projektu pro Hlavní město Praha

Jihočeský kraj

V Jihočeském kraji se v květnu konaly dva kulaté stoly. První byl zaměřený na **Nouzový plán péče** a na **Mini seniorskou obálku**. Kolegyně z Diakonie Českobratrské církve evangelické nám představily projekt Pečuj doma, Mapu podpory pečujících a Nouzový plán péče. Krajské koordinátorky tohoto projektu pak daly posluchačům náhled toho, jak funguje cílená podpora pečujících nejen v Jihočeském kraji. Nakonec krajská koordinátorka projektu Seniori v krajích představila Mini Seniorskou obálku, a také zkušenosti z obcí, kde obálku již používají. Například město Prachatice ji rozdává v Očkocentru. Je zde o ní veliký zájem.

Druhý kulatý stůl byl zaměřen na **Podporu seniorské politiky na úrovni obcí**. RNDr. Pavel Bednář z Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně představil Metodický návod pro tvorbu strategií stárnutí v obcích. Zúčastnění po skončení kulatého stolu projeví právě o tento metodický návod zájem. Také posluchači kvitovali další část kulatého stolu, kde zazněly praktické příklady plánů proseniorských aktivit z měst Prachatice a Nové Hrady.

V Jihočeském kraji se rozjíždí nový projekt. **Projekt Dva světy** má za cíl propojit dvě generace: seniory, kteří žijí osamoceně, a děti s rodiči, které ve své blízkosti nemají vlastní seniory. Zřizovatelky by rády vybudovaly komunitní

centrum, které by sloužilo pro první setkání dvojice senior a dítě. Další spolupráce již bude závislá na rodině. Záměrem je dosáhnout toho, aby se rodiny vzájemně propojily, aby seniory například vyzvedli dítě ze školky, strávili s ním nějaký čas aktivitou, která je specifická pro seniory např. šití, háčkování či plení zahrádky a rodina by na oplátku vzala seniora na výlet, na nedělní oběd, pomohla s nákupy. Hlavním cílem projektu je zaplnit mezery tam, kde chybí základní rodinné vazby.

Alena Bártíková, koordinátorka projektu pro Jihočeský kraj



Jihomoravský kraj

V Jihomoravském kraji se letos uskutečnilo šest kulatých stolů. První čtyři se věnovaly informacím o **Seniorské obálce**, zvláště poskytnutí zpětné vazby po tříletém působení a seznámení s její novou vizualizací a novinkou – cestovní mini verzi. Tyto kulaté stoly pořádala krajská koordinátorka projektu Senioři v krajích ve spolupráci s okresními městy Jihomoravského kraje. Další kulatý stůl navazoval tématem **Plánování seniorské politiky na ORP**. Pořádán byl ve spolupráci s Krajským úřadem Jihomoravského kraje a těšil se velkému zájmu.

INFORMACE PRO NEFORMÁLNÍ PEČUJÍCÍ

Knihovna Jiřího Mahena 100 let v Brně

Květnová iniciativa navazuje na Týden pro rodinu¹, s tématem *Rodinná pohoda není náhoda*. Den 15. květen je také *Dnem boje proti mozkové mrtvici*. Cílíme tedy na řady **neformálních pečujících o seniory s poruchami kognitivních funkcí**, kterým by naše iniciativa mohla přinést **krátké chvíle odpočinku** a pečovaným osobám zase **prohloubení dlouhodobé paměti** a navození příjemných chvil u poslechů.

Čtení nebo využívání zvukových knih bylo na **základě dlouhodobých zkušeností** v poradně projektu *Politika stárnutí na krajích MPSV ČR v Jihomoravském kraji* vyhodnoceno jako výrazně pozitivní složka v průběhu domácí péče se stimulací dlouhodobé paměti při poruchách kognitivních funkcí a zároveň nastavení oddychového času při domácí péči. Tyto laické poznatky potvrzují podle MUDr. Kateřiny Sheardové PhD.² z výzkumného týmu Kognitivní poruchy a demence FNUSA-ICRC a I. neurologické kliniky FNUSA a LF MU a jejich poznatky. Celkově se kulatých stolů účastnilo 160 osob, zástupců z vedení obcí a organizací.

V souladu s autorským zákonem³ je nyní možné zvukové knihy půjčovat nejen osobám se zrakovým postižením, ale také osobám, které mají poruchu vnímání nebo čtení znemožňující jim číst v podstatě stejným způsobem jako osobám bez takové poruchy. V rámci **dohody mezi projektem Implementace politiky stárnutí na krajskou úroveň a Knihovnou Jiřího Mahena v Brně** přinášíme nyní tuto informaci veřejnosti pro její rozšíření. Výpůjční službu zvukových knih poskytuje v Knihovně Jiřího Mahena v Brně úsek Knihovna pro nevidomé a slabozraké, který se nachází na Koblížně 4. Po **předložení lékařského potvrzení** je možné **vystavit zdarma čtenářský průkaz** opravňující využití služeb Knihovny pro nevidomé a slabozraké.

O čtenářský průkaz může požádat senior osobně, nebo v zastoupení osobou blízkou nebo pečující, pokud předloží notářsky ověřenou plnou moc.

Za projekt v Jihomoravském kraji
Dana Žižková | krajská koordinátorka

Za Knihovnu Jiřího Mahena v Brně
Ing. Libuše Nivnická | ředitelka

Jihomoravský kraj

Knihovna Jiřího Mahena 100 let v Brně

¹ Týden pro rodinu (bydresprava.cz)
² 8P 234: Léčba kognitivní demence – Česká lékařská společnost ČLS JČ
³ Zákon č. 121/2000 Sb. Zákon o právu duševním, o právu souvisejících s právem duševním a o změně některých zákonů (autorský zákon)

<https://seniorivkrajich.mpsv.cz> | www.facebook.com/seniorivkrajich | www.youtube.com/channel/UCJtArtCw_4lPncFwtPX0HF0

www.mpsv.cz | Ministerstvo práce a sociálních věcí | Na Poříčím prknu 1/376 | 128 01 Praha 2

Projekt: Implementace politiky stárnutí na krajskou úroveň | CZ.03.2.63/0.0/0.0/0.1/15_017/000000207
Detailované zpracování: Terezy Novákové 623, Brno-Pedkovic a Mokrá Hora, 621 00 | e-mail: dana.zizkova@mps.cz | telefon: +420 770 116 565

Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost

MP SV
MINISTERSTVO PRÁCE
A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ

#seniorivkrajich

Knihovna Jiřího Mahena 100 let v Brně

Poslední kulatý stůl byl pro pracovníky poboček Knihovny Jiřího Mahena v Brně, kterým představoval Seniorskou obálku i květnovou iniciativu mezi projektem Senioři v krajích a knihovnou. Projekt navázal na celostátní Týden pro rodinu s tématem **Rodinná pohoda**

není náhoda a taktéž navázal na 15. květen, tedy Den boje proti mozkové mrtvici, společnou iniciativou projektu a knihovny.

Principem aktivity je otevření možnosti výpůjčky pro neformální pečující o osoby v seniorském věku s kognitivními poruchami, které byly doposud otevřeny pouze pro osoby se zrakovým postižením. Navazuje tím i na dlouhodobou spolupráci s členy výzkumného týmu Kognitivní poruchy a demence FNUSA-ICRC a I. neurologické kliniky FNUSA a LF MU a jejich poznatky. Celkově se kulatých stolů účastnilo 160 osob, zástupců z vedení obcí a organizací.

Dana Žižková, koordinátorka projektu pro Jihomoravský kraj

Karlovarský kraj

Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR vyhlásilo i v roce 2021 soutěž **Obec přátelská rodině a seniorům**. V rámci akce byly v pěti kategoriích oceněny obce, které přišly s výjimečnými projekty v oblasti proseniorské a rodinné politiky. K oceněným v obou částech soutěže patří z Karlovarského kraje obec Josefův u Sokolova.

Již v roce 2018 Josefův uspěl se svojí žádostí v soutěži Obec přátelská rodině a získal odměnu ve výši 300 000 korun, kterou použil na podporu prorodinných aktivit. V roce 2019 se obec přihlásila a uspěla v obou částech soutěže. V soutěži Obec přátelské rodině získala neinvestiční dotaci 250 000 Kč a v druhé části soutěže - Obec přátelská seniorům odměnu 250 000 Kč.

Také v letošním roce Josefův podal žádost do obou soutěží a získal v každé z nich první místo. V oblasti rodiny je spojeno s odměnou 201 000 Kč a v oblasti seniorů 202 000 Kč. Starostovi obce Janu Onakovi k úspěchu srdečně blahopřejeme.

Miloslav Čermák, koordinátor projektu pro Karlovarský kraj

Kraj Vysočina

Místo osobních kontaktů nastoupily v době nouzového stavu online schůzky. Jedno pozitivum to přece jenom mělo. Jako prezentující na online kulatých stolech mohli být odborníci z druhého konce republiky, čehož jsem využila při přípravě a realizaci **Plánování seniorské politiky na úrovni obcí** nebo **Koordinace poskytované péče nejen seniorům**. Kraj Vysočina spustil **nový webový portál** projektu sociálně zdravotního pomezí www.vysocinapecuje.cz, který je určen pro všechny, co potřebují pro sebe nebo své blízké v Kraji Vysočina zajistit odpovídající sociální péči. Uživatel na jednom místě najde nabídku sociálních a zdravotních služeb, sociálních dávek, kompenzačních pomůcek i kontaktů na osoby, které mu nejbližší jeho bydliště s řešením situace pomohou.

Policejní akademie pro seniory



Téměř čistě vysočinskou záležitostí bylo téma **Co můžeme dělat se seniory či pro seniory**. Jeden z prezentujících byl i spolek Nebojte se policie, který divákům sdělil: *„Nejrůznější šmejdi útočí na důvěřivost seniorů i v této velmi těžké době. Nechtěli jsme jen čekat, až se epidemiologická situace zlepšit a teprve pak seniory před těmito podvodníky varovat, proto jsme v únoru zahájili osmý ročník Policejní akademie pro seniory. Prostřednictvím projektu jsou seniory seznamováni s nejrůznějšími druhy podvodů i násilné kriminality. Současně je ale také informujeme, jak se těmito rizikům*

vyhnout, a když se náhodou už stanou obětí nějaké trestné činnosti, tak jim poskytujeme bezplatnou odbornou pomoc. V neposlední řadě je dalším cílem projektu navazování sociálních kontaktů a zlepšování psychické a fyzické kondice seniorů. K tomu mimo jiné slouží i různé zájezdy spojené s prevencí kriminality, a hlavně pak každoročně pořádaný Branný závod pro seniory, kterého se zúčastňují seniory i se svými vnoučaty. S ohledem na situaci jsme se soustředili na online spojení a začali jsme připravovat online besedy. S hrdoostí můžeme sdělit, že „naši“ seniory z Policejní akademie připojení hravě zvládli. Nabídku na naše setkání šíříme po celém kraji pomocí Senior Pointů, ale i prostřednictvím Českého rozhlasu Vysočina. Noví zájemci o besedu nemusí mít strach, že si budou muset do svých počítačů něco instalovat nebo platit nějaký poplatek. Kdo se chce účastnit, tak stačí, aby napsal na nebojtesepolicie@seznam.cz a my mu obratem pošleme podrobnou informaci k úspěšnému připojení“.

Marie Kružíková, koordinátorka projektu pro Kraj Vysočina

LETNÍ ŠKOLA SENIORŮ

Kraj Vysočina

ON LINE

ve dnech 10. 6. až 19. 8. 2021

<p>10. června 2021 ROZHÝBEJME MOZEK – ANEB CO NÁM PANDEMIE DALA A CO SI NENECHÁME VZIT Lektorka: Jana Vejsadová</p> <p>24. června 2021 JAK SE HLADÍ DUŠE – ANEB POVÍDÁNÍ O TOM, JAK SI ZACHOVAT DUŠEVNÍ ZDRAVÍ Lektor: František Novotný</p> <p>8. července 2021 TIPY NA VYLETY V KRAJI VYSOČINA I ČR – ANEB TOULÁME SE PO TURISTICKÝCH ZNAČKÁCH Lektoři: Míla Bradová a František Janeček</p>	<p>22. července 2021 POVÍDÁNÍ O VČELÁCH A MEDU – ANEB KDYŽ MÁME KONÍČKA, VŠECHNO SE LÉPE SNÁŠÍ Lektor: Petr Špaček</p> <p>5. srpna 2021 BEZPEČNÝ DOMOV – ANEB POVÍDÁNÍ O TOM, KTERÉ NAS OHROŽUJÍ Lektorka: Alena Doskočilová</p> <p>19. srpna 2021 MÝŠLENÍM KE ZDRAVÍ – ANEB ZDRAVÍ SI MUSÍME HÝČKAT Lektorka: Ivana Pólová</p>
--	---

začátek vždy v 9.30 hod.

www.kr-vysocina.cz/socialniportal

www.vysocina.eu

- turistické cíle
- tipy na výlet
- ubytování



Královéhradecký kraj

V Královéhradeckém kraji jsme na online kulatém stole v dubnu představili zástupcům měst a obcí i představitelům sociálních služeb novinky k **Seniorské obálce**, a také jsme je seznámili s **Nouzovým plánem péče** a dalšími nástroji na podporu rodinných pečujících. Účast byla skvělá - přes padesát lidí, kteří se ve svém okolí starají o distribuci Seniorské obálky a o další aktivity a opatření pro seniory a další potřebné. Seniorskou obálku jsme za podpory krajského úřadu začali distribuovat hned po jejím vytvoření na jižní Moravě v roce 2018. Již tři roky se o ni starají především zástupci měst a pracovníci sociálních služeb. Ti byli zvoleni jako nejspolehlivější partneři, díky kterým se I.C.E. karty dostávají k tisícům lidí s náležitým poučením.

Aktuálně se chystáme na další online kulatý stůl, který budeme celý věnovat debatě o **plánování seniorské politiky na úrovni obcí** v Královéhradeckém kraji. Pozváni k pomyslnému jednomu stolu se zástupci krajského úřadu a MPSV ČR jsou primárně obce s rozšířenou působností, obce s pověřenými obecními úřady a místní akční skupiny. Budeme se bavit nejen o **Koncepci rodinné politiky KHK**, která byla vytvořena v novém pojetí ve spolupráci s projekty MPSV na krajské úrovni již v roce 2019. Sdílením příkladů dobré praxe se inspirujeme k dalšímu posunu. V neposlední řadě si slibujeme navázání užší spolupráce obcí s krajským úřadem i mezi obcemi samotnými. Snad se již v příštím roce **soutěže Obec přátelská rodině a seniorům** nebude o ocenění ucházet pouze statutární město Hradec Králové. Ačkoli je potěšující jeho opakované vítězství, fakt, že jiné obce se do soutěže dlouhodobě z našeho kraje nehlásí, příliš uspokojivý není.

S vládním rozvolňováním protiepidemiologických opatření ožívají i organizace v našem regionu a těší se na akce, které jsme si museli v minulém roce odpustit. Na krajském úřadě se tak již dnes pracuje na přípravách krajského Dne seniorů na září a první Mezigenerační konferenci kraje na říjen 2021. Senioři se chystají na své obvyklé letní zájezdy do Piešťan, mezitím stihli například vyrazit do Městských lesů Hradce Králové uklízet odpadky. Očkování v Královéhradeckém kraji postupuje rychlým tempem a my se těšíme na uvolněné léto!

Jana Fröhlichová, koordinátorka projektu pro Královéhradecký kraj

Liberecký kraj

V Libereckém kraji se od dubna konaly čtyři kulaté stoly. Dva byly na téma **inovované Seniorské obálky** a Seniorské obálky mini. Nová verze mini SO byla přijata s velkým ohlaselem a ihned se do ní začala zařazovat města a obce, která již se Seniorskou obálkou v domácí verzi pracují a propagují ji. Mimo jiné je tiskopis domácí verze k dispozici na hlavním očkovacím místě Krajské nemocnice Liberec.

Třetí kulatý stůl přiblížil téma **Plánování seniorské politiky na úrovni obcí** aneb proč je důležité plánovat a jak na to. Tento kulatý stůl navázal na celostátní kulatý stůl a přihlásili se na něj jak starostové a místostarostové malých obcí, tak i zástupci okresních měst s velkým zájmem o tuto problematiku. Byl opět velmi úspěšný a věřím, že na základě reakcí účastníků přinesl mnoho inspirací v plánování ve městech a na obcích Libereckého kraje.

Čtvrtým kulatým stolem nás provázelo téma **Duchovní potřeby seniorů a důstojný závěr života**. Jedná se zvláště v dnešní době, kdy se nás dotklo odcházení seniorů v době pandemie, o velmi silné téma. Svou prezentací nás provedly například sestra z Domácího hospice 14 pomocníků a kaplanka domu Sue Ryder. V závěru bylo poukázáno na rozdílné vnímání kaplanů jak ze strany pacienta, tak i ze strany personálu. Ukázalo se, že se sice liší, a to zejména dle regionu a religionistiky daného kraje, ale je stále více vyhledávanou službou v nemocnicích a sociálních zařízeních.

Pavla Řečtáčková, koordinátorka projektu pro Liberecký kraj

Moravskoslezský kraj

V Moravskoslezském kraji se v červnu konají dva on-line kulaté stoly projektu Implementace politiky stárnutí na krajskou úroveň. 3. června se uskutečnil kulatý stůl **Pečuj doma – mapa pro pečující a nouzový plán péče**. Informace pro pečující jsou velmi roztráštěné, pečující musí hledat pomoc na více místech, často neví, kam se mají obrátit. Velkou pomoc nabízí celorepublikový projekt Diakonie České církve evangelické Pečuj doma, který byl na kulatém stole prezentován. Jeho součástí je mapa pro pečující, vyhledávač, kterým mohou pečující najít vhodné služby v okolí jejich bydliště. Věříme, že za přispění zainteresovaných organizací a jednotlivců se mapa pro pečující zdokonalí natolik, že pečující nebudou muset hledat informace na různých místech. Účastníci byli seznámeni s nouzovým plánem péče, který umožňuje zastoupení pečujícího a udržení nastaveného standardu péče. Na kulatý stůl se přihlásilo zhruba 50 účastníků hlavně z odborné veřejnosti.

Další on-line kulatý stůl se uskuteční 22. června na téma **Plánování seniorské politiky na úrovni obcí a ORP**. Přednášet budou špičkoví odborníci v této oblasti a věříme, že příklady dobré praxe budou pro účastníky inspirující. Přihlásit se na něj stále můžete, kontaktujte mne.

Dále bych chtěla čtenáře seznámit s novou atrakcí, která vznikla v Ostravě v rámci projektu **#BoSmePartyja**. Spolu s dobrovolníky si mohou senioři vyjet do přírody nebo na projížďku městem rikšou. Vyjíždky začalo nabízet regionální dobrovolnické centrum ADRY. První slavnostní start vyjížděk se odehrál na Hlavní třídě

v Porubě. Řidičkou se stala česká Miss a zároveň Miss World z roku 2006 Taťána Gregor Brzobohatá. „Já jsem si to zkoušela sama, je to elektricky poháněné, takže velice příjemné na obsluhu. Člověk jen musí dávat trochu bacha v zatáčkách, ale myslím si, že je to strašně fajn věc a myslím si, že o to bude velký zájem. Takže moc přeju lidem na Ostravsku, aby si rikšu užili,“ sdělila první pocity Taťána Gregor Brzobohatá, předsedkyně správní rady Nadače Krása pomoci.



První pasažér Jaroslav Badžgoň se připojil: „Cítím se, jako kdybych se v kočáře vezl. Je to dobré. Pro lidi našeho věku je to ideální, když se člověk může tak povozit“.

Projekt #BoSmePartyja MS kraje a ADRY vznikl loni v říjnu. V době covidové pandemie byl jeden z hlavních cílů sehnat co nejvíce dobrovolníků do přetížených nemocnic a sociálních zařízení. Lidé ale projevíli zájem pomáhat i dál a vyjíždky rikšou jsou další způsob, jak se mohou zapojit.

Pavla Kasášová, koordinátorka projektu pro Moravskoslezský kraj

Zdroj: <https://polar.cz/porady/leta-bezi/leta-bezi-18-05-2021-17-25>

SPOLU2@MSK.CZ



#BOSMEPARTYJA

Olomoucký kraj

V minulých týdnech nejen v našem kraji probíhaly kulaté stoly na téma **Seniorská obálka**. I v našem Olomouckém kraji jsme 12. května zorganizovali on-line setkání, jehož hlavním tématem byla Seniorská obálka. Díky výborné spolupráci s vedením Olomouckého kraje se nám podařilo zajistit velkou verzi Seniorské obálky do všech domácností prostřednictvím

měsíčníku Krajánek, který má náklad 285 000. Občané se tak mohou tiskopis vystříhnout a umístit na ledničku. V dnešní době, kdy se senioři ještě moc nechtějí setkávat osobně, je to ideální distribuční kanál šíření této smysluplné aktivity našeho projektu. Další variantou Seniorské obálky je kapesní verze neboli verze MINI o rozměrech 99 x 80 mm po složení. I zde se nám podařilo zajistit distribuci. O městě Prostějov, který vytisknul 2000 kusů pro své občany, jsem psal v minulém zpravodaji. Nyní se nám podařilo zajistit dalších 10 000 kusů prostřednictvím Krajské rady seniorů Olomouckého kraje, díky patří Mileně Hesové, nově zvolené místopředsedkyni Rady seniorů České republiky.

Koncem května se konala **Stezka poznání - Jdeme celá rodina**, akce určená nejen pro seniory, kterou organizovala Krajská rada seniorů v Olomouci - Poděbrady. Všichni účastníci obdrželi pamětní list s vlastnoručně kresbičkou malíře Lubomíra Dostála, který můžete vidět na přiloženém obrázku. A tak my si tady žijem na té naší Haně!

Václav Zatloukal, koordinátor projektu pro Olomoucký kraj



Pardubický kraj

V Pardubickém kraji se během jara konaly čtyři on-line kulaté stoly na pestrá témata: **Deinstitucionalizace služeb pro duševně nemocné, Duchovní péče**, Proč je důležité metodicky plánovat, Seniorská obálka a Závislost na lécích, prevence, možnosti řešení. Na kulaté stoly se přihlašovali odborníci i laická veřejnost z celého kraje. Ačkoli během nich chyběl přímý kontakt a mohlo se zdát, že setkání nebylo tolik osobní, přinesla tato forma konání i různé výhody. Účast na kulatém stole nebyla tak časově náročná, odpadlo dojíždění, nároky na prostor a v neposlední řadě jsme tak chránili naše zdraví i zdraví našich blízkých. Jistě bude v budoucnu příjemné se setkat osobně, ale je dobré vědět, že existuje „v záloze“ online prostor, ve kterém se teď všichni lépe orientujeme a můžeme jej kdykoli využít.

Zpětné vazby na kulaté stoly mám jen pozitivní, občas trochu „zlobila“ technika, ale jinak vše probíhalo bez větších problémů. Na závěr přidám jednu milou zpětnou vazbu na poslední jarní kulatý stůl.

Dobrý den vážená paní magistro Müllerová, chtěla bych Vám mockrát poděkovat za Vámi pořádaný kulatý stůl dne 26. 5. 2021 na téma „Závislost na lécích, prevence, možnosti léčby seniorů se závislostí“.

Náš spolek již šestým rokem pořádá pro seniory volnočasové aktivity a kulturně-osvětové akce. Téma, které jste společně s řečnický představila, pro mne bylo velmi obohacující a přínosné.

Tímto bych chtěla velmi poděkovat za Vaši práci. Určitě toto téma zahrneme do osvětové kampaně letošního roku a pokusíme se s ním pracovat, ač je to nelehký úkol, což bylo řečeno i v rámci kulatého stolu.

Přeji Vám hezký den. A. B.

Senior Festival, který pořádá Spolek Hurá na Výlet! spolu s městem Chrast, se koná v pátek 25. a sobotu 26. června v zámeckém areálu v Chrasti. Čeští a světový interpreti, jako jsou Abba World revival, Prague Queen nebo legendární The Beatles v podání slovenské kapely Backwards, posouvají letošní ročník i mladším generacím a nejen seniorům. Kapely se vystřídají na dvou venkovních scénách. Chybět nebude řada dalších zajímavých kapel a interpretů, kteří budou návštěvníky po oba dva dny skvěle bavit. Zahraje i dechová hudba Podkověnka, RetroBand Chrudim či JG DIX Holice, a to zdaleka není vše, na co se můžou seniři těšit. Pro návštěvníky letošního ročníku Senior festivalu připravuje spolek Hurá na výlet také přehlídku historických vozidel, projížďku malebnou krajinou s koňským spřežením, a také třeba zábavné pouťové atrakce pro děti i pro dospělé.

Nebudou chybět stánky s tradičním sortimentem i občerstvení. Spolek Hurá na Výlet! opět zajišťuje na letošní Senior festival autobusové svozy. Odjezdy jsou plánované především z Pardubic a Chrudimi, ale v případě většího zájmu jiných obcí v okolí, je možné se domluvit na následující zastávce. Příspěvek na dopravu je dobrovolný. Svě místo v autobuse si můžou návštěvníci festivalu rezervovat na tel. 773 515 616 nebo na emailové adrese info@huranavylet.cz, kde se dozvíte další informace. V případě nepříznivého počasí se akce koná v prostorách Sportovní haly města Chrast.

Michaela Müllerová, koordinátorka projektu pro Pardubický kraj



Plzeňský kraj

Ani v květnu jsme v Plzeňském kraji neustali v pohybu, naopak! Pilně jsme každý týden spolu s třídou Berušek ze 60. MŠ a Klubem aktivních seniorů trénovali **taneční výzvu Jerusalema** a vymýšleli, jak ji nejlépe natočit. Jak se nám to povedlo, můžete zhodnotit na našem videu. Budeme velmi rádi, kdybyste se na nás nejen podívali, ale sami se pustili do natáčení a svoje videa nám pak posílali.

Po delších peripetiích způsobených pandemií jsme se také konečně dostali k vyhodnocení chodecké štafety **La Manche na suchu** a předání diplomů a pamětních listů, které proběhlo po malých skupinkách v Lochotínském parku. Letos se celkem našlapalo 7 010 kilometrů, což mezigeneračnímu plzeňskému týmu zajistilo krásné páté místo z celkových 50 zúčastněných družstev. Drobné dárečky na toto předávání nám vyrobily děti a učitelky z 50. MŠ v Plzni, další upomínkové předměty pak zajistila Dobrovolnická Regionální Agentura DoRA v čele s koordinátorkou dobrovolnictví Romanou Štěpáníkovou.

O těchto a dalších seniorských aktivitách jsme si povídali 27. května s moderátorem **Českého rozhlasu** Plzeň Romanem Stupkou. Do pořadu „Co vás zajímá“ byly pozváni koordinátoři našeho projektu Senioři v krajích Irena Kadlčíková a Miloslav Čermák a Stanislava Adamcová, předsedkyně Klubu aktivních seniorů při DoRA Centru Plzeň a místopředsedkyně Rady seniorů města Plzně.

Celý pořad si můžete poslechnout **ZDE**.



Projekt Implementace politiky stárnutí na krajskou úroveň MPSV ČR ve spolupráci s Plzeňským krajem zve na:

Kulatý stůl

Pečuj doma – cílená podpora rodinných pečujících

DATUM KONÁNÍ: 17. 6. 2021 od 10.00 do 11.30 hod. | on-line

PROGRAM:

09.45 - 10.00 Připojování účastníků

10.00 - 10.10 Zahájení, přivítání účastníků, Irena Kadlčíková, MPSV ČR

10.10 - 10.30 Představení projektu Pečuj doma

Magdaléna Grünbecková, vedení Pečuj doma a Institutu důstojného stárnutí

10.30 - 10.45 Pečuj doma s Diakonií v Plzeňském kraji

Jitka Kallistová, poradkyně Pečuj doma pro Plzeňský kraj

10.30 - 10.45 Rozvoj sociálních služeb na Přestíčku

Martina Mišková, ředitelka Kulturního a komunitního centra Přestíčka

11.00 - 11.20 Nouzový plán péče

Ivana Kotrčová, vedoucí poradců pro pečující Pečuj doma

11.20 - 11.30 Diskuse a závěr

Svoji účast, prosím, potvrďte do 16. 6. 2021 na e-mail irena.kadlickova@mpsv.cz

V Plzni, dne 24. 5. 2021

Mgr. Irena Kadlčíková
Krajský koordinátor
Plzeňský kraj

Kašárkova 4
301 00 Plzeň 3
776 232 973 | irena.kadlickova@mpsv.cz



<https://seniorivkrajich.mpsv.cz>

www.huranavylet.cz

S velkým zájmem, hojnou účastí i s pozitivní zpětnou vazbou se setkal on-line kulatý stůl na téma **Plánování seniorské politiky na úrovni obcí**, kde se účastníci kromě jiného mohli dozvědět, jak se přihlásit do **soutěže Obec přátelská rodině a seniorům MPSV ČR** a poslechnout si příspěvek o proseniorské politice MO 3 Plzeň, které seniorům nově nabízí **kontaktní místo**, což jsou prostory, které začaly fungovat v přízemí budovy Úřadu městského obvodu Plzeň 3. Tyto prostory budou nejen lepším místem pro kontakt seniorů s úřadem,

ale zároveň i prostorem pro jejich další aktivity. Budou sloužit například k zakoupení zvýhodněných vstupenek do divadla, zájezdů, vyslechnutí zajímavých přednášek či k vytvoření něčeho jen tak pro radost.

Na červen je ještě v Plzeňském kraji naplánovaný další on-line kulatý stůl na téma „Pečuj doma – cílená podpora rodinných pečujících“, na který vás srdečně zveme.

Irena Kadlčíková, koordinátorka projektu pro Plzeňský kraj



Středočeský kraj

Během jara se i ve Středočeském kraji pořádal projekt Senioři v krajích on-line kulaté stoly. Od dubna do první poloviny června se jich konalo pět a témata byla opravdu pestrá. Letošní sérii jsme zahájili představením projektu **Pečuj doma**, který se věnuje neformálním pečujícím. Jejich další iniciativy, kterými lidem vytrvale pečujícím o své blízké pomáhají, se rozšířily o Nouzový plán péče a Mapu podpory pečujících.

Následoval druhý on-line kulatý stůl, který se věnoval zvyšování digitální gramotnosti seniorů. Svůj projekt **Digitální Odyssea** na něm představila Nadace Vodafone spolu se spolkem Moudrá sovička. Také vystoupila organizace

Transitions s projektem **Digitální vzdělávání seniorů a starších dospělých**. Cílem tohoto on-line setkání bylo informovat organizace pracující se seniory o možnostech, jak starším lidem přiblížit digitální svět, naučit je pracovat s moderními technologiemi a být tak v lepším kontaktu se svými blízkými a rodinami nejen v době lockdownu.

Jako třetí v pořadí přišel na řadu kulatý stůl s názvem **Duchovní potřeby seniorů a důstojný závěr života**. Zde se představil Domácí hospic Nablízku z Lysé nad Labem i pobytový Hospic Dobrého Pastýře z Čerčan. O duchovních potřebách seniorů a umírajících také promluvil hořovický nemocniční kaplan Zbyšek Jonczy a farářka z Diakonie ČCE Marta Zemánková.

Čtvrtý on-line kulatý stůl se zabýval **Plánováním seniorské politiky na úrovni obcí**. Účastníci zde dostali jakýsi „návod“, jak seniorskou politiku plánovat a proč je to důležité. Také zde zazněly příklady dobré praxe z měst Kouřim, Psáry, Benešov a městské části Praha 7.

Zatím poslední kulatý stůl se konal na téma **Seniorská obálka**. Byl určený pro „nováčky“, kteří se chystají distribuovat jak domácí verzi Seniorské obálky, tak i verzi Mini, která je naší novinkou a je určena (nejen pro seniory) do peněženky, aby ji mohli mít stále u sebe. Představili jsme obě její verze, nové formuláře a tipy, jak Seniorskou obálku šířit mezi seniory. Zazněly také příklady dobré praxe z již zapojených obcí.

Všechny on-line kulaté stoly byly účastníky dobře hodnocené a přišly na ně velmi kladné ohlasy. Dva z nich však měly odezvu o poznání výraznější, a to kulaté stoly s tématy Pečuj doma a Plánování seniorské politiky. Během akcí probíhaly velmi konkrétní a inspirativní diskuse, účastníci si předávali zkušenosti a příklady dobré praxe. I co se účasti týče, on-line kulaté stoly byly navštěvovanější než

ty pořádané prezenčně v předchozích letech. To samozřejmě připisujeme snadnější dostupnosti a díky on-line formě i úspoře času, který je potřeba pro dojezd v rámci rozlehlosti kraje.

Podělíme se také o jeden z ohlasů:

Dobrý den paní Doupovcová,

děkuji za předchozí kulatý stůl Duchovní potřeby seniorů a důstojný závěr života - bylo to velmi zajímavé, předaná zkušenost je velmi hodnotná informace. Práce v hospicích je velmi náročná, jsou to úžasní lidé. Děkuji Vám, že tyto akce pořádáte, že mohu alespoň takto zprostředkovaně vyslechnout, s čím se lidé kolem sociálních služeb potýkají přímo v praxi, považuji to za cenné.

Děkuji a přeji hezký den, M.H., Středočes. kraj

Martina Doupovcová, koordinátorka projektu pro Středočeský kraj

Ústecký kraj

V Ústeckém kraji se v uplynulých měsících uskutečnily dva online kulaté stoly. První z nich se konal v dubnu a jeho hlavním cílem bylo seznámit zástupce obcí (a nejen obcí) s problematikou **plánování seniorské politiky na ORP**. Hlavním vystupujícím zde byl RNDr. Pavel Bednář, Ph.D., ředitel Ústavu regionálního rozvoje, veřejné správy a práva, Fakulty managementu a ekonomiky, Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, který v rámci své prezentace popsal obecné rady, jak začít plánovat, včetně udržení návaznosti plánování na obcích na vyšší strategické dokumenty – kraje a ministerstva. Setkání bylo dále doplněno o prezentaci projektu **Digitální odyssea** od Nadace Vodafone realizovaného spolkem Moudrá sovička. Tento projekt je určený pro seniory 65+, kteří mají zájem naučit se správně a bezpečně ovládat svá elektronická zařízení (chytrý telefon, tablet atd.) a s nimi spojené služby. Předseda dané-

ho spolku, Ing. Tomáš Hubálek, dále představil **Mobilní centrum pro seniory**, kde mohou senioři 65+ navštívit digitálního asistenta a s jeho pomocí vyřešit své problémy s telefonem, tabletem či notebookem.

Druhý kulatý stůl si našel své posluchače na konci měsíce května a dané online setkání bylo věnováno novinkám k **Seniorské obálce**, která se v kraji těší velké podpoře. Druhým tématem se stala prezentace aktivit Diakonie ČCE, především pak šíření informací o tzv. **Nouzovém plánu péče a Mapě pro pečující osoby**.

Tímto bych ráda všem vystupujícím, ale také účastníkům, ještě jednou poděkovala a budu se těšit na setkání při dalších plánovaných aktivitách a akcích!

Lenka Tomanová, koordinátorka projektu pro Ústecký kraj

OPOČNO
zámek

4. 6. 2021 | 5. 6. 2021 | 6. 5. 2021 | 13. 8. 2021

14. 8. 2021 | 14. 8. 2021 | 15. 8. 2021

www.kulturapodhvezdami.cz



Zlínský kraj

Ve Zlínském kraji se konal první on-line kulatý stůl na téma **Digitální technologie bourají izolaci seniorů**. Jak název napovídá, týkal se digitální gramotnosti seniorů. Ještě více však stavění komunikačních mostů, kterými digitální zařízení mohou pro seniory být. A to nejen v době „covidové“. Ing. Tomáš Hubálek, předseda neziskové organizace Moudrá Sovička z.s., seznámil účastníky kulatého stolu s principy práce, které se spolek již šest let usilovně věnuje. Spolek Moudrá Sovička nabízí seniorům zdarma různé formy skupinových i individuálních digi lekcí, přiveze plně vybavenou pojízdnou učebnu i do malých obcí. Zkušenosti lektorů potvrzují, že zvyšování digitální gramotnosti seniorů přináší mnoho benefitů. Především vede ke zvýšení bezpečí a samostatnosti, zapojení do společenského života, zlepšení spojení s rodinou, přáteli a institucemi. Již samotný proces učení napomáhá aktivizaci seniorů, snižuje osamělost a dává příležitost k bližšímu mezigeneračnímu propojení.

Tutéž kladnou zkušenost s ochotou a vůlí seniorů vzdělávat se a „být on-line“ zaznamenaly další dvě přednášející, Ing. Mgr. Jarmila Hřebíčková, referentka Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, a Mgr. Zuzana Zendulková z Krajské knihovny Františka Bartoše ve Zlíně. Obě dámy obětavě a houževnatě motivují své klienty, seniorské studenty univerzit třetího věku, k rozvíjení talentů, znalostí a vědomostí i covidové době navzdory. Přiblížily nesnáze a obavy, které začátky on-line výuky provázely a jak pedagogové i studující novou situaci zvládli a zpětně hodnotí. Z diskusní části kulatého stolu bylo patrné, že téma účastníky oslovuje a díky navázaným kontaktům a předané zkušenosti se

rýsují nové příležitosti spolupráce. Video k on-line U3V CNN Prima News 26.11.2020 můžete vidět ZDE.



Soutěž: Moje oblíbená knižní postava

Soutěže se zúčastnily děti ze čtyř vsetínských mateřinek – MŠ Na Kopečku, MŠ Trávníky, MŠ Ohrada a MŠ Štěpán. Na krásně barevných obrázcích se nejčastěji objevovaly postavičky ze známých knih O krtečkovi, O pejskovi a kočičce nebo králíci z klobouku Bob a Bobek. Nechyběly ani postavičky z klasických pohádek jako Růženka, Zlatovláska nebo Červená Karkulka a své místo si mezi nejoblíbenějšími postavami našel také Rumcajs, draci i andělé. Děti se pustily i do společné práce, a tak chodby knihovny zdobí třeba les plný lišek z pohádky „O chytré kmotře lišce“. Všechny práce, včetně těch oceněných, jsou k vidění na chodbách knihovny na Dolním náměstí. **Výstava je ke zhlédnutí i online na YouTube knihovny.**

Eliška Piřková, koordinátorka projektu pro Zlínský kraj

ZÁBAVA PRO CELOU RODINU

Regionální hra POZNÁVÁME VALAŠSKO

HRA JE PRO VSECHNY A ZCELA ZDARMA

JE TU OPĚT MEDVĚD JURÁ, KTERÝ NA VALAŠSKU SCHOVAL 20 RAZÍTEK. VYDEJTE SE PO JEHO STOPÁCH NA KRÁSNA MÍSTA VALAŠSKA. UŽIJTE SI ZÁBAVU V PŘÍRODĚ A ZKUSTE TAKÉ ŠTĚSTÍ VE FINÁLNÍM SLOSOVÁNÍ O HODNOTNÉ CENY!

Hra začíná 1. června 2021 a trvá až do 30. září 2021.

VYZVEDNĚTE SI V JAKÉMKOLIV INFORMAČNÍM CENTRU NA VALAŠSKU HERNÍ BROŽURU NEBO SI STÁHNĚTE HERNÍ PLÁNEK NA WEBU www.poznavamevalassko.cz

Valašsko

SEEKORKA

geolokační hra nejen pro milovníky knih od 0 do 99 let

1. 5. - 31. 8. 2021



masarykova veřejná knihovna
vsetín

dostupné přes mobilní aplikaci
Actionbound

#seniořivkrajích



CAESAR SALÁT

INGREDIENCE

- římský salát: 200 g
- bílý toustový chléb
- plátky slaniny
- parmezán
- sůl
- pepř
- Na zálivku:
- žloutky: 1 ks
- ančovičky: 1 ks
- olivový olej: 70 ml
- dijonská hořčice: 1 KL
- worcesterová omáčka: 1 KL
- citronová šťáva: 1 PL
- KL - Kávová lžička,
- PL - Polévková lžíce



MUSÍM PŘIZNAT, ŽE NAVZDORY POSTUPUJÍCÍMU VĚKU
NĚKTERÉ SCHOPNOSTI ZŮSTÁVAJÍ NEDEŇNĚ.



PADÁ HVĚZDIČKA, HONETI SI NĚCO PŘEJ, TŘEBA VALORIZACI DŮCHODŮ!



ÚDAJE SLOUŽÍ K INFORMACI V SITUACI TÍSNĚ A OHROŽENÍ ZDRAVÍ NEBO ŽIVOTA

#seniořivkrajích

!!! V PŘÍPADĚ NALÉHAVÉ POMOCI !!!

VYPLŇTE TISKACÍM PÍSMEM

JMÉNO, PŘÍJMENÍ (titul)

JINÉ DŮLEŽITÉ (alergie, diabetes, epilepsie, poruchy chování a paměti...)

DATUM NAROZENÍ

ZDRAVOTNÍ POJIŠŤOVNA

DATUM VYPLNĚNÍ

Table with 5 columns: CHRONICKÉ NEMOCI, OD KDY, LÉKY, DÁVKA, DÁVKOVÁNÍ

KONTAKT A ÚDAJE O BLÍZKÉ OSOBĚ (např. Jan Novák | syn) MOBIL

KONTAKT, RAZÍTKO PRAKT. LÉKAŘE

Table with 3 columns: OČKOVÁNÍ (chřipka, covid, tetanus atd.), Datum, Vakcína, Přeočkování

Souhlasím s využitím těchto údajů pro potřeby IZS v případě mého ošetření. PODPIS



ÚDAJE SLOUŽÍ K INFORMACI V SITUACI TÍSNĚ A OHROŽENÍ ZDRAVÍ NEBO ŽIVOTA

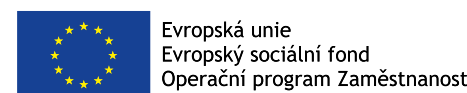
DALŠÍ POZNÁMKY: Informace o službách v obci / ORP



ÚDAJE SLOUŽÍ K INFORMACI V SITUACI TÍSNĚ A OHROŽENÍ ZDRAVÍ NEBO ŽIVOTA

Projekt: Implementace politiky stárnutí na krajskou úroveň CZ.03.2.63/0.0./0.0./15_017/0006207

https://seniořivkrajich.mpsv.cz | www.facebook.com/seniořivkrajich



ÚDAJE SLOUŽÍ K INFORMACI V SITUACI TÍSNĚ A OHROŽENÍ ZDRAVÍ NEBO ŽIVOTA

- 155 ZÁCHRANNÁ SLUŽBA
158 POLICIE ČR
150 HASIČI
156 MĚSTSKÁ POLICIE
112 INTEGR. ZÁCHRANNÝ SYSTÉM



OMEZENÍ (zakřížujte) with icons for walking stick, hearing aid, wheelchair

Seniorská obálka | I.C.E. karta



Kontakty

OČKOVÁNÍ (chřipka, covid, tetanus atd.)		
Datum	Vakcína	Přeočkování

Souhlasím s využitím těchto údajů pro potřeby IZS v případě mého ošetření. PODPIS

155 ZÁCHRANNÁ SLUŽBA
158 POLICIE ČR
150 HASIČI
156 MĚSTSKÁ POLICIE
112 INTEGR. ZÁCHRANNÝ SYSTÉM #seniořivkrajích

Projekt: Implementace politiky stárnutí na krajskou úroveň CZ.03.2.63/0.0./0.0./15_017/0006207

I.C.E. KARTA
!!! V PŘÍPADĚ NALÉHAVÉ POMOCI !!!

JMÉNO, PŘÍJMENÍ (titul) _____

JINÉ DŮLEŽITÉ (alergie, diabetes, epilepsie, poruchy chování a paměti...) _____

DATUM NAROZENÍ _____
ZDR. POJIŠŤOVNA _____
DATUM VYPLNĚNÍ _____

OMEZENÍ (zakřížkujte)

ÚDAJE O BLÍZKÉ OSOBE (např. Jan Novák, syn) _____ **MOBIL** _____

KONTAKT PŘÍPADNĚ PRAKTICKÉHO LÉKAŘE _____

CHRONICKÉ NEMOCI (např. hypertenze, ICHS, astma...)	OD KDY (např. od 2013)	LÉKY (např. Prestance)	DÁVKA (např. 5 mg)	DÁVKOVÁNÍ (např. 1-0-0)

JMÉNO A PŘÍJMENÍ	POZICE	KANCELÁŘ	MOBIL	E-MAIL
Bc. Michaela Vodrážková	Odborná gestorka projektu	Na Maninách 876/7 170 00 Praha 7	778 455 756	michaela.vodrazkova@mpsv.cz
Bc. Jiřina Rábiková Džamková	Národní koordinátorka projektu	Na Maninách 876/7 170 00 Praha 7	771 121 708	jirina.rabikova@mpsv.cz
Mgr. Bohumila Anna Eisenhammer	Odborný garant analýzy a studie	Na Maninách 876/7 170 00 Praha 7	770 169 128	bohumila.eisenhammer@mpsv.cz
David Peltán, Dis.	PR a komunikace projektu	Na Maninách 876/7 170 00 Praha 7	604 974 066	david.peltan@mpsv.cz
Mgr. Andrej Dan Bárdoš	Krajský koordinátor Praha	Na Maninách 876/7 170 00 Praha 7	778 716 523	andrej.bardos@mpsv.cz
Bc. Alena Bártíková, DiS.	Krajská koordinátorka Jihočeský kraj	Žižkova 309/12 370 01 České Budějovice	770 147 923	alena.bartikova@mpsv.cz
Bc. Miloslav Čermák	Krajský koordinátor Karlovarský kraj	Závodní 152, 360 06 Karlovy Vary	731 670 007	miloslav.cermak@mpsv.cz
Bc. Martina Doupovcová	Krajská koordinátorka Středočeský kraj	5.20A, Na Maninách 876/7 170 00 Praha 7	778 455 760	martina.doupovcova@mpsv.cz
Mgr. Jana Fröhlichová	Krajská koordinátorka Královéhradecký kraj	Gočárova třída 1620/30, 500 02 Hradec Králové	728 483 919	jana.frohlichova@mpsv.cz
Ing. Eliška Pífková	Kontaktní osoba pro Zlínský kraj	Zarámí 92, MANAG spol. s r.o. 760 01 Zlín	727 868 405	eliska.pifkova@mpsv.cz
Mgr. Irena Kadlčíková	Krajská koordinátorka Plzeňský kraj	Kollárova 942/4 301 00 Plzeň	776 292 573	irena.kadlcikova@mpsv.cz
Ing. Pavla Kasášová	Krajská koordinátorka Moravskoslezský kraj	U Tiskárny 578/1 702 00 Ostrava	778 455 759	pavla.kasasova@mpsv.cz
RNDr. Marie Kružíková	Krajská koordinátorka Kraj Vysočina	Žižkova 1872/89 586 01 Jihlava	770 116 500	marie.kruzikova@mpsv.cz
Mgr. Michaela Müllerová	Krajská koordinátorka Pardubický kraj	Masarykovo nám. 1484 530 02 Pardubice	778 716 719	michaela.mullerova1@mpsv.cz
Mgr. Pavla Řečtáčková	Krajská koordinátorka Liberecký kraj	Felberova 604, 460 01 Liberec - Kristiánov	777 137 839	pavla.rechtackova@mpsv.cz
Ing. Lenka Tomanová	Krajská koordinátorka Ústecký kraj	Bělehradská 1338/15 400 01 Ústí n. Labem	734 616 901	lenka.tomanova@mpsv.cz
Ing. Václav Zatloukal	Krajský koordinátor Olomoucký kraj	AB centrum, tř. Kosmonautů 989/8 779 00 Olomouc	778 716 720	vaclav.zatloukal@mpsv.cz
Dana Žižkovská	Krajská koordinátorka Jihomoravský kraj	Terezy Novákové 1947/62a 621 00 Brno	770 116 565	dana.zizkovska@mpsv.cz

www.mpsv.cz | Ministerstvo práce a sociálních věcí | Na Poříčním právu 1/376 | 128 01 Praha

<https://seniorivkrajich.mpsv.cz> | www.facebook.com/seniorivkrajich | www.youtube.com/channel/UCJtArtCw_4lpncFwtPX0HFQ

#seniořivkrajích



#seniořivkrajích

Implementace politiky stárnutí na krajskou úroveň
reg. č. (CZ.03.2.63/0.0 /0.0 /15_017/0006207).

Tento projekt je financován z Operačního programu
Zaměstnanost a ze státního rozpočtu ČR.

PROJEKT IMPLEMENTACE POLITIKY STÁRNUTÍ NA KRAJSKOU ÚROVEŇ, MINISTERSTVA
PRÁCE A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ.

Projekt na podporu a rozšíření politiky přípravy na stárnutí napříč ČR, 2017–2020

Cílem projektu je začlenit agendu přípravy na stárnutí do stávajících strategických
a rozvojových dokumentů krajů a zároveň napomáhat plnění

Projekt: Implementace politiky stárnutí na krajskou úroveň
CZ.03.2.63/0.0./0.0./15_017/0006207



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost



MINISTERSTVO PRÁCE
A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ


#seniořivkrajích