



- Zhodnocení kulatých stolů
- Rozhovory
- Výzva Jerusalema Challenge
- Májové vtipy
- Recept



Úvod

Tak jako i další organizace přesunuly svoje aktivity do virtuálního prostředí, tak i my jsme v novém roce spustili sérii online kulatých stolů. Začali jsme s centrálními kulatými stoly, a poté jsme se s jejich organizací přesunuli na kraje, kde si jejich pořádání vzali na starost naši krajští koordinátoři.

I přes počáteční boj s online prostorem, připojením a technikou jsme nakonec tuto bitvu vybojovali a od března až do června průběžně pořádáme desítky regionálních kulatých stolů. K těm se budeme postupně vracet v dalších číslech zpravodaje.

Hlavní nosná témata besed jsme zvolili tři - **Nouzový plán péče, Duchovní potřeby seniorů a důstojný závěr života** a informujeme také o **Metodice týkající se plánování na ORP (obec s rozšířenou působností)**. Pomyslnou třešničkou na našem virtuálním dortu byla v únoru organizace prvního online kulatého stolu na téma **Zpracovaných analýz a studií**, které vznikly v rámci našeho projektu Implementace politiky stárnutí na krajskou úroveň.

V květnovém čísle zpravodaje Senioři v krajích se zabýváme zhodnocením centrálních kulatých stolů, které se konaly v březnu, a prostor dostaly také nezodpovězené otázky z těchto besed. Odpovědi na ně se chopili přímo přednášející odborníci. Vzhledem k ročnímu období a májovému měsíci však neopomíjíme témata s nimi souvisejícími - tedy jarní aktivity, lásku a svěží recepty.

Láskyplný čas u čtení dalšího zpravodaje přejí Senioři v krajích



ROZHOVOR S OSOBNOSTÍ

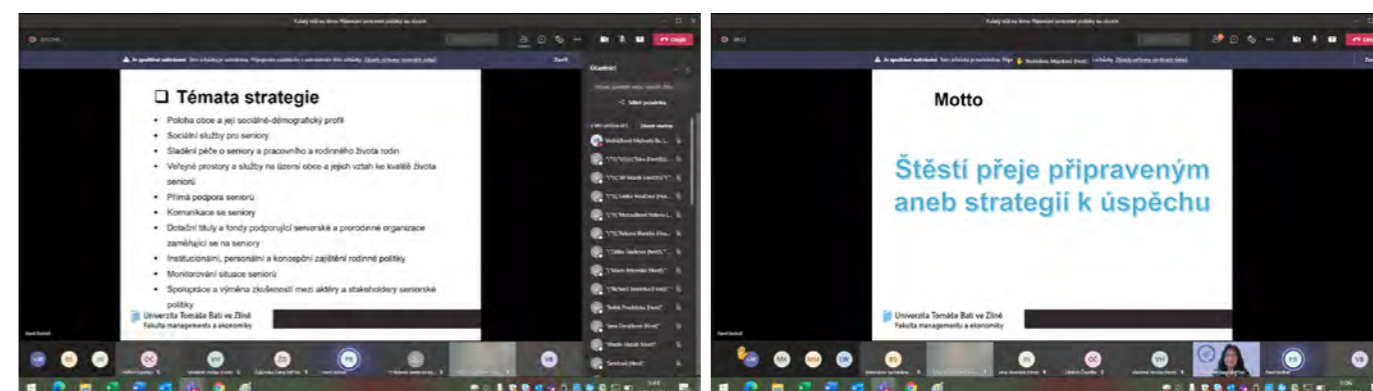
Pandemie nestopla komunikaci českých a slovenských seniorů, sešli se online

Historicky první mezinárodní setkání seniorů z Olomouce a ze Slovenska v rámci projektu Senioři v krajích se uskutečnilo ve čtvrtek 22. dubna, a to virtuálně přes internet. „Akci jsme pořádali ve spolupráci s Krajskou radou seniorů Olomouckého kraje a cílem bylo zhodnotit činnost věnovanou seniorům v Olomouckém kraji a zároveň načerpat zkušenosti ze Slovenska, Bardějova a Prešovského kraje,“ říká krajský koordinátor projektu Senioři v krajích **Václav Zatloukal**, který celou akci technicky zabezpečoval a zároveň moderoval.

Jako prvního vystupujícího přivítal prvního náměstka hejtmana Olomouckého kraje Ivo Slavotínka, který má seniorskou problematiku ve své gesci. Následovalo vystoupení Mileny Hesové za Krajskou radu seniorů a blok vystoupení z Olomouce završil Tomáš Weber, který prezentoval Krajský projekt Seniorské cestování.

V druhé části vystoupili přátelé – senioři ze Slovenska, z Bratislavy Valéria Pokorná, která zastupovala předsednictvo Jednoty důchodcov Slovenska, a z druhého konce republiky vystoupila Anna Petričová, předsedkyně JDS Prešovského kraje a Juraj Philippi z lázeňského města Bardějova.

„Všichni se těšíme, až budeme naočkováni a uvidíme se na vlastní oči na některé naší společné akci, jakou jsou například Sportovní hry seniorů,“ podotkl koordinátor Václav Zatloukal.



Na základě velkého úspěchu vám přinášíme dva rozhovory, které vznikly v rámci kulatého stolu Mezinárodní spolupráce seniorů v době pandemie. Jako první několik otázek pro zpravodaj Seniori v krajích zodpověděla Milena Hesová, předsedkyně Krajské rady seniorů Olomouckého kraje.

Milena Hesová

předsedkyně Krajské rady seniorů Olomouckého kraje.



Jak dlouho se zabýváte seniorskou problematikou?

Se seniory pracuji dlouhodobě, poradkyní hejtmana Olomouckého kraje.

je jsem již sedm let. Kancelář mám přímo na hejtmánství, což ulehčuje mou práci a musím říct, že spolupráce je výborná.

Kolik seniorů zastupujete?

Rada seniorů ČR z.s. je konfederací 20 organizací s celostátní působností: 16 organizací s regionální působností, 181 klubů seniorů a 24 Městských Rad seniorů. Celkem máme více než 350 000 členů. V Olomouckém kraji evidujeme 58 spolků, jednu městskou Radu seniorů a máme přes 6000 členů.

Jak vypadá vaše práce v době pandemie?

I v této nelehké době funguje naše bezplatná právní poradna, která je určena pro seniory z celého Olomouckého kraje. Nyní s námi seniory komunikují převážně telefonicky nebo přes email poradna.olomouc@rscr.cz. Aby byla komunikace možná elektronicky, zprovoznil jsem nové

webové stránky www.krsol.cz, Youtube kanál, Instagram https://www.instagram.com/krs_ok/ a aktualizujeme náš profil na Facebooku. Připravujeme naše oblíbené akce: Táborem školu pro seniory, soutěž Babička roku, sportovní hry seniorů. Wellnesových ozdravných pobytů pro seniory v Sezimově Ústí se zúčastnilo již více než 600 seniorů. Pomáháme s registrací seniorů na vakcinaci.

A jak vlastně vznikla spolupráce se Slovenskem?

S Jednotou důchodců Slovenska jsme začali spolupracovat jako první kraj v České republice již před mnoha lety. Pravidelně se setkáváme při sportovních setkáních. Spolupracujeme také s polským Opolským vojvodstvím. A právě proto jsme se domluvili i na pořádání mezinárodního kulatého stolu s vaším projektem Seniori v krajích, na kterém přátelé ze Slovenska, z Prešovského kraje a Bardějova, vystoupili.

Ve druhém rozhovoru jsme se ptali Valérie Pokorné, místopředsedkyně Jednoty důchodců na Slovensku. Interview je ponecháno autenticky ve slovenštině.

Valérie Pokorná

místopředsedkyně Jednoty důchodců na Slovensku



Kolik seniorů na Slovensku zastupujete?

Jednota důchodců na Slovensku je občianske združenie s počtom členov viac ako 100 tisíc. Organizácia pozostáva z osem krajských, 72 okresných a 1254 základných organizácií. JDS je financovaná z členských príspevkov, dotácií a darov od sponzorov. Základné organizácie tvoria piliere združenia, nakoľko vykonávajú pre svojich členov množstvo akcií. Tiež v rámci svojich možností pomáhajú seniorom s domácim opatrovatelstvom, nákupmi a čo je najdôležitejšie svojimi aktivitami prispievajú k socializácii tejto vrstvy obyvateľstva. Okresné a krajské organizácie zastrešujú činnosť a organizujú podujatia na svojej úrovni, s tým, že účastníci celoslovenských podujatí reprezentujú víťazov jednotlivých kôl.

Jaké akce organizujete?

Ústredie JDS každoročne usporadúva, vďaka dotácií MK SR, tri celoslovenské podujatia ako je

Celoslovenská prehliadka speváckych súborov v roku 2021. V roku 2020 sa prehliadka uskutočnila v Rožnave, pod gesciou Košického kraja, prehliadka dopadla vynikajúco a bola to jediná akcia, ktorú sa nám vzhľadom na pandemickú situáciu podarilo uskutočniť. V tomto roku sa spevácke súbory zídu v Mestskom divadle v Žiline, termín je naplánovaný na august alebo september v závislosti od pandemickej situácie a možnosti prenájmu priestorov divadla. Ďalšími sú Celoslovenská výstava ručných prác - október 2021 Bratislava a Celoslovenská prehliadka v prednese prózy, poézie a vlastnej tvorby Trenčianske Teplice (9.10. 2021). Trenčianske Teplice – Učiteľský ústav, sme vybrali aj z dôvodu, že Zbor slovenských učiteľov so sídlom v Tepliciach oslavuje 100. výročie svojho založenia a značná časť jeho členov je aktívna aj v našej organizácii.

V pandemickom roku 2021 Dr. Luknár, podpredseda pre voľnočasové aktivity, vyhlásil v rámci mesiaca marec – mesiac kníh, akciu pod názvom „Z úcty k životu...“ prehliadku literárnej tvorby našich členov po novom.

Každoročnou tradíciou je aj usporiadanie celoslovenských športových hier seniorov, ktoré budeme musieť

pravdepodobne, tak ako v minulom roku, oželiť. Niektoré okresné a krajské organizácie plánujú športové hry usporiadať, samozrejme s ohľadom na maximálne bezpečnostné opatrenia. S podporou MPSVaR každoročne vydávame časopis Tretí vek, časopis vychádza šesťkrát ročne v náklade 4 500 kusov a v roku sme vydávali 25 ročník. Časopis je možné pozrieť aj na našej webovej stránke ZDE. (www.jds.sk)

Pomáhate seniorom i v jiných oblastiach?

Významnou pomocou našim seniorom je možnosť zúčastniť sa rekondično-liečebných pobytov v 14 kúpeľných zariadeniach na celom Slovensku. V roku 2021 takýmto spôsobom odrekreujeme 7 000 seniorov. MPSVaR prispieva na jeden pobyt dotáciou vo výške 50 euro.

Pri sčítaní obyvateľstva participujeme s MV SR na propagácii bezpečného sčítania. Dôchodcovia, ktorí sa nemohli sčítať elektronicky, budú mať možnosť prihlásiť sa na vytvorené strediská, alebo sčítací komisár navštívi občanov priamo v domácnosti. Aby sa predišlo zneužitiu seniorov, MV SR vypracovalo informačný materiál ako sa takýmto situáciám vyhnúť.

Václav Zatloukal,
krajský koordinátor Olomouckého kraje



KULATÉ STOLY 2021

V tomto vydání se ohlížíme za čtyřmi online kulatými stoly pořádanými přímo centrálním realizačním týmem projektu Senioři v krajích. Zúčastnilo se jich bezmála 600 účastníků. Dále odpovíme také na vybrané dotazy, jež jste nám napsali buď do chatu, nebo do emailu při třech ze čtyř online kulatých stolů - **Duchovní potřeby seniorů a důstojný závěr života, Plánování na ORP a Nouzový plán péče.**

Jaký byl online kulatý stůl Analýzy a studie?

Projekt Implementace politiky stárnutí na krajskou úroveň MPSV ČR pořádal 11. února 2021 první letošní on-line kulatý stůl. Zabýval se analýzami a studiemi, které byly dokončeny v průběhu roku 2020. Těmito analýzami a studiemi jsou **Podklady pro návrh systémového opatření v oblasti zdravého stárnutí, Zmapování segmentu služeb pro domácnosti seniorů, Realizace Kvantitativního výzkumu – životní postoje a preference seniorů a Evaluace projektu Implementace politiky stárnutí na krajích.** Na kulatý stůl se hlásilo přes 150 zájemců z řad odborníků i laické veřejnosti.

Přednášejícími byli za analýzu Podklady pro návrh systémového opatření v oblasti zdravého stárnutí Mgr. Petra Ponocná, PhD. ze společnosti Inesan, s.r.o., za Zmapování segmentu služeb pro domácnosti seniorů Mgr. Ing. Václav Haas ze společnosti Moore Czech republic, s.r.o., za výzkum Realizace Kvantitativního výzkumu – životní postoje a preference seniorů Ing. Tomáš Kravka ze společnosti MindBridge Consulting a.s. a za Evaluaci projektu Implementace politiky stárnutí na krajích Mgr. Petra Šobáňová, PhD. z organizace SocioFactor, s.r.o. Kulatý stůl pak po odborné stránce zorganizovala Mgr. Bohumila Anna Eisenhammer, DiS., garantka analýz a studií projektu Implementace politiky stárnutí na krajské úrovni MPSV ČR.

Všechny prezentované analýzy jsou ke stažení na stránkách seniorivkrajich.mpsv.cz v sekci Soubory ke stažení. Finální výsledky jednotlivých studií přinesly mnoho zajímavých informací z oblasti veřejného mínění, v oblasti zdravého stárnutí, trávení volného času, konceptu celoživotního bydlení, bariér v rámci bydlení, využívání různých forem služeb, využívání jednotlivých informačních zdrojů apod.

Dále se můžete seznámit s jednotlivými příklady dobré praxe, a to jak v České republice, tak i ve vybraných evropských státech. Analýzy a studie přinášejí zajímavé závěry a doporučení pro

legislativní změnu právního rámce v ČR. Realizátoři jednotlivých analýz se svého úkolu zhostili zodpovědně, a tak byla ze zjištěných výsledků stanovena velmi zajímavá doporučení na základě porovnání stavu v jednotlivých evropských státech a tím tak vytvoření aplikovatelných doporučení i na podmínky České republiky.

Bohumila Anna Eisenhammer, garantka analýz a studií projektu Senioři v krajích

Kulatý stůl představil nástroj Nouzový plán péče. Díky zájmu byl opakován

Neformální péče je jedním z významných zdrojů pomoci a podpory poskytované v domácím prostředí. Právě poskytování neformální péče získává rovněž na významu v této nelehké době. Proto jsme byli rádi, že jsme mohli představit projekt **Pečuj doma** a jejich **Nouzový plán péče** s Mgr. Olgou Starostovou a Mgr. Ivo Marešem jako hlavními přednášejícími. Nouzový plán péče může pomoci nejen neformálním pečujícím, ale i samotným seniorům či nemocným lidem. O celorepublikový kulatý stůl Nouzový plán péče byl veliký zájem ze strany odborné i laické veřejnosti. Díky velkému zájmu jsme jej opakovali na celorepublikové úrovni a někteří koordinátoři projektu i nyní organizují krajské kulaté stoly na toto téma. Návštěvníci přednášky pokládali nejen otázky, ale i například podněty k doplnění Nouzového plánu péče. Nejčastějšími dotazy byly tyto, na které **odpověděla Olga Starostová.**

Pro koho je Nouzový plán péče, který lze stáhnout, a také se přihlásit do systému na webu **Pečuj doma (www.pecujdoma.cz)**, určený?

Je to nástroj podpory pro pečující, kteří se starají o své blízké v domácím prostředí. V současné situaci jsou ale často v obavách, že náhle nebudou moci z důvodu onemocnění. Tento plán je dotazníkem, který formou otázek vede pečující k zapsání důležitých informací pro udržení kvalitní péče v případě zastoupení pečujícího. Klíčové je také navrzení optimálně dvou osob, které mohou pečující v případě, že nemohou pečovat, zastoupit. Ideální je, když pečující tyto vytipované osoby také seznámí s informacemi, které uvedl v nouzovém plánu péče.

Někdy se stává, že primárních pečujících je víc, například u dětí s postižením. Je to tak. V současné době pracujeme na úpravě dotazníku, jenž vychází z reakcí těch, kteří se zúčastnili kulatých stolů či prezentací, anebo se přihlásili do našeho systému Nouzového plánu péče prostřednictvím našeho webu Pečuj doma. V dotazníku upravujeme prostor pro další pečující (často rodiče) a pokud mají zájem, pošleme průkaz pečujícího každému z nich.



Na koho se lze obrátit, pokud pečující doma nemá tiskárnu a nemůže si vyplněný Nouzový plán péče vytisknout?

Podmínkou je, aby pečující odeslal Nouzový plán péče do našeho systému. Pak stačí zavolat na bezplatnou poradenskou linku Pečuj doma 800 915 915 každý pracovní den od 9 do 20 hodin a domluvit se s poradkyní, která má službu, na možnosti vytištění. Zasíláme jej na požádání doporučeně.



A co když nemá pečující přístup k internetu?

Pak opět může zavolat na poradenskou linku Pečuj doma a požádat o zaslání formuláře Nouzového plánu péče k vyplnění. Také je možné kontaktovat poradkyně v poradenských místech osmi krajů ČR, jejich seznam je na stránkách Pečuj doma.

Může pečujícímu někdo poradit, pokud má nějaké otázky k vyplnění?

Opět jsou to poradkyně Pečuj doma na bezplatné poradenské lince nebo e-poradna Pečuj doma. Další informace je možné získat na poradna@pecujdoma.cz nebo na bezplatné poradenské lince 800 915 915. V případě námětů na úpravu dotazníku či systému kontaktujte mě, Olgu Starostovou, na 733 642 905 nebo olga.starostova@pecujdoma.cz, těšíme se na vaše náměty a zpětnou vazbu!

Alena Bártíková, krajská koordinátorka Jihočeského kraje

Ohlédnutí za kulatým stolem Duchovní potřeby seniorů a důstojný závěr života

Začátkem března se uskutečnil on-line kulatý stůl na téma *Duchovní potřeby seniorů a důstojné odcházení*. Reagoval na současnou aktuální situaci nemoci Covid, kdy se v krizové situaci ocitá mnoho lidí. Zvláště senioři, kteří se často ptají po smyslu života, mají obavy ze smrti a z budoucnosti. Kulatý stůl přiblížil účastníkům celou šíři duchovních potřeb, které jsou ve stáří specifické pro větší křehkost a zranitelnost seniorů. Téma uvedla Mgr. Věra Suchomelová, Ph.D. z Jihočeské univerzity, která se problematice věnuje dlouhodobě. Více informací je možné najít v její knize *Senioři a spiritualita – duchovní potřeby v každodenním životě*.

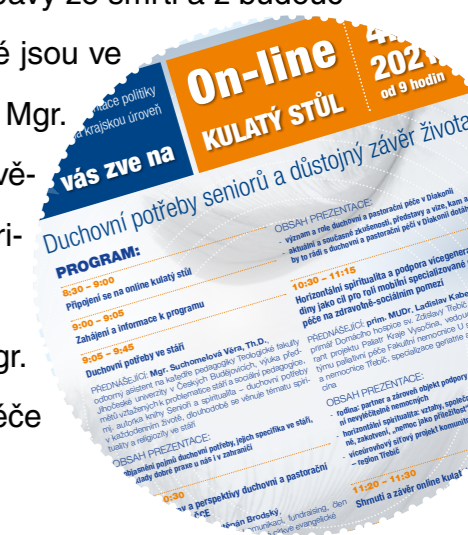
V další části kulatého stolu prezentoval zástupce Diakonie ČCE Mgr. Štěpán Brodský současný stav a perspektivy duchovní a pastorační péče v Diakonii ČCE. Četné dotazy zazněly od zástupců sociálních služeb.

Přinášíme odpovědi na dotazy z chatu, které nebyly zodpovězeny přímo na kulatém stole, ale byly zaslány účastníkům kulatého stolu po jeho skončení. Odpovídají přednášející **Mgr. Věra Suchomelová, Ph.D. (VS)** a **Mgr. Štěpán Brodský (ŠB)**.

Celoživotní hledání smyslu života v seniorském věku může být v některých situacích již pozdě nebo těžké začít jej hledat. Praktikuje se také tento přístup?

ŠB: Hledání smyslu života je podle mě těžké „vynucovat“ v jakémkoli věku. Někomu je to prostě dáno, jinému zase ne. Na věku tolik nesejde, to je hodně individuální. Podle mě to zřejmě souvisí s odpovědností člověka za život, za své jednání atp. Lidé, kteří berou tuto zodpovědnost vážně, mají tendenci zařazovat své bytí a přemýšlení do širšího kontextu (např. i kontextu hledání smyslu života jako takového). Zároveň jsem přesvědčen, že platí: když se člověk ocitne v „krizové situaci“ přirozeně vyvstávají otázky typu proč? K čemu to je? Dává to nějaký smysl? A za „krizovou situaci“ považují i léta na sklonku života, a proto nebývá neobvyklé, že lidé ve vyšším věku otázku hledání smyslu života najednou otevírají, i když je to předtím vůbec nezajímalo.

VS: Otázka hledání smyslu vlastního života může být aktuální v jakémkoliv věku. V přednášce zaznělo, že ve stáří je ten „správný čas“ hledat a nacházet smysl vlastního životního příběhu. To znamená hledat cestu, jak do svého životního příběhu zapracovat smysluplně i ztráty a „průšvihy“, něco, co už se objektivně „nedá změnit“, moje osobní selhání, ale i třeba to, že jsem radikálně



změnil způsob bydlení (může to být domov pro seniory). Otázky, které si člověk může klást – má můj život pořád smysl, když jsem tady, jsem závislý na pomoci ostatních a nemohu druhým pomáhat tak, jak jsem mohl dříve...? Co dává mému životu smysl? Proč tu ještě mám být? Co ještě mohu udělat? Parafrazujeme-li pohled logoterapie, může být užitečné otočit otázku: „Co já chci ještě od života?“, na „Co chce ještě život ode mě?“

Jak tuto situaci vylepšit u terénních sociálních služeb? Můžu k tomu, jako sociální pracovník nějak přispět?

VS: Určitě vlastním přístupem, důrazem na hodnoty, na kterých by mělo být poskytování služeb postaveno. Jinak záleží na tom, co v rámci terénních služeb poskytujete, zdali je tam prostor pro rozhovor (někdy je to schované pod individuální aktivizaci, ale vím o příkladu z jedné Charity, kde měli rozhovor jako samostatnou položku). Děkuji Vám za zpětnou vazbu!

Může z vašeho pohledu zastoupit roli kaplana sociální pracovník s psychoterapeutickým výcvikem? Jaký by byl zapotřebí výcvik nebo vzdělání v případě, že takového pracovníka již máme, který by byl ochoten se tomuto věnovat.

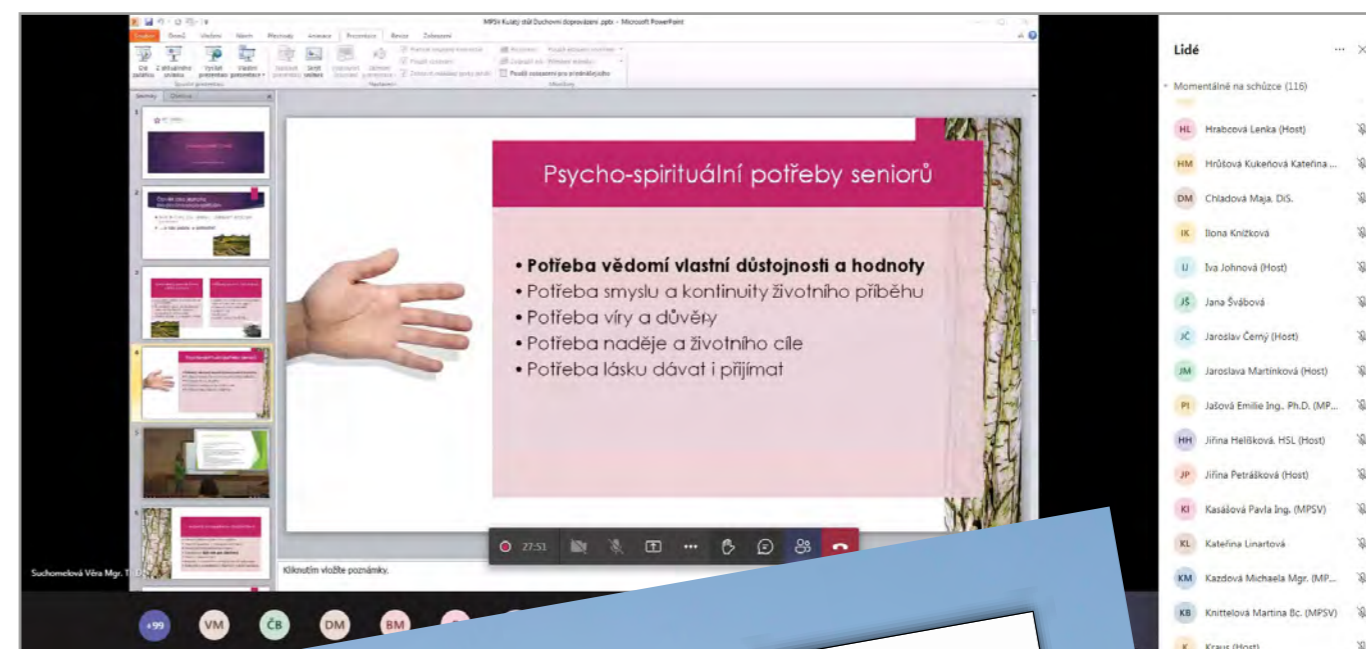
VS: Tento pracovník určitě může poskytovat psychosociální podporu klientům v rámci svého výcviku způsobem, pro jaký je vyškolen. Co je třeba si uvědomit, že péče o duchovní potřeby není primárně terapie. Součástí vzdělání kaplana je i otázka spirituality a jejích specifik vzhledem ke konkrétní cílové skupině (hospitalizovaní, rezidenti v domovech pro seniory).

ŠB: Podle mě je odpověď na otázku, zda může roli kaplana zastoupit jiný pracovník dvojaká: ano i ne. Ano ve smyslu, že být pozorný k duchovním či spirituálním potřebám klientů či kolegů v zaměstnání, to může být každý. A myslím, že každý, kdo ve svém životě bere spirituální rozměr vážně a zabývá se jím, je citlivý na tento rozměr i u druhých. Často v Diakonii říkáme, že otázka spirituální péče je záležitostí všech, nejen lidí, kterým je tento úkol svěřen. Na druhou stranu ne, už jen z pohledu náplně práce a postavení v týmu. Vzpomenete-li si na přednášku paní doktorky Suchomelové, kdy mluvila o semináři s kaplany z rakouských nemocnic a jak tam ukazovala denní program kaplana... Představte si sociálního pracovníka, který vedle svých povinností má mít ještě prostor pro naslouchání, být s klienty atp. A i když se to možná na první pohled nezdá, i profese kaplana předpokládá nějaké vzdělání na řekněme teologicko-filozofické rovině, kde může mít, byť dobře vycvičený sociální či aktivizační pracovník významný hendikep.

VS: Souhlasím naprosto s kolegou. Pouze doplňuji – v jeho přednášce zaznělo i to, že není dobré míchat dvě role v zařízení. Tedy, jako aktivizační pracovník jsem v jiném postavení vůči klientům, mám jasně danou náplň práce, používám určité metody. Jako „pečovatel o duchovní potřeby“

bych měl být plně k dispozici pro tuto službu včetně přístupu, vlastní formace, možnosti supervize atd... O tom, jak hospicová a paliativní péče pomáhá umírajícím lidem a jejich blízkým tuto těžkou etapu života ulehčit, promluvil Prim MUDr. Ladislav Kabelka, Ph.D. D., primář domácího hospice sv. Zdislavy a odborný garant projektu Paliatr na Vysočině. Další informace o fungování projektu Paliatr lze nalézt na www.paliatrvysocina.cz

Pavla Kasášová, koordinátorka projektu pro Moravskoslezský kra



JSME BLÍZKO VÁM
Institut klinické pastorační péče, z.ú.

CENTRUM PRO PASTORACI NEMOCNÝCH OLOMOUČ

Centrum pro pastorační nemocných Olomouc
a
JSME BLÍZKO VÁM – Institut klinické pastorační péče, z.ú.
pořádají

**INTERDIECÉZNÍ SETKÁNÍ DOBROVOLNÍKŮ
V PASTORAČNÍ PÉČI VE ZDRAVOTNICTVÍ**

Téma: **PASTORACE A SPIRITUALITA SENIORŮ V NEMOCNICÍCH**
Přednášející: **P. Doc. Ing. Mgr. Aleš Opatrný, Th.D.**

Kdy: **11. září 2021**
Kde: **Arcibiskupství olomoucké (Kurie, Biskupské náměstí 2, Olomouc)**

Program:

9:00 – 9:30 hod. - registrace účastníků
9:30 hod. - zahájení setkání
9:45 – 11:15 hod. - přednášky a diskuze
11:30 hod. - mše svatá v kapli sv. Anny
12:30 hod. - společný oběd
13:30 – 15:00 hod. - práce ve skupinkách
15:30 hod. - ukončení

Závazně se můžete přihlašovat na www.jsmeblizkovam.cz do 5. 9. 2021.
Můžete obrátit na koordinátorku dobrovolníků a PR
vera@ado.cz

Kulatý stůl Plánování seniorské politiky na obcích



Na dalším celostátním online kulatém stole jsme se věnovali tématu **Plánování seniorské politiky na úrovni obcí – proč je důležité plánovat a jak na to?** Program byl nabitý mnoha zajímavými informacemi nejen o metodickém postupu při plánování, ale i z pohledu praxe.

Prvním příspěvkem byl představen Metodický návod pro tvorbu strategií stárnutí v obcích. Dokument vznikl ve spolupráci s týmem pod vedením doktora Pavla Bednáře. Samotný dokument je dostupný na webových stránkách projektu Implementace politiky stárnutí na krajskou úroveň **ZDE**. V rámci prezentace byla představena východiska pro strategické plánování, kde je možné se inspirovat, co vlastně znamená termín strategie, jaká témata sledovat, koho oslovit ke spolupráci či jak navrhnout a formulovat vize, cíle a opatření.

Své zkušenosti s plánováním proseniorských opatření nám blíže představila zástupkyně z města Prachatic, které obývá 11 tisíc lidí, a přesto má bohaté a dlouholeté zkušenosti s plánováním seniorské politiky. Dále byl na kulatém stole příspěvek ze statutárního města Přerova, kde na loňském prosincovém jednání zastupitelstvo jednomyslně schválilo zcela první místní koncepci věnovanou proseniorské politice.

Jak může plánování obcí na svém území podporovat krajský úřad jsme diskutovali s Mgr. Bořivou Sekaninou z Jihomoravského kraje. Jihomoravský kraj se systematickému řešení seniorské politiky věnuje již od roku 2008. Na základě své praxe i inspirace ze zahraničí dobře koordinuje spolupráci s obcemi. Dokonce zde vznikají pozice koordinátorů rodinné politiky při městských či obecních úřadech a prostřednictvím těchto koordinátorů efektivně města a obce spolupracují s krajem na realizaci koncepce. Na závěr jsme si tzv. „přihřáli polívčičku“ i za naše ministerstvo, které vyhlašuje motivační soutěž Obec přátelská rodině a seniorům pro obce a města v oblasti rodinné politiky již od roku 2008, od roku 2017 přibyla i kategorie oceňující aktivity pro seniory. Jedná se o soutěž vhodnou pro obce všech velikostí, protože jsme přesvědčeni, že plánovat seniorskou politiku může opravdu každý!

Na dotazy účastníků přednášky dodatečně odpovídal **RNDr. Pavel Bednář, Ph.D.**, ředitel Ústavu regionálního rozvoje, veřejné správy a práva, Fakulty managementu a ekonomiky, Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně.

Jaký je rozdíl mezi komunitním plánováním a strategickým plánováním seniorské politiky na úrovni obce?

Komunitní přístup ke strategickému plánování jakékoliv rozvojové politiky, včetně seniorské politiky na úrovni obce, představuje přístup motivovaný zapojením aktérů této politiky, kterých se její cíle a opatření bezprostředně týkají. Komunitní přístup je typický zjišťováním názorů těchto místních aktérů a jejich zohledněním v přípravě strategie. Je nicméně přístupem, který je v praxi českých obcí obvykle doplňován, a někdy také zcela nahrazován, přístupem expertním. Expertní přístup ke strategickému plánování naopak zapojuje odborné pracovníky, kteří na problematiku přinášejí nezávislý pohled z vnějšku. Komunitní přístup a expertní přístup jsou tedy dvě metody, které lze využít ve strategickém plánování. V případě seniorské politiky na úrovni obce by aktéři zapojení do strategického plánování formou komunitního přístupu byli zejména senioři samotní, jejich rodiny, zařízení a organizace, které se seniory pracují, či s nimi spolupracují, popř. jsou jimi tvořeny, a dále ostatní relevantní aktéři, kteří jim na této úrovni nabízejí své služby.

Proč je pro obec důležité, přínosné plánovat samostatně proseniorská opatření?

Sektorově zaměřené plánování přináší mnohem detailnější a propracovanější pohled na problematiku kvality života seniorů oproti všeobecně koncipovaným strategickým dokumentům, které komplexně rozebírají a řeší život na území obcí. Návrhové části takto zaměřených strategických dokumentů, obsahující příslušná opatření, by se měly opírat o národní koncepční dokumenty, které formují odborný rámec seniorské politiky na základě současných poznatků z celého světa. Cílem seniorské politiky obcí je stát se jejich vhodným doplňkem na místní úrovni, přetvářející obecná doporučení do jedinečných podmínek příslušné municipality. Nicméně i tato činnost vyžaduje příslušné zkušenosti, dovednosti a znalosti všech zainteresovaných aktérů na území obcí, které lze velmi obtížně projednávat a řešit při přípravě, zpracování a realizaci všeobecných strategických dokumentů. Navíc, je nutno zdůraznit, že seniorská politika na každé územní úrovni, i té obecní, je průsečíkem všech oblastí života v obci, a její jedinečnost spočívá pouze v tom, že je zaměřena na určitou cílovou skupinu veřejného zájmu. Avšak tím, že budeme plánovat opatření seniorské politiky obcí samostatně, nejenže posílíme společenské vědomí obyvatel a aktérů o její důležitosti, nýbrž zdůrazníme i význam kvality života seniorů a mezigeneračního soužití pro rozvoj místní komunity.

A na dotazy rovněž odpověděla **Mgr. Bc. Jana Oltová**, ministerský rada Oddělení metodické podpory MPSV ČR.

Na celostátním online kulatém stole k plánování seniorské politiky na úrovni obcí jste prezentovala motivační dotační program MPSV Obec přátelská rodině a seniorům. Pro jaké obce je tato soutěž vhodná?

Soutěž Obec přátelská rodině a seniorům je určena pro všechny obce České republiky. Soutěž se skládá ze dvou dotačních oblastí, Obec přátelská rodině a Obec přátelská seniorům. Obce mohou zaslat přihlášky do obou dotačních oblastí. V obou dotačních oblastech obce soutěží v rámci pěti velikostních kategorií dle počtu obyvatel. V každé velikostní kategorii je určena vítězná obec, která obdrží finanční odměnu v podobě neinvestiční dotace. Tato finanční odměna je určena na realizaci opatření uvedených v žádosti. Podrobný popis podmínek soutěže lze nalézt na webových stránkách **MPSV**.

A mohou se obce a města do soutěže hlásit opakovaně, když je MPSV vyhláší každoročně?

Ano, obce se mohou hlásit opakovaně. Výjimka je pouze pro obce, které se umístily na první místě v jedné z velikostních kategorií a získaly nárok na dotaci. Tyto obce se mohou účastnit až rok od doby, kdy ukončily čerpání získané dotace.

Jana Fröhlichová, krajská koordinátorka Královéhradeckého kraje



Z REDAKČNÍ POŠTY



Na uspořádané kulaté stoly i platformy chodí do naší pošty nespočet ohlasů a podnětů. Přinášíme vybrané ohlasy, emaily na centrální online kulaté stoly.

Bc. Jiřina Rábíková Džamková, národní koordinátorka projektu Senioři v krajích

*Dobrý den,
děkuji za materiály i za kulatý stůl. Bylo to mimořádně zajímavé, oceňuji zejména výstup paní Suchomelové i to, že jste vybrali toto téma, které je zvláště v pobytových službách tak důležité.
S přáním všeho dobrého,
J. L., Praha*

*Dobrý den,
také se budu těšit při jiné příležitosti a vzhledem k tomu, co píšete, musím říct, že jsme se v poradně shodli, že témata, která vybíráte, nás často „pálí“, nejsou na ně jednoznačné odpovědi a že nám k těmto tématům formát kulatých stolů velice sedí. Ještě jednou děkuji za to, co děláte, a přeji mnoho sil do dalších aktivit. Rovněž s přátelským pozdravem,
S. B., Praha*

*Dobrý den,
děkuji za výstupy z kulatého stolu. Účastnila jsem se i vašeho druhého kulatého stolu a oba byly skvělé. Děkuji.
B. M., Humpolec*

*Dobrý den,
moc Vám děkuji za e-mail a přiložené soubory. Nouzový plán péče mě zaujal, děkuji za on-line kulatý stůl. S pozdravem a přáním hezkého dne
M. P., Česká Lípa*



STŘÍPKY Z KRAJŮ

Jihočeský kraj

V Jihočeském kraji zasedala komise pro soutěž „**Společnost přátelská zaměstnávání lidí 55+**“. Byli vybráni tři vítězové v kategoriích malá, střední a velká společnost. Zúčastněné firmy a veřejnost bude informována o vítězích na konci května na slavnostním vyhlášení, které se bude konat on-line.

Ani pandemie nezastavuje činnost v **Senior klubech**. Například Senior klub obce Loučovice se těší velké oblibě, postupně se stal stálíci ve společenském a kulturním dění v obci a má pevnou a stálou podporu od obce Loučovice. Taktéž v klubu probíhají již pravidelně dobročinné sbírky (oblečení, hračky, sportovní potřeby) pro děti z Dětského domova v Horní Plané či nemocnici v Českém Krumlově (dětské oddělení a pro maminky a děti v nouzi). Obzvláště činné jsou členky klubu - seniorky, které se díky dočasně uzavřenému klubu zaměřily na ochranu přírody a v rámci svých pravidelných procházek lesem, začaly čistit lesní cesty sběrem odpadků. V roce 2021 chce Senior klub Loučovice realizovat bohatou přednáškovou činnost. Přednášky budou přístupné i veřejnosti. V plánu jsou také výlety za poznáním, opět tradiční koncerty a posezení s Českokrumlovským musikexpressem „Koronavirová terapie hudbou“ či společné oslavy a posezení, velmi oblíbené lekce rehabilitačního a rekondičního cvičení pro seniory a bohatá tvůrčí činnost (kurzy, společné tvoření) a mnoho jiných akcí.

Alena Bártíková, koordinátorka projektu pro Jihočeský kraj



Rehabilitační vycházka Senior klubu obce Loučovice



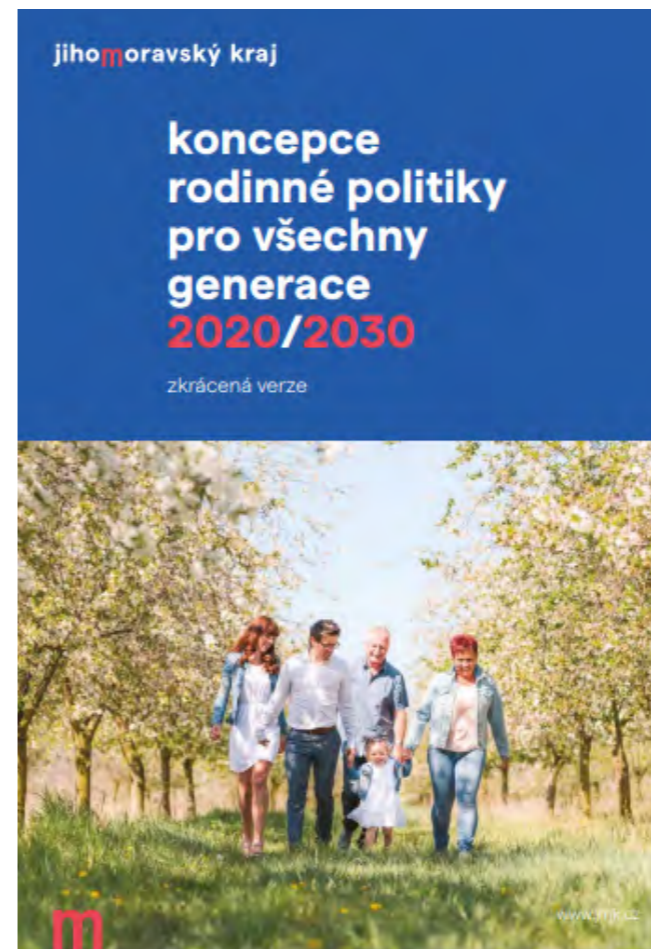
Seniorky ze Senior klubu obce Loučovice na bowlingu

Jihomoravský kraj

V návaznosti na úspěšný celostátní kulatý stůl **Plánování seniorské politiky na ORP** uspořádal projekt i regionální akci. Přihlášených 55 osob z Jihomoravského kraje ukázalo, že je o téma velký zájem. Kulatý stůl on-line se v Jihomoravském kraji uskutečnil 29. dubna a mezi přihlášenými byla převaha starostů, místostarostů a pracovníků sociálních odborů. Přednáška měla tři části.

V první prezentaci RNDr. Pavel Bednář, Ph.D., ředitel Ústavu regionálního rozvoje, veřejné

správy a práva, Fakulty managementu a ekonomiky, Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně popsal obecné rady, jak začít plánovat, včetně udržení návaznosti plánování na obcích na vyšší strategické dokumenty – kraje a ministerstva.



Na tyto informace navázal PhDr. Oldřich Čepelka, sociolog, zabývající se průzkumy a poradenstvím pro obce a organizace z Libereckého kraje, který apeloval navázat místní strategie obcí na strategie WHO o zdravém a aktivním stárnutí, a také na strategie OSN, které vyhlásilo současné desetiletí aktivním stárnutím (Desetiletí aktivního stárnutí 2021-2030). Vybral účastníky, aby nezapomínali na to, že strategické plánování na obcích pro seniory není plánování pro homogenní skupinu, ale že je třeba jej nastavovat v celé šíři různých potřeb seniorů počínaje lavičkami ve veřejném prostoru až po zajištění dovozu seniorů na společenské události obce. Poukázal na fakt, že je třeba se seniory ve strategickém plánování počítat nejen jako s objektem plánování, ale přizvat je

k určité míře participace. Upozornil také na důležité mezigenerační propojení na obcích.

Třetí část se věnovala tomu, jak může být do- tačně podpořena seniorská politika ze strany MPSV. Mgr. Bc. Jana Oltová, ministerská ra- dová Oddělení metodické podpory MPSV ČR, objasnila podmínky a pravidla soutěže Obec přátelská rodině a seniorům. Tvorba rodinné politiky v Jihomoravském kraji není neznámá. Naopak, první koncepce vznikla již v roce 2008 a rok na to (2009) již bylo zřízeno pracovní mís- to referenta rodinné politiky na Krajském úřadě Jihomoravského kraje.

Každá koncepce rodinné politiky má vždy svůj prováděcí dokument – Akční plán na daný rok. Bez něj by se totiž mohla samotná koncepce stát „prázdným očekáváním“. V září 2020 byl schválen nový koncepční dokument na obdo- bí 2020-2030 Koncepce rodinné politiky pro všechny generace, který je rozšířen zejména o politiku seniorskou a politiku stárnutí.

Současně je kladen i větší důraz na rozvoj dob- rovolnictví a komunitního způsobu života jako podpory aktivního přístupu lidí a prevence ře- šení obtížných situací. Přes tuto dlouhou tradici Rodinná politika (rodinnapolitika.cz) bylo velmi zajímavé naslouchat poznatkům i praktickým radám přednášejících této akce.

Dana Žižková, koordinátorka projektu pro Jihomoravský kraj



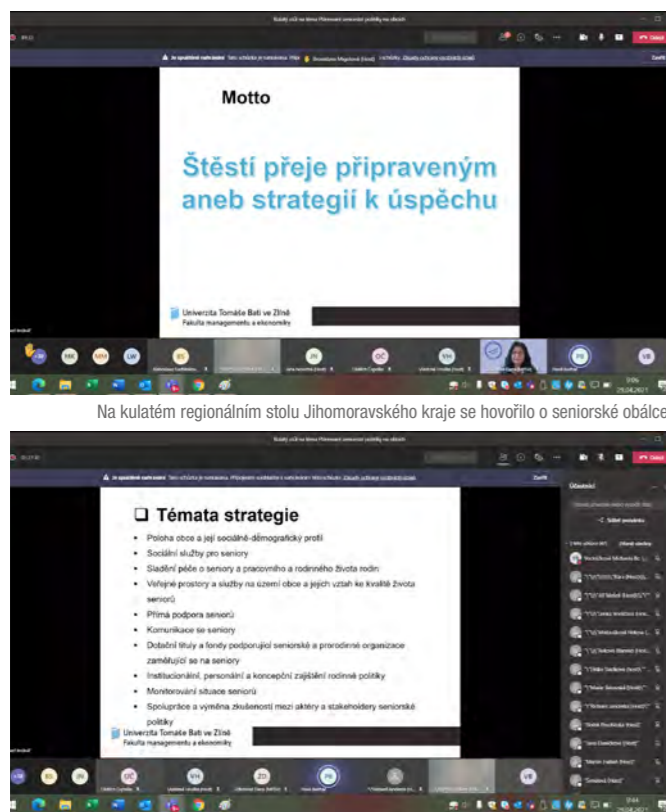


Foto z regionálního kulatého stolu Jihomoravského kraje ze dne 29.4. 2021*

Karlovarský kraj

Porota seniorské soutěže **Věk pro nás není překážkou** se sešla k posouzení výtvarných prací a vyhodnocení těch nejzdařilejších. Soutěž, která je určena seniorům, vyhlásil na konci uplynulého roku hejtman Karlovarského kraje Petr Kulhánek. A protože se letos sešlo celkem 66 prací, čekal porotu nelehký úkol vybrat v každé kategorii tři nejzdařilejší díla.

Letošní ročník soutěže byl poznamenán pandemií koronaviru, a proto byla prodloužena doba pro odevzdání prací. Zájemci tak mohli svá díla přihlašovat od ledna téměř do půlky března. Ani ztížené podmínky však seniory neodradily a ti opět ukázali, že i v pokročilém věku dokážou vytvořit hodnotná umělecká díla a naplnit tak cíl této soutěže.

Úloha poroty, ve které zasedly spolu s ředitelem Galerie umění Janem Samcem také Ivana Sedláčková, vedoucí výtvarného oboru na Základní umělecké škole Antonína Dvořáka

Karlovy Vary a Stanislava Petele, profesionální fotografka, byla opět velmi složitá. Práce obsahovaly mnoho zajímavých technik, nápadů, námětů a motivů a bylo vidět, že řada autorů nepodléhá tomu, co je v současné době trendem, netvoří podle počítače, ale naopak realizuje vlastní myšlenky a pojetí. Při hodnocení proto porota zohlednila osobitou nápaditou a originální tvořivost a shodla se na tom, že v letošním roce udělí i čtvrtá místa, protože ocenění by si zasloužilo více prací. Svého vítěze vybrala také porota mediálního partnera, kterým se stal v letošním roce Český rozhlas Karlovy Vary. Rolí hodnotitelů se ujala Eva Jandáková, specialista komunikace, spolu s publicistou Josefem Šorfou. Slavnostní vyhlášení výsledků výtvarné soutěže se uskuteční na začátku měsíce června, s ohledem na aktuální vládní opatření. V případě rozvolnění těchto opatření bude společně s vyhlášením vítězů zahájena také výstava všech soutěžních prací, a to ve vestibulu budovy A Krajského úřadu Karlovarského kraje.

Miloslav Čermák, koordinátor projektu pro Karlovarský kraj

Kraj Vysočina

Kraj Vysočina se dlouhodobě věnuje sociální problematice, což dokládají i aktuální události. Kraj pořádal **veřejné fórum** a jako první v České republice využil pro jeho uspořádání on-line platformu. Do diskuse při vyhledávání námětů pro další rozvoj kraje se mohli zapojit zájemci z řad občanů, zástupci zájmových sdružení, podnikatelů a institucí. Výsledkem je jedenáct prioritních námětů. K nim se může do 31. května vyjádřit veřejnost v **online anketě** zveřejněné na www.kr-vysocina.cz. Ze sociální oblasti se na čelním místě objevila Absence akutních krizových lůžek pro náhlé nepříznivé situace. Kraj Vysočina se také rozhodl uspořádat **seminář Sociální podnikání v kraji**, neboť si váží aktivit sociálních podnikatelů. V této oblasti stále není dostatek informací, a to jak na straně

sociálních podnikatelů ve směru, jaké mohou využívat programy podpory, tak také na straně objednavatelů, jaké služby jim sociální podniky v kraji mohou nabídnout. Na semináři zazní aktuální informace o sociálně odpovědném zadávání veřejných zakázek, připravované možnosti podpory sociálního podnikání v Operačním programu Zaměstnanost plus 2021–2027. V rámci PPP (public private partnership) projektu Kraje Vysočina a soukromého investora společnosti Senecura se v Humpolci bude je jeden z nejmodernějších **domovů pro seniory v ČR**. Vznikne zde zařízení disponující kapacitou 204 lůžek. Do nového domova se na přelomu roku budou společně stěhovat všichni klienti a zaměstnanci. Zařízení bude společnost Senecura na své náklady a následně ho bude po dobu 25 let provozovat. **Domov pro seniory** v Náměšti nad Oslavou patří mezi nejlépe hodnocené sociální zařízení v České republice. Již podruhé obhájil pět hvězd Značky kvality, kterou uděluje Asociace poskytovatelů sociálních služeb ČR. **Výstava s názvem Dobrovolnictví** jako součást života na Vysočině zdobí do půlky června část obchodního centra Citypark Jihlava. Kraj Vysočina šíří ve spolupráci se špičkovými rodinnými lektory online **cyklus Rodinářů**, který bude 20. května zakončen rodinnou konferencí věnované tématu prevence rozpadu rodin a vztahů.

Marie Kružíková, koordinátorka projektu pro Kraj Vysočina



Královéhradecký kraj

Máme za sebou první regionální kulatý stůl s obdivuhodně vysokou účastí. Naše online setkání bylo věnováno novinkám k **Seniorské obálce**, která se v kraji těší velké podpoře nejen ze strany krajského úřadu, seniorských spolků, obcí a měst, ale také spolupracujících sociálních služeb. Znovu tak zazněla chvála na pomoc sociálním pracovníkům v jejich nelehkém postavení pečujícího člověka bez přístupu k zdravotní dokumentaci klientů. K distribuci I.C.E. karty se nám přihlásily i díky online kulatému stolu nové obce a velká část zainteresovaných již projevila zájem i o tzv. mini verzi Seniorské obálky do peněženky. Zároveň jsme na tomto setkání prezentovali aktivity Diakonie ČCE. Především jsme se zaměřili na šíření informací o tzv. **Nouzovém plánu péče**. Představili jsme Mapu pro pečující osoby a další aktivity a připravované kurzy projektu Pečuj doma v Královéhradeckém kraji.

Staráte se doma o svého blízkého?
Jsme tu pro Vás. Právě v této době!

Nabízíme online kurzy (pro pečující, zdarma):



5.5. Trénování paměti

- každé pondělí - **Kafe s Míšou** (individuální poradenství s ošetřovatelkou)
- 5.5. **Základy první pomoci pro pečující**
- 6-7.5. **Jak pečovat o člověka s demencí** (akreditovaný kurz)
- 7.5. **Vzpomínkami k lepší péči**
- 10. a 11.5. **Sociálně právní minimum** (akreditovaný kurz)
- 15-16.5. **Naučme se ošetřovat** (akreditovaný kurz)
- 17.5. **Vliv emocí na energetiku člověka**
- 18.5. **Zvládání negativních emocí při pečování**
- 19.5. **„Už nemůžu, všechno visí jen na mě.“** (psychoterapeutická skupina)
- 20.5. **Aktivizace osoby upoutané na lůžko**
- 21.5. **Jak řešit krizové situace při péči**
- 24.5. **Zvládání agrese**
- 25.5. **Využití autohypnózy a relaxace při úzkosti a depresi**
- 26.5. **„Život s tím, o koho pečují, byl nesnesitelný. Já teď o něj pečuji.“** (psychot.skupina)
- 31.5. **Aromaterapie**
- 15. a 16.6. **Jak doprovázet na konci života** (akreditovaný kurz)

Registrace na WWW.PECUJDOMA.CZ
kralovehradecky@pecujdoma.cz, tel. 704 607 850



Nyní ve spolupráci s Odborem sociálních věcí KU KHK připravujeme online kulatý stůl pro obce KHK na téma: Plánování seniorské politiky na úrovni obcí na červen 2021. Diecézní centrum pro seniory Hradec Králové ve spolupráci s Městskou knihovnou Týniště nad Orlicí vyhlásilo na duben 1. ročník mezigenerační literární soutěže s názvem „**Máme se rádi**“ a my se moc těšíme na její vyhodnocení.

Krásné zhodnocení akce **Sejdeme se u Svitav** nám poslal předseda spolku Senioři Hradec Králové: „*Celkem se zúčastnilo 99 lidí z Hradce Králové, Doudleb n. Orlicí, Smiřic, Olomouce, Samotíšek a Střeně. Šel s námi též Romantic band Petra Hubáčka i s nástroji a kousek také vedoucí odboru sociálních věcí magistrátu Hradce Králové. Chodilo se individuálně či ve dvojicích v místě bydliště i blízkém okolí a každý hlásil ušlé kilometry našemu spolku. Cílem bylo našlapat 75 km, což je na půl cesty mezi Olomoucí a Hradcem Králové. Celkem za únor a březen jsme ušli všichni dohromady 15413 km, až ke Svitavám došlo 75 lidí, někteří jste dokonce skončili až pod Tatrami. Účastníci obdrželi placky i pamětní listy se symboly Hradce Králové a Olomouce, na web jsme umístili 494 vašich fotek a desítky pozdravů. Vznikly i nějaké básničky a jedna písnička. Vyšly dva články v Hradeckém deníku a Rychnovském deníku, jeden v Olomouckém deníku i reportáž na ČT1 (viz odkazy níže). Byly navázány nové kontakty, zatím jen pomocí internetu a mnozí vyslovili přání setkat se skutečně, až to situace dovolí. Takže nezbyvá, než všem poděkovat za nadšení a spolupráci a těšit se, že se letos skutečně uvidíme,*“ vzkázal se srdečným pozdravem „Na shledanou u Svitav!“ Ing. Marcel Kraus. I my se už moc těšíme na osobní setkání, do té doby na viděnou alespoň online!

- <https://hradecky.denik.cz/ctenar-reporter/akce-sejdeme-se-u-svitav-aneb-seniori-jdou-proti-smeru-starnuti-20210208.html>
- <https://rychnovsky.denik.cz/ctenar-reporter/udalost-sejdeme-se-u-svitav-aneb-seniori-jdou-proti-smeru-starnuti-20210208.html>
- <https://hradecky.denik.cz/ctenar-reporter/sejdeme-se-u-svitav-cilem-je-aby-kazdy-nachodil-do-konce-unora-75-kilometru-2021.htm>
- <https://rychnovsky.denik.cz/ctenar-reporter/sejdeme-se-u-svitav-cilem-je-aby-kazdy-do-konce-unora-nachodil-75-kilometru-2021.html>

Jana Fröhlichová, koordinátorka projektu pro Královehradecký kraj



Liberecký kraj

Soutěž o nejzajímavější tip na výlet ve zdejším regionu vyhlašuje již podruhé Liberecký kraj. Pravidla jsou jednoduchá: do soboty 29. května na e-mailovou adresu: rliberec@gmail.com společně se jménem a příjmením zaslat fotografii navštíveného místa a přidat příběh nebo vzpomínku, která se k němu váže. Prvních pět nejvíce lajkovaných fotek získá propagační předměty Libereckého kraje.

„*Soutěž vyhlašuje krajský úřad již podruhé. Už v loňském roce o ni byl velký zájem. Věřím, že i letos lidé pošlou spoustu tipů a ukážou místa, která mohou být inspirací k výletům pro každého,*“ uvedla Květa Vinklátová, náměstkyně pro kulturu, památkovou péči a cestovní ruch Libereckého kraje.

Je květen, měsíc, který přímo vybízí k romantickým procházkám a výletům. Většina lidí má svá oblíbená místa, kam rádi chodí. Stačí mít s sebou fotoaparát nebo mobil, vyrazit sám nebo s někým blízkým či zvířetem a vychutnávat jarní přírodu. Fantazii se meze nekladou.

V úterý 1. června se následně spustí hlasování fanoušků na FB profilu LIBEREC REGION, které skončí 6. června. Následně bude vyhlášeno prvních pět fotografií s největším počtem lajků. Zároveň bude udělena i cena odborné poroty. Výherci obdrží dárkovou tašku plnou cen, které se budou hodit při návštěvě Libereckého kraje.

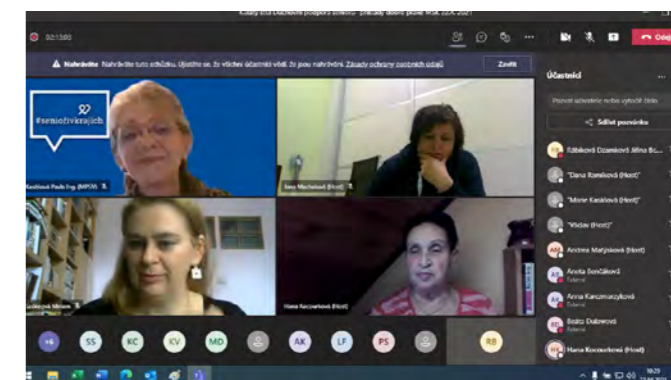
Zdroj: <https://www.kraj-lbc.cz/aktuality/majova-soutez-hleda-tipy-na-vylety-fantazii-se-meze-nekladou-n1094777.htm>

Pavla Řečtáčková, koordinátorka pro Liberecký kraj

Moravskoslezský kraj

V Moravskoslezském kraji se uskutečnil první on-line kulatý stůl našeho projektu na téma **Duchovní podpora seniorů – příklady dobré praxe**. Cílem bylo přinést nové inspirace pro sociální služby. Příklady uvedl koordinátor nemocničních kaplanů v Ostravsko – opavské diecézi, katolický kněz P.ThLic., PhD. Václav Tomiczek. Nemocnice v rámci celostního přístupu nabízejí svým pacientům duchovní podporu prostřednictvím nemocničních kaplanů. Ti podporují nejen nemocné, ale také zaměstnance a pozůstalé. Poukázal také na rozdíly mezi duchovními a náboženskými potřebami.

Další příklady uvedla koordinátorka duchovní služby ve Slezské diakonii, koordinátorka nemocničních kaplanů a nemocniční kaplanka ve Slezské církvi evangelické a. v., ThDr. Miriam Szökeová, PhD., která uvedla příklady ze Slezské diakonie před pandemií, během pandemie a co je možné použít po rozvolnění. Z její prezentace bylo patrné, že tam, kde se věnují duševním potřebám lidí, vzniká hlubší vzájemnost mezi klienty a zaměstnanci.



Na závěr promluvila dlouholetá dobrovolnice v Domově pro seniory v Kaplici, učitelka v důchodu, Ing. Mgr. Hana Kocourková. Poukázala na nutnost zapojit do dobrovolnictví v domech pro seniory více lidí. Senioři si většinou

nemají s kým popovídat o tom, co je trápí, personál na to většinou nemá čas. Poukázala také na to, že dobrovolník musí vkládat do vztahů s ostatními sám sebe, musí se umět otevřít druhým, jinak pak mu ostatní budou věřit.

V Ostravě pokřtili zbrusu novou publikaci. Má název Procházky Ostravou: Krok za krokem ulicemi města a celkem v ní najdete sedm tematických procházek, které vás zavedou na atraktivní místa plná klidu a zeleně. Publikace, která je protkaná současnými i unikátními historickými snímky, nabízí procházky po atraktivních místech na periferiích města. Jejím autorem je Petr Lexa Přendík. Kniha je k dostání v běžných knihkupectvích.



Zdroj: <https://polar.cz/zpravy/ostravsko/ostrava-jih/11000025207/ostrava-ma-noveho-knizniho-pruvodce-mesto-ukaze-v-zelenem-svetle>



Stále aktivní jsou komunitní centra **Archa Poruba, Karviná a Lučina v Havířově**. Individuální podpora členů Klubů představuje hlavně podporu po telefonu, se kterou pomáhají také studenti. Měsíčně uskuteční okolo 500 hovorů. Zapojili se do úklidu **Uklidme Česko**, uklidme Porubu, do výzvy Den země – obnova zelené zdi KC Archa Karviná. Přes facebookové profily center se může zapojit kdokoli. Vše je na webu aktivsen.cz v sekci jednotlivých komunitních center.

Bezkontaktní DEN ZEMĚ

Den Země připadá tradičně na 22. dubna. Každoročně tento den upozorňuje na ekologické hrozby, učí recyklovat odpad a chovat se zodpovědně.

My vám přinášíme **výzvu od 22.-25.4.2021** kde budeme:

- sadit (kytičky, rostliny, stromky...) - na podporu tvorby kyslíku na zemi
- uklízet své nejbližší okolí (přikopy, polní cesty, veřejná prostranství...) - tím pomůžeme přírodě od odpadu

Své fotky nebo videa, jak pomáháte přírodě vkládejte do komentářů pod touto výzvou a nebo zaslajte na WhatsApp (604 467 297 nebo 702 264 769) a my to pak vložíme na FB.

Podle lajků pak obdarujeme 2 výherce.

1.cena - 2 vstupenky do kina CineStar
2.cena - sladká odměna

Logos: LUCINA, AktivSen, ARCHA KOMUNITNÍ CENTRUM

Uklidme Česko Uklidme Porubu

Zapojme se všichni do úklidu kolem sebe.

Každý sám za sebe a všichni za všechny.

Až vyrazíte na procházku vezměte si sebou pytel a rukavice. Příroda Vám bude vděčná.

Pod příspěvek nám napište jak jste pomohli nebo pošlete fotku.

Protože příroda kolem nás je naše vizitka

Logos: ARCHA KOMUNITNÍ CENTRUM, AktivSen

Pavla Kasášová, koordinátorka projektu pro Moravskoslezský kraj

Olomoucký kraj

Ve čtvrtek 22. dubna se virtuálně, přes internet konalo historicky **první mezinárodní setkání seniorů z Olomouce a Slovenska**. Akci pořádal projekt Seniori v krajích ve spolupráci s Krajskou radou seniorů Olomouckého kraje a cílem bylo zhodnotit činnost věnovanou seniorům v Olomouckém kraji a zároveň načerpat zkušenosti ze Slovenska, Bardějova a Prešovského kraje.

Krajský koordinátor projektu, Václav Zatloukal, celou akci technicky zabezpečoval a zároveň moderoval, jako prvního vystupujícího přivítal náměstka hejtmana Olomouckého kraje Ivo Slavotínka, který má seniorskou problematiku ve své gesci. Následovalo vystoupení Mileny Hesové za Krajskou radu seniorů a blok vystoupení z Olomouce završil Tomáš Weber, který prezentoval projekt Seniorské cestování. V druhé části vystoupili přátelé - senioři ze Slovenska, z Bratislavy Valeria Pokorná, která zastupovala předsednictvo Jednoty důchodců Slovenska, a z druhého konce republiky vystoupila Anna Petričová, předsedkyně JDS Prešovského kraje a Juraj Philippi z lázeňského města Bardějova. Více ZDE.

Velký úspěch jsme zaznamenali při distribuci nové verze **seniorské obálky**. Celkem 285 000 domácností obdrželo zdarma periodikum Krajánek, jehož součástí byla i seniorská obálka.

Nová verze seniorské obálky ve verzi MINI se již tiskne v několikatisícovém nákladu ve statutárním městě Prostějov. O historii seniorské obálky v Prostějově hovořila náměstkyně primátora Alena Raškové na on-line kulatém stole našeho projektu 12. května.

Ve spolupráci s Krajskou radou seniorů Olomouckého kraje a její předsedkyní Milenou Hesovou připravujeme několik akcí. Jdeme celá

rodina, stezka poznání, mezigenerační akce se uskuteční 27. května v olomouckých Poděbradách. Účastníci na závěr obdrží pamětní list s kresbičkou přerovského malíře Lubomíra Dostála.

Václav Zatloukal, koordinátor projektu pro Olomoucký kraj

Jdeme celá rodina
stezka poznání

Přijďte společně s Olomouckým krajem prožít rodinné odpoledne na olomouckých Poděbradách a zároveň se tak dalšího ročníku akce Jdeme celá rodina

čtvrtek 27.5.2021 od 13:00
Areál - olomoucké Poděbrady

Vstup i občerstvení je pro účastníky zdarma
Akce je určena pro všechny generace
V pěkné přírodě spolu zažijete spoustu zábavy

Těšit se můžete na stezku s úkoly pro malé i velké, workshop přerovského malíře Lubomíra Dostála i kreativní dílničky pro děti

www.krsol.cz

Olomoucký kraj, Krajská rada seniorů Olomouckého kraje, Akce se koná pod záštitou Mgr. Ivo Slávetínská, I. náměstka hejtmanky Olomouckého kraje, KIDSOK, MŠ, Ministerstvo práce a sociálních věcí

Pardubický kraj

Jarní příroda nám dává příležitost k načerpání nové energie sluníčkem či skrze rostliny. Můžeme vzpomenout třeba na medvědí česnek, který se poslední dobou těší velké popularitě. Já bych však raději zavzpomínala na rostlinu, která je dostupnější a seženeme ji skoro všude. **Kopřivu!** Nejen, že můžeme sbírat kopřivy a vařit z nich lahodný čaj, který pročisťuje tělo, ale z kopřiv můžeme připravit i chutný oběd. Nevěříte? Čtěte dál.

Recept „Kopřivová nádivka“

SUROVINY:

- 10 včerejších rohlíků či housek
- 6 vajec
- uzené maso
- 60 g rozpuštěného másla
- sůl
- muškátový oříšek
- 3 hrsti nasekaných kopřiv

Troubu předehřejeme na 180°C. Vajíčka rozdělíme na žloutky a bílky, které se špetkou soli vyšleháme. Pečivo nakrájíme na kostičky a smícháme s máslem, uzeným masem, kopřivami, žloutky, solí a špetkou muškátového oříšku. Do hotové směsi vmícháme ušlehaný sníh. Pokud se vám zdá směs poněkud suchá, můžete ji zvlhčit troškou mléka. Plech pořádně vymažeme máslem a naplníme směsí na nádivku. Pečeme, dokud nebude nádivka zlatá a hezky křupavá. Dobrou chuť!

A podělím se o jeden z mnoha ohlasů na krajský online kulatý stůl na téma Duchovní péče a důstojné odcházení: „Dobrý den, moc Vám děkuji za včerejší duchovní setkání, bylo to super a otevřelo to diskusi nad zajímavými tématy,“ napsal návštěvník besedy František Moudr, KÚ Pardubice.

Michaela Müllerová, koordinátorka projektu pro Pardubický kraj

Plzeňský kraj

V dubnu se v Plzeňském kraji konal první krajský online kulatý stůl na téma **Zvyšování digitální gramotnosti seniorů** – mezigenerační propojení. Velkým plusem tohoto virtuálního setkání bylo, že jsme mohli přizvat i hosty z jiných krajů. Kristina Hovorková, předsedkyně spolku, FIT SENIOR Příbram, z.s., s námi sdílela svoje zážitky s Online aktivizací seniorů v době pan-

demie a Tomáš Hubálek, předseda neziskové organizace Moudrá Sovička z.s., prezentoval program Digitální odysea od Nadace Vodafone, jenž je určený pro seniory 65+, kteří mají zájem naučit se správně a bezpečně ovládat své zařízení (chytrý telefon, tablet, notebook nebo počítač) a s nimi spojené služby (volání, psaní sms, hledání na internetu, v mapě, psaní emailu, messenger a další služby). Také představil Mobilní centrum pro seniory, kde mohou senioři 65+ navštívit digitálního asistenta a popat se ho, jak pracovat s chytrým telefonem, tabletem či notebookem. Během tohoto kulatého stolu došlo hned ke dvěma propojením s organizacemi, s nimiž projekt Senioři v krajích dlouhodobě spolupracuje. S Moudrou sovičkou se spojila jak Dobrovolnická Regionální Agentura DoRA v Plzni, aby spolu v červnu zajistily pro Klub aktivních seniorů kurz digitální gramotnosti, tak i Mezigenerační a volnočasové centrum Vochomůrky, z.s. z Vochova, kde se od 12. května uskuteční distanční kurz 3 x 2 hodiny a 16. června dorazí i Mobilní centrum.

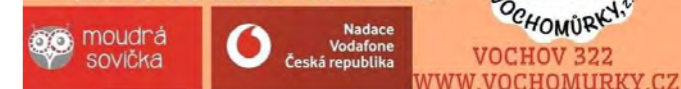
Zdárně pokračuje i naše spolupráce s mateřskými školkami. Abychom povzbudili všechny věkové kategorie, poprosili jsme Stánu Adamcovou, místopředsedkyni Rady seniorů města Plzně a bývalou učitelku MŠ, aby s dětmi ze 60. MŠ v Plzni nacvičila celosvětovou taneční výzvu **Jerusalema**. Ta původně přišla z Jihoafrické republiky a zapojilo se do ní i mnoho profesí, například zdravotníků, hasičů, policistů apod. Tato píseň se stala hitem v době pandemie a symbolem boje proti koronaviru. S projektem Senioři v krajích chystáme výzvu oživit a budeme rádi, když se do ní zapojíte i vy se svými blízkými.

Irena Kadlčíková, koordinátorka projektu pro Plzeňský kraj



Senioři máte chuť se naučit pracovat s telefonem či tabletem?

Podmínky: senior nad 65 let, mobilní telefon a (pouze pro distanční kurz připojení k internetu)
Od 12.5. proběhne distanční kurz 3x 2hodiny a 16.6. se potkáme v Centru Vochomůrek s mobilním autem (občerstvení bude zajištěno)
Přihlásit se můžete do 10.5.:
Telefon: 739 540 361
Email: Vochomurky@email.cz
Osobně: Centrum Vochomůrek



VOCHOV 322
WWW.VOCHOMURKY.CZ

Hlavní město Praha

Hlavní město Praha schválilo rozšíření nabídky služeb tzv. **mikrobusů na zavolání**, které vozí osoby s těžkým zdravotním postižením. Díky částečnému uvolnění kapacit v souvislosti s celkovým snížením mobility obyvatel v rámci pandemických opatření je možné využít tyto mikrobusy i pro odvoz seniorů nad 70 let (s omezenou pohyblivostí) a seniorů nad 80 let (bez omezení) na očkování a zpět.

„Rádi bychom co nejvíce zjednodušili našim seniorům možnost se bez problémů nechat naočkovat proti koronaviru. Ne každý se může snadno dopravit do nejbližšího očkovacího centra nebo nemocnice pomocí běžné MHD. Proto nyní nabídneme těmto skupinám spoluobčanů dočasně uvolněnou kapacitu v našich mikrobusích na zavolání, které běžně vozí pouze

těžce zdravotně postižené," uvádí náměstek pražského primátora a radní pro oblast dopravy Adam Scheinherr.

„Služba bude fungovat standardně jako dosud, kdy je potřeba si mikrobus v dostatečném předstihu telefonicky nebo e-mailem objednat. Nově budou moci této služby využít i senioři s omezenou pohyblivostí nad 70 let a také všichni senioři nad 80 let, přičemž při převozu na očkování do očkovačích centrem nebo nemocnic se prokážou občanským průkazem, při cestě zpět pak potvrzením o očkování,“ popisuje fungování této novinky ředitel ROPID Petr Tomčík. Rozšířená přeprava seniorů na očkování bude platit do konce letošního roku.

V současné době provozují mikrobusy na zavolání společnosti Societa a Handicap-Transport. V zájmu zvýšení počtu provozovaných vozidel, jejich lepšího využití a zvýšení operativnosti této služby se aktuálně soutěží noví provozovatelé s předpokladem zahájení provozu v nové podobě zhruba od začátku roku 2022.

KONTAKTNÍ ÚDAJE PRO OBJEDNÁNÍ MIKROBUSU:

E-mail:
dispecink@societa.cz
autodoprava.popelar@centrum.cz
Telefon:
274 772 290, 778 007 858, 602 267 040

Zdroj: www.praha14.cz

Andrej Dan Bárdoš, koordinátor projektu pro Hlavní město Praha

Středočeský kraj

Yold. Nové slovo, které se týká seniorů a které uslyšíme častěji. Jedná se o spojení slov **young a old**. Tedy mladí a staří. Výraz yold je čím dál více používán v souvislosti s generací současných šedesátníků. Na jedné straně jsou označováni jako senioři, na straně druhé většina z nich žije podobně jako mladí lidé.

Jde v podstatě o výsledek snahy nějakým způsobem označit početnou skupinu lidí, která o sobě čím dál více dává vědět. Výraz se začal používat v Japonsku a rozšířil se do světa. Důvod? Označovat jako seniory lidi, kterým je od 60 do 70 let, začíná být považováno za nevhodné, nevýstižné. Žijí totiž etapu života, která se více než té seniorské podobá té, kterou žijí třicátníci, čtyřicátníci, tedy mladí lidé. Začíná se mluvit o době, která bude patřit právě této generaci.

Podle socioložky Lucie Vidovičové je kategorie senior stereotypní a v podstatě nesmyslná. Částečně vychází z přirozené potřeby si člověka, kterého blíže neznáme, nějak zaškatulkovat, abychom odhadli, jak s ním jednat. Jenže žádný typický senior neexistuje. Používat nyní výraz senior pro velkou skupinu lidí, je vlastně nesmysl.

Výraz yold je ukázkou snahy mnoha lidí poukázat právě na to, jak jsou nyní rozdílní ti, kteří bývají označováni souhrnným slovem senior. Jsou mezi nimi pracující, sportující, zdraví pětadesátníci, stejně jako třeba jejich nemocní, na pomoc druhých odkázaní devadesátiletí rodiče. Těm všem se dosud říkalo senioři, i když se jednalo o lidi žijící naprosto odlišnými styly života.

Cílit pozornost na tuto věkovou kategorii začali také mnozí obchodníci (cestovní kanceláře, aerolinky, ...), protože ve vyspělých zemích v letošním roce překročí počet lidí ve věku 65 až 74 let hranici 134 milionů. Ano, tolik bude lidí, kteří bývají nyní dávání do škatulky yold.

Takže je dobré vědět, že takové slovo existuje. Je dost pravděpodobné, že se s ním lidé budou v budoucnu setkávat. Někomu může být taková snaha uměle vytvořit označení pro určitou skupinu lidí, poněkud k smíchu. Na straně druhé je to sympatický pokus, jak dát světu najevo: Nejsme všichni stejní a to, že jsme překročili

šedesátku, neznamená, že jsme staří. Zkrátka, každý si s tím slovem může naložit tak, jak mu to bude vyhovovat.

Zdroj:
Portál pro aktivní seniory i60.cz. [online].
[cit. 01.05.2021]. Dostupné z:
Yold. Nové slovo, které se týká seniorů a které uslyšíme častěji | i60.cz

Martina Doupovcová, koordinátorka projektu pro Středočeský kraj

Ústecký kraj

Přesto, že si již většina z nás včetně mě začíná pomalu zvykat na online prostředí, kam se přesunula vzájemná komunikace a setkávání se, tak mě osobně to s příchodem jara stále více láká ven. A hlavně mezi lidi. Jaro s sebou přináší novou energii a rozkvět a já věřím, že vám přinese také pozitivní myšlení a nám všem tolik vytoužené uvolnění. Do doby, než se tak stane vám nabízím alespoň **několik tipů**, jak strávit příjemné chvíle a zapomenout na starosti všedních dní:



Navštivte virtuální prohlídku unikátních historických prostor a expozic Regionálního muzea v Teplicích. Více **ZDE**.

Přijměte pozvání do Severočeské galerie výtvarného umění v Litoměřicích na virtuální prohlídku zdejších výstavních prostor. Více **ZDE**.

Procestujte prostřednictvím video dokumentů na webu a youtube kanále teplického muzea mariánská poutní místa severních Čech. Více **ZDE**.

<https://zamek-teplice.cz/cz/aktuality/poutni-mista-severnich-cech-online>.

Lenka Tomanová, koordinátorka projektu pro Ústecký kraj

Zlínský kraj

V průběhu letošního jara se **Duha nad Kroměřížskem** rozsvítila dalšími obrázky z mateřských školek. Tento duhový most mezi generacemi vznikl na jaře 2020 a je stále barevnější a bohatší. Tvoří jej obrázky, videa a vzkazy od dětí a žáků škol a školek ORP Kroměříž určené seniorům. Obrázky zdobí chodby a pokoje klientů sociálních služeb, potěší i vytištěné jako brožura a je možné je zhlédnout na tabletech, které mají domovy k dispozici. Jejich prostřednictvím se senioři i v době mimořádných opatření a omezení podívali na místa známá i neznámá, spolu s dětmi se věnovali pečení, hře na hudební nástroje a domácím mazlíčkům. „Záměr propojení generací zaštiťují dva projekty – na straně pobytových zařízení projekt našich sociálních služeb Alzheimerův uzel a na straně škol Místní akční plán rozvoje vzdělávání v ORP Kroměříž II,“ uvedla ředitelka Sociálních služeb města Kroměříže Dagmar Klučková. Výhodou elektronické nástěnky je, že její zásoby jsou nevyčerpatelné a obrázky, videa i animace těší opakovaně nejen obyvatele zařízení sociálních služeb, ale každého, kdo na ně ukáže počítačovou myš, posuďte sami: https://padlet.com/alzheimeruv_uzel/duha_nad_kromerizskem.

Velikonoční výzvu Radost u vás doma připravil pro své návštěvníky Senior Point Zlín. Otázky zněly: „Co vás v této době činí šťastnými? Co vás těší? Co nového jste se naučili a objevili?“ Do konce dubna mohli senioři psát, fotit a natáčet své příspěvky. Výsledná koláž zdrojů radosti nám může být inspirací a povzbuzením: **VÝZVA - RADOST U VÁS DOMA :: SENIOR POINT ZLÍN (senior-point-zlin.cz)**.

Být studentem univerzity třetího věku je bezpochyby velká výzva. A v době distančního vzdělávání ještě větší. Výuku prostřednictvím digitálních technologií zvládli i věkově pokročilejší posluchači Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně. A jak taková výuka může probíhat? Díky ukázkové videohodině předmětu Psychologie pro 3. věk si to můžeme sami vyzkoušet. Zbývá jen dodat, že v této ukázkě profesor hodnotí domácí úkol na téma *Co dobrého pandemie přinesla*. Studenti vyjmenovali 41 položek. Nevěříte? Také jsem to musela vidět a slyšet na vlastní uši: **Ukázka video lekce.**

V květnu chystáme pro knihovny a obce ve Zlínském kraji první online kulatý stůl na téma **Zvyšování digitální gramotnosti seniorů a mezigenerační podpora**. Pokud vás toto téma zajímá, máte 20. května od 10 hodin čas a možnost internetového připojení, přidejte se k besedě. O program a odkaz na připojení požádejte na e-mailu eliska.pifkova@mpsv.cz.

Eliška Pífková, koordinátorka projektu pro Zlínský kraj



Obrázky z MŠ Žižkova Kroměříž seniory potěšily

Výzva Jerusalema Challenge - Děti seniorům, senioři dětem

Je jaro 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.

Abychom povzbudili všechny věkové kategorie a zároveň opět propojili generace, poprosili jsme Stáňu Adamcovou, místopředsedkyni Rady seniorů města Plzně a bývalou učitelku MŠ, aby s dětmi ze 60. MŠ v Plzni nacvičila celosvětovou taneční výzvu Jerusalema. **Natočíme 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. Kontakt na jednotlivé krajské koordinátory projektu najdete na konci zpravodaje nebo na webu **Senioři v krajích**. Těmi nejlepšími kousky se pak pochlubíme na našem Youtube, webu a Facebooku.

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

David Peltán, PR Senioři v krajích




#seniořivkrajích



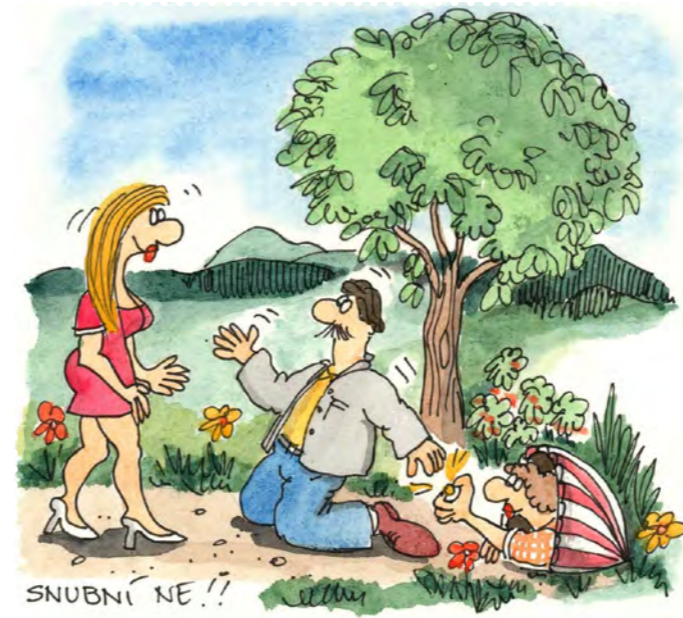
ZPROPADENÝ KVĚTEN...



NO, NO... V BESTNÁCTI SES ŠRAJCOVALA O PUSU, A TĚD SE MIŇIS PŘETRHNOUT!



JÓ, A O POSLEDNÍ ČISTOTU HNE PŘIPRAVILA KRÁSNÁ HYGIENICKÁ TÁŇA



SNUBNÍ NE!!

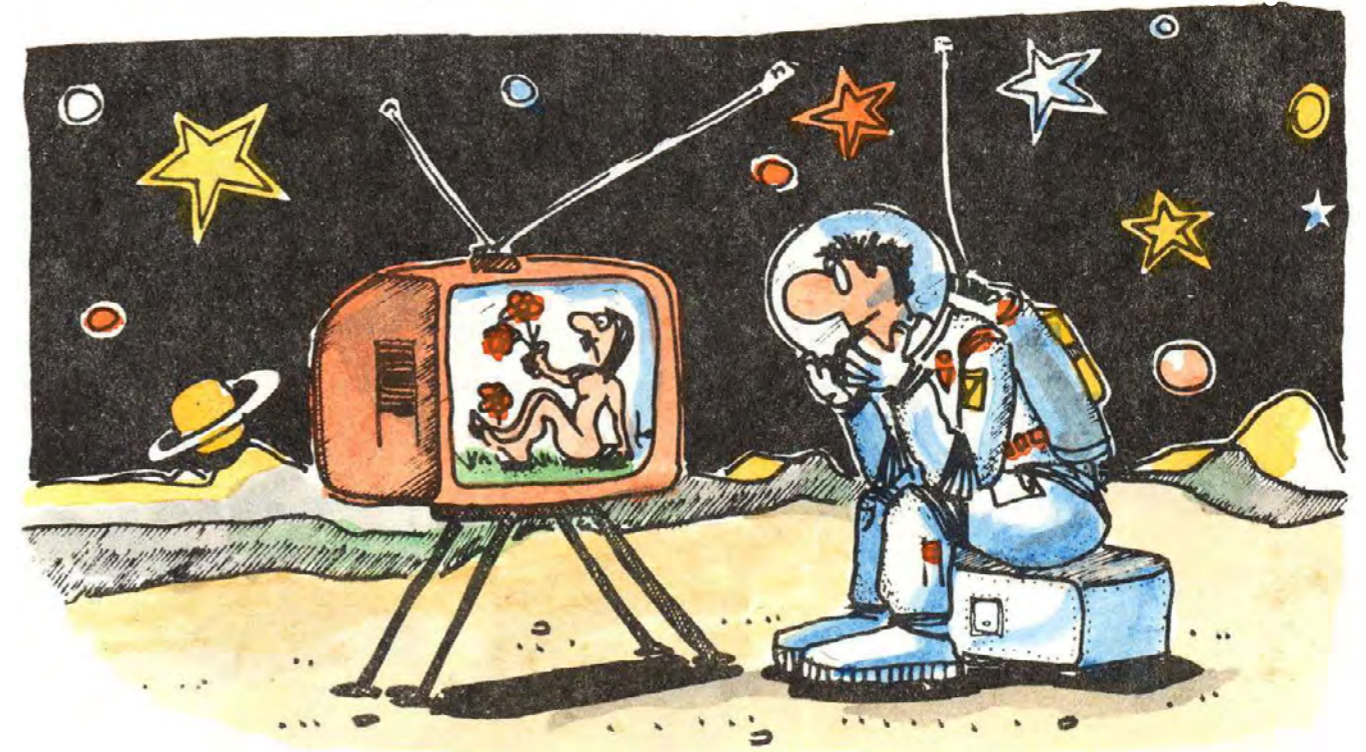
...TAK UŽ SE ZASE ZMĚNA... MŮŽEME HRÁT ŽEN VE DUOL...



ŽEN KEVÍŇ, ŽESTLI SPOLU, NEBO PROTI SOBĚ?



DEFINUJ TU NEZNÁMOU JASNĚJI!



!!! 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

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

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

KONTAKT, RAZÍTKO PRAKT. LÉKAŘE	
---------------------------------------	--

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

PODPIS

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

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



- 155 ZÁCHRANNÁ SLUŽBA** TÍSNOVÁ VOLÁNÍ pro území České republiky
- 158 POLICIE ČR**
- 150 HASIČI**
- 156 MĚSTSKÁ POLICIE**
- 112 INTEGR. ZÁCHRANNÝ SYSTÉM**



OMEZENÍ
(zakřížujte)



Kontakty

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

!!! V PŘÍPADĚ NALÉHAVÉ POMOCI !!!

JMÉNO, PŘÍJMENÍ (titul)	
JINÉ DŮLEŽITÉ (alergie, diabetes, epilepsie, poruchy chování a paměti...)	DATUM NAROZENÍ
OMEZENÍ (zakřížkujte)	ZDR. POJIŠŤOVNA
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
ÚDAJE O BLÍZKÉ OSOBE (např. Jan Novák, syn)	MOBIL

KONTAKT PŘÍPADNĚ RAZÍTKO PRAKTICKÉHO LÉKAŘE

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 INTEG. ZÁCHRANNÝ SYSTÉM

#seniořivkrajích

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

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 Rábíková Dzamková	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.kadlickova@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://seniořivkrajich.mpsv.cz> | www.facebook.com/seniořivkrajich | www.youtube.com/channel/UCJtArtCw_4lpncFwtPX0HFQ



#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