



Nedoslýchaví a neslyšící senioři



Vážení čtenáři,

pro někoho jsou barvy podzimní přírody smutné a někdo vnímá podzim jako pestrobarevnou paletu nádherných barev a vůní. Věříme, že náš časopis bude stejně pestrý a povzbudí vaši náladu a dodá energii.

Září bylo charakteristické tím, že se konaly osvětové kampaně, které se věnují propojování světa neslyšících se světem slyšících. Každoročně si 23. září připomínáme Mezinárodní den neslyšících. Jeho cílem je zejména rozšířit povědomí o úskalích života lidí s poruchami sluchu. Ti se každodenně dostávají do řady obtížných situací, které jsou pro slyšícího člověka zcela banální. Izolovanost lidí, zejména seniorů s tímto hendikepem pak umocnilo období lockdownu. Proto se v tomto čísle nejen poohlédneme za osvětovou kampaní Deafember - Měsíc osob se sluchovým postižením, ale zároveň vás seznámíme s místy pomoci a možnostmi odstraňování bariér mezi světy slyšících a neslyšících. Na téma neslyšících a nedoslýchavosti pak projekt Senioři v krajích chystá celostátní besedu - kulatý stůl. Konat se bude online 25. října a zájemci se na něj budou moci brzy přihlásit. Více informací se dozvíte na webu <http://seniorivkrajich.mpsv.cz> či Facebooku **Senioři v krajích**.

V tomto čísle také přinášíme článek o nových technologiích, které pomáhají v sociálních službách, i když stále vypadají jako sci-fi. Neopomněli jsme, že 1. října jsme oslavili Mezinárodní den seniorů, že se konala vyhlášení různých soutěží s proseniorskou tematikou a že si začátkem listopadu vzpomeneme při Dušičkách na všechny, co už s námi být nemohou. A tentokrát nebude chybět ani recept na podzimní koláč, který vás příjemně naladí do podzimní nálady. Ať tedy koláč i říjnový magazín chutná!

Pohodové počtení přeje tým projektu Senioři v krajích



JA TO ŘÍKÁM TAKY... NESLYŠET POZVÁNÍ NA RANDE V ŠEDESÁTI JE TRAGEDIE !

Vtipy nakreslil Jan Heralický

#seniořivkrajích



Dobrá praxe. Jihlavský Bosch má rozvinuté sociální programy pro všechny generace

K největšímu zaměstnavateli a investorovi v Kraji Vysočina se řadí více než 28 let jihlavská firma Bosch Diesel. Ve třech výrobních lokalitách zaměstnává okolo 4 600 kmenových a agenturních zaměstnanců a patří k významnému světovému dodavateli automobilového průmyslu. V rozhovoru s vedoucím personálního oddělení společnosti, Pavlem Krsičkou, se podíváme na to, jakým způsobem pečuje firma nad rámec zákonných povinností o své zaměstnance a jakým způsobem přistupuje ke svým starším zaměstnancům, podporuje technické vzdělávání na Vysočině a stará se o mladší zaměstnance, včetně jejich dětí.



Jaké základní benefity nad rámec zákona nabízí firma svým zaměstnancům?

Hned na úvod bych chtěl zdůraznit, že spokojení a motivovaní zaměstnanci, jakož i péče o jejich další rozvoj, patří k důležitým strategickým cílům firmy. Proto zaměstnancům poskytujeme řadu nadstandardních sociálních benefitů, které jsou v rámci so-

ciálního dialogu s odborovými organizacemi zakotveny v kolektivní smlouvě. Jako konkrétní příklad lze uvést příspěvek na doplňkové penzijní spoření a příspěvek do benefičního programu Cafeterie. Tento program nabízí našim zaměstnancům pestré možnosti čerpání benefitů například v oblasti zdravotní péče, cestování, sportu a kultury, vzdě-

lávání nebo zážitkových aktivit. Z dalších firemních benefitů bych uvedl například dotované závodní stravování s možností výběru ze šesti jídel po celý den. Standardem pro naše zaměstnance je tak možnost výběru jak běžného a vegetariánského jídla, tak i misky nebo takzvaného balance menu. Přes letní měsíce mají zaměstnanci navíc možnost výbě-

ru grilovaných jídel ve speciálně zřízeném venkovním grilovacím koutku. Firma organizuje pro zaměstnance mimo jiné také řadu volnočasových aktivit jako například kurzy jógy, vaření, fotografování, běhání apod.

Zmiňoval jste volnočasové aktivity pro zaměstnance. Jsou tyto aktivity přístupné čistě jen zaměstnancům, nebo se jich mohou účastnit i rodinní příslušníci?

Zaměstnanci a jejich rodinní příslušníci mohou například využívat rezervované kapacity vybraných plaveckých bazénů, wellness a fitness, včetně ledových ploch pro bruslení. Na všechny akce pro zaměstnance mají automaticky přístup i jejich rodinní příslušníci, jde například o akce typu Dny otevřených dveří, novoroční koncert či firemní ples nebo oblíbené Mikulášské besídky pro děti zaměstnanců a pohybová soutěž Do práce na kole.

Existují ve vaší firmě sociální projekty zaměřené čistě na malé děti zaměstnanců?

Děti zaměstnanců pro nás představují důležitou skupinu. Od roku 2013 jim zprostředkováváme pravidelné letní tematické tábory externích zážitkových agentur. Na letní tábor od nás zaměstnanci získávají příspěvek ve výši 2000 korun, každoročně využívá možnost letního tábora zhruba 200 dětí našich zaměstnanců. Speciálně zaměřeným programem na dívky, dcery našich zaměstnanců, je akce zvaná Girl's Day. V ní

jde o to, aby dívky poznaly nejen prostředí technické firmy a pracoviště svých rodičů, ale abychom zároveň dívky motivovali ke studiu technických oborů.

Jakým způsobem podporuje firma vzdělávání svých zaměstnanců?

Programy dalšího vzdělávání napomáhají zaměstnancům osvojit si potřebné znalosti a dovednosti k tomu, aby mohli úspěšně naplňovat jak aktuální, tak i budoucí požadavky vyplývající z jejich úkolů. Vedle povinných školení ze zákona organizuje firma řadu externích i interní vzdělávacích aktivit vedoucích k rozšiřování odborných a jazykových kompetencí našich zaměstnanců. V rámci moderních vzdělávacích nástrojů využíváme zejména e-learning a online vzdělávací kurzy. Program kariérního rozvoje, který odráží celosvětové standardy firmy Bosch, nabízí vybraným zaměstnancům možnost připravit se na budoucí převzetí vedoucích pozic. Některé aktivity jsou zaměřené na podporu žen v naší firmě. Již v roce 2015 jsme zavedli tzv. mentoringový program pro ženy. Jeho cílem je podpora žen formou poradenství ze strany vedoucích pracovníků. Program se zaměřuje jak na profesní, tak i osobnostní růst zaměstnankyň, včetně dalšího rozvíjení jejich znalostí a dovedností. Od roku 2013 funguje ve firmě program Ženy pro ženy, což je platforma zaměřená na zviditelnění a zpřístupnění témat pro ženy a organizaci společenských aktivit zaměstnankyň. Tato plat-

forma slouží v neposlední řadě i pro získávání informací, jak lépe zkombinovat pracovní a osobní život žen.

Můžete uvést ještě další konkrétní příklady sladování osobního a pracovního života zaměstnanců?

Standardem jsou flexibilní formy práce jako například Home Office nebo pružná pracovní doba. Od roku 2019 mají zaměstnanci možnost umístit své děti do městské mateřské školky Bystrouška v Jihlavě. Jde o projekt mateřské školky s prodlouženou provozní dobou a internátním provozem. Díky tomuto nastavení je tak školka schopna zajistit v případě potřeby péči o děti po dobu 24 hodin denně a vyhovuje tak zejména rodičům, pracujícím ve směnném provozu. Projekt mateřské školky Bystrouška vznikl ve spolupráci s městem Jihlavou jako důsledek rostoucích požadavků v oblasti zajištění péče o předškolní děti našich zaměstnanců. Naše firma podporuje tuto městskou mateřskou školku finančně a materiálně, finanční podpora jde z naší strany i do vybavení školky a vzdělávacích programů zaměřených na technické vzdělávání a rozvoj jazyků dětí. Jako firma jsme se zavázali městu k pravidelné finanční podpoře školky po dobu deseti let ve výši jednoho milionu korun ročně. Městem Jihlavou je garantována kapacita 75 míst pro děti našich zaměstnanců. V případě nevyužití této kapacity naší firmou jsou místa nabízena dalším zájemcům.

autor fotografie Ondřej Košík

V současné době je tato mateřská školka využívána pro svůj flexibilní provozní model i dalšími velkými regionálními zaměstnavateli. Za možnosti sladování rodinného a pracovního života zaměstnanců jsme v roce 2014 od Ministerstva práce a sociálních věcí ČR obdrželi jako první firma na Vysočině plný certifikát Audit rodina a zaměstnání. Jsme také držitelem ocenění Podnik přátelský rodině v Kraji Vysočina.

Jaké benefity nabízíte předdůchodové generaci zaměstnanců a zaměstnancům, kteří ztratili svoji pracovní způsobilost z důvodu zdravotních problémů? Jedním ze sociálních programů zaměřených na starší zaměstnance v předdůchodovém věku pracujících v dělnických profesích je předdůchodový program. Do něj se mohou přihlásit zaměstnanci tři roky před nástupem do

řádného důchodu. V praxi to znamená, že zaměstnanec v předdůchodovém věku během těchto tří let odpracuje polovinu své pracovní doby, ale přitom pobírá plnou mzdu. Cílem předdůchodového programu je snížit fyzickou pracovní zátěž starších zaměstnanců, umožnit lepší skloubení pracovního a osobního života v období před nástupem do řádného důchodu a zároveň usnadnit starším zaměstnancům plynulejší přechod z pracovního života do zaslouženého odpočinku. Zaměstnancům, kteří ztratili z důvodu zdravotních problémů svoji stávající pracovní způsobilost, se snažíme nalézt v rámci firmy jinou pracovní pozici, na které není jejich zdravotní stav překážkou. Jeden z dalších sociálních benefitů pro zaměstnance představuje možnost požádat o bezúročnou podnikovou půjčku na pořízení movitých i nemovitých věcí.

Zajímáte se o své bývalé zaměstnance, kteří odešli do starobního či invalidního důchodu?

Odborné znalosti bývalých zaměstnanců jsou využívány například formou mentoringu zaměstnanců. Podle potřeby nabízíme svým bývalým zaměstnancům i možnost krátkodobé pracovní výpomoci, například v případě náhlého výpadku zaměstnanců z důvodu nemoci. Výhodou bývalých zaměstnanců je jejich flexibilita a odpadá potřeba dlouhodobého zaškolení. Bývalí zaměstnanci jsou též pravidelně zvaní svými původními odděleními na Dny otevřených dveří, kontakt s nimi je udržován také pomocí firemního časopisu. Obecně je naší snahou udržet osobní kontakt s bývalými zaměstnanci co nejdéle a najít možnost, aby zůstali ve styku s pracovním světem i v seniorském věku.

Marie Kružíková, koordinátorka projektu pro Kraj Vysočina



AKTUALITY

Na Fóru sociálních služeb byli ocenění lidé za pomoc seniorům v době covidu

Součástí letošního Fóra sociálních služeb, jehož pořadatelem je Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR, bylo také ocenění osobností a kolektivů za jejich významný přínos ke zvýšení kvality života senierek a seniorů a k řešení problematiky stárnutí i stáří v České republice. V době covidové pandemie šlo o klíčové téma.



„Poslední rok byl velmi náročný pro nás pro všechny, zejména ale pro ty, kteří pracují s našimi staršími spoluobčany. Právě senioři byli covidem nejvíce zranitelní a museli být často izolováni od svých rodin i přátel. Jak senioři, tak i pečovatelé byli pod velkým psychickým tlakem,“ uvedla ministryně práce a sociálních věcí Jana Maláčová. Ceny Rady vlády pro seniory udělovalo ministerstvo posedmé. V pražském hotelu Diplomat je získaly osobnosti a kolektivy ve čtyřech kategoriích.

Osobností – profesionálkou se stala Neli Zaworová. Ta založila v roce 2017 Geronto-psycho-sociální poradnu na Praze 15. Poradna slouží především seniorům, klientům domovů se zvláštním režimem, klientům sociálně ošetrovatelských jednotek, sociálně znevýhodněným osobám

a jejich blízkým. V době pandemie covid – 19 aktivně spolupracovala s Českým červeným křížem a koordinovala dobrovolníky v MČ Praha 15, dovážela stravu, léky, a to nejen klientům v rámci Pečovatelství služby. Každý den včetně víkendů byla na lince pomoci k dispozici seniorům a osobám blízkým nejen z této městské části, ale i dalších lokalit. Také zprostředkovávala videohovory klientů s jejich rodinami. V době kritické situace vykonávala Neli Zaworová také práci pečovatelky a vedla dobrovolníky na lůžkovém oddělení.

Osobností – neprofesionálem byla vyhlášena **Milena Hesová**. Místopředsedkyně Rady seniorů ČR a předsedkyně Krajské rady seniorů Olomouckého kraje šila v době pandemie s kolegyněmi a distribuovala tisíce roušek. Seniors z Olomouckého kraje také pravidelně informovala zábavnou formou o všem důležitém, co se v době pandemické krize odehrálo. Milena Hesová je i autorkou několika úspěšných projektů, jako je Babička roku nebo krajských sportovních her seniorů, které již tradičně obohacují kulturní a společenský život seniorů nejen v Olomouckém kraji.

Ze **zajímavých kolektivů a projektů** byl oceněn kolektiv pracovníků **Domov důchodců Tmavý důl** v Královéhradeckém kraji. Ředitelem instituce je Antonín Stanislav, který převzal cenu. V době vrcholící pandemie inicioval vytvoření tzv. létajících týmů, jež byly složené z dvou až tří pracovníků. Vyrážely do různých zařízení zasažených epide mií a pomáhaly eliminovat bezprostřední riziko nedostatečného zajištění péče o seniory, kteří jsou zcela závislí na pomoci. Jedenáct pracovníků dojíždělo do šesti personálně oslabených zařízení na území Královéhradeckého kraje. Často pracovali sedm dní v týdnu v dvanáctihodinových směnách, přičemž každý den ujeli i více než 100 kilometrů.

Zvláštní cenu předsedkyně Rady vlády ČR, kterou je ministryně práce a sociálních věcí, převzaly Taťána Gregorová Brzhobohatá a Soňa Hušek Morawitzová z **Nadace Krása pomoci**. Organizace vznikla v roce 2008 a od té doby podpořila seniory už částkou téměř 50 milionů korun. Její vizí je důstojné a plnohodnotné stárnutí pro naše prarodiče v prostředí, kde je jim nejlépe. „Cením si toho, že Nadace Krása pomoci usiluje o to, aby společnost vnímala seniory s respektem a aby se stáří stalo plnohodnotnou součástí života. Nadace uskutečňuje vlastní projekty a finančně podporuje i proseniorské organizace po celé republice,“ uvedla ministryně Jana Maláčová. Ocenila také skutečnost, že Krása pomoci otevírá aktuální seniorská témata a podílí se tak na jejich řešení, přičemž se nově také věnuje problematice proměny pracovního trhu v souvislosti se stárnutím populace.

David Peltán, PR Senioři v krajích Tiskové oddělení MPSV ČR

Senioři v krajích si zkusili virtuální péči o seniora i pocity demence



V září se část týmu projektu Senioři v krajích MPSV ČR zúčastnila zajímavé prezentace - poznávání příznaků demence a Alzheimerovy choroby skrze virtuální realitu a péče o lidi s těmito příznaky. Přednášky v průběhu dvou dní přichystala v Přitlukách Asociace poskytovatelů sociálních služeb (APSS ČR).

Semináře vedla lektorka Institutu vzdělávání APSS ČR a ředitelka Domova pro seniory Pohoda v Netolicích Andrea Tajanovská a manažerka vzdělávání APSS ČR Magda Dohnalová. V první části programu si účastníci za pomoci virtuální reality zkusili vidět svět očima člověka s demencí. Cílem bylo na základě vlastního prožitku lépe porozumět tomu, co zažívá člověk s demencí.

„Poprvé jsem měla možnost si vyzkoušet virtuální brýle, které u mne navodily zvláštní pocit. Přímou mne vtáhly do „děje“ dementní osoby. Virtuální realita s péčí o klienta mi přinesla nový pohled na každodenní rutinu, kterou mnohé pečovatelky prožívají. Najednou jsem si uvědomila, jak působí na klienty, a že je možné postupovat i jinak. Je skvělé, že institut připravuje vzdělávací programy pro pracovníky v přímé péči a snaží se o změnu jejich návyků s vyšší empatií ke klientům,“ hodnotí Marie Kružíková, koordinátorka projektu Senioři v krajích pro Kraj Vysočina.

„Prezentace komentované lektorkou Andreou pro mne nebyly nové, ale líbily se mi. Mají vždy vysokou odbornou úroveň. Poprvé jsem však absolvoval virtuální ukázky a určitě je dobře, že jsou tak masivně prezentovány, hlavně personálu v sociálních službách,“ doplnil její kolega z Karlovarského kraje Miloslav Čermák.

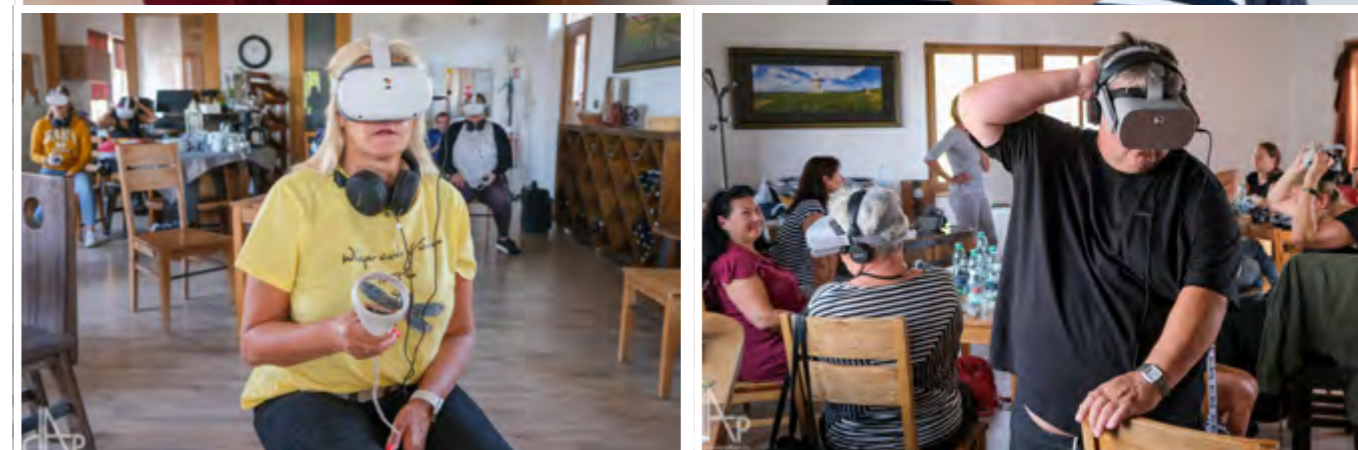
V druhé části programu se účastníci kurzu za pomoci brýlí virtuální reality stali přímými aktéry poskytování péče v oblasti podávání jídla, zajištění hygieny a aktivizace seniora. Tři různé situace je měly přimět nahlédnout na péči z jiného úhlu pohledu, především pak z pohledu osoby, u které jsou úkony prováděny. Nutily je více porozumět potřebám a očekáváním pečované osoby.

„Tento druhý prožitek byl silný a upevňující. Myslím, že je to ideální formát, jak „nakouknout“ do světa osoby trpící Alzheimerem nebo jiným zdravotním omezením. Bylo to velmi ilustrativní, ukázka mi umožnila být na chvíli v kůži klienta, můžeme si z toho mnohé odnést,“ popsala Eliška Pífková, koordinátorka projektu Senioři v krajích pro Zlínský kraj. Celý program považuje za bohatý, inspirativní a přinášející nové informace v této problematice. Na tom se shodl i ostatní účastníci semináře.

„Nejdůležitější na těchto kurzech je setkávání zajímavých odborníků a výměna zkušeností i v neformálních setkání,“ poznamenal Václav Zatloukal, koordinátor projektu Senioři v krajích pro Olomoucký kraj.

„Uvítala jsem materiály, kde je uvedeno, jak upravit prostředí pro lidi s demencí. Úpravy a postupy jsou vhodné i pro lidi vyššího věku. Nejvíce si cením společné diskuse k navozeným tématům. Ukázaly se různé náhledy a zkušenosti s danou tematikou. Právě odlišné pohledy na stejnou problematiku jsou důležité, neboť jen tak se člověk může co nejvíce přiblížit pravdě. Odesla jsem si spoustu zajímavých podnětů pro svou práci,“ uzavírá Marie Kružíková.

David Peltán, PR Senioři v krajích





Ztráta sluchu není konec světa!

Doba pandemie je pro ty, kteří hůře slyší a často komunikují odezíráním, dobou, jež jim komunikaci kvůli rouškám a respirátorům téměř úplně znemožnila a prohloubila jejich sociální izolaci. Podívejme se proto na několik fakt ohledně nedoslýchavých a neslyšících.

Kolik lidí trpí sluchovým postižením?

Počet neslyšících v ČR není přesně znám, statistiky neexistují. Kvalifikovaným odhadem se uvádí zhruba 450 až 500 tisíc osob se sluchovou vadou, včetně seniorů. Z toho osm až deset tisíc jsou uživatelé znakového jazyka. Každý třetí člověk ve věku nad 65 let je poznamenán ztrátou sluchu.

Kdo je „sluchově postižený“?

Nedoslýchaví tvoří velmi nejednotnou podskupinu „sluchově postižených“, protože sem patří starší občané, kteří mají kvůli vysokému věku již méně kvalitní sluch, ale zároveň osoby, které se plně sžily s minoritou Neslyšících (vysvětlení níže).

Většinou se setkáváme s tím, že lidé jsou rozlišováni na nedoslýchavé, neslyšící a ohluchlé.

Nedoslýchavý je člověk, který má nějakou vadu sluchu a ztrátu sluchu, ale pomocí techniky může slyšet a důležité je to, že může ro-

zumět mluvené řeči, alespoň v tichém prostředí. Člověk **neslyšící** toto nemůže. Ten má tak velkou ztrátu sluchu, že ani s technickými pomůckami to není možné. Člověk **ohluchlý** bývá většinou ten, který ohluchl až poté, co se naučil přirozeným způsobem mluvený jazyk. Další podskupinu tvoří lidé prelingválně neslyšící, to jsou lidé, kteří se buď narodili neslyšící, anebo ztratili sluch před tím, než se naučili přirozeným způsobem mluvený jazyk.

A rozlišení na neslyšící velkým „N“ a s malým „n“: Aby byl člověk označován za neslyšícího s malým „n“ je důležité to, že patří k výše uvedeným slupinám lidí sluchově postižených. Aby byl člověk označován za Neslyšícího s velkým „N“ je důležité to, jestli se sám cítí členem kulturní a jazykové menšiny Neslyšících.

ORL a foniatrie

ORL – řeší nemoci uší, nosu a krku (jsou v těle propojené), infekce uší, bolesti uší apod.

Foniatrie – řeší korekci existující

sluchové ztráty, pracuje s existující nezvratnou sluchovou ztrátou, foniatr předepisuje sluchadla.

Co vše může způsobit sluchové postižení?

Ztrátu sebevědomí, pocit trapnosti, depresi, pocit, že jsem ignorován, závislost na druhých, vyloučení z rodiny, únavu, podrážděnost a zlost, strach ze selhání.

Kompenzační pomůcky a zvláštní pomůcky

U seniorů se nejčastěji setkáváme se stařeckou nedoslýchavostí, která je způsobená přirozeným odumíráním sluchových buněk v důsledku opotřebování organismu. Sami seniori si často neuvědomují, že ztrácí sluch, dříve si toho všimnou příbuzní, přátelé. Mozek se sám přizpůsobí faktu, že člověk hůře slyší – částečně odezírá.

Další pomocníci v komunikaci jsou tužka, papír, telefonování je někdy lepší než přímá mluva. Mohou pomoci **kompenzační pomůcky** – sluchadla. Ve starším

věku není jednoduché si na ně zvyknout. Mezi další důležité pomůcky patří **zvláštní pomůcky**, jako je např. zesilovač zvuku pro poslech televize, rádia, světelný a zvukový domovní zvonek, vibrační/světelný budík, telefonní zesilovače, indukční smyčka apod. Existují také skupinové zesilovače zvuku, které se hodí **do domů pro seniory** na společné akce, na aktivizace. Na těchto akcích nedoslýchaví seniori slyší velmi málo vzhledem k rušivému šumu, který tam často bývá. Pomocí bezdrátových sluchátek tak mohou slyšet i ležící klienti na pokojích to, co se odehrává v jiné části budovy.

Na sluchadla finančně přispívá pojišťovna, ne však úřad práce. S vyřízením příspěvků pomohou organizace, které se věnují sluchově postiženým.

Na co si dát pozor při komunikaci s nedoslýchavými

Při komunikaci musí být mluvčí-

mu vidět na obličej, především na ústa, ale podstatná je celá mimika obličeje, a především oční kontakt. Tedy nemluvit, když jsem k člověku zády. Dbát na to, aby světlo vždy dopadalo na náš obličej a ruce, světelný zdroj nesmíme mít v zádech. Mluvit jasně a zřetelně, hlasitě, ale nekřičet. Nezakrývat si při řeči ústa (ruce, papír, mikrofon, problém jsou i vousy, dnes hlavně respirátory), při řeči se příliš nesmát, neboť se tím mění mimika a možnost odezírání. Dodržovat určitou vzdálenost – není vhodné na člověka s vadou sluchu mluvit z více než dvou metrů, je tím ztíženo odezírání a z větší vzdálenosti se zvuk odráží od zdí a mění se jeho charakter. Dbát na akustický klid. I lehce nedoslýchavý člověk je v hlučném prostředí neslyšící. Pokud se komunikace ani přes tato opatření nedaří, je možné použít tužku a papír nebo mobil. U plánovaných schůzek např. na úřadech, mohou nedoslýchaví využí-

vat službu simultánního přepisu.

Předcházení ztrátě sluchu ve stáří

Škodlivý vliv má jednoznačně dlouhodobé vystavení hlasitému zvuku, nebezpečím jsou sluchátka s hlasitou hudbou, častá přítomnost na hlasitých koncertech nebo práce v hluku bez ochranných pomůcek. Sluch může poškodit i jednorázové vystavení velmi hlasitému zvuku (výstřel blízko ucha, výbuch), případně může vliv pobytu v hlasitém prostředí zhoršit aktuální stav člověka, který má například omezenou imunitu, chřipku apod. Předcházet ztrátě sluchu ve stáří se tedy dá jedinečně ochranou vlastního sluchu během celého života.

Zdroje: <http://ruce.cz/clanky/1/2-svet-neslysicich>

<https://www.dtest.cz/clanek-8279/neslysicci-a-nedoslýchavci> (SNN)

Pavla Kasášová, koordinátorka projektu pro Moravskoslezský kraj



Deafember 2021. Jaký byl měsíc osob se sluchovým postižením?



Září je důležitým milníkem v kultuře neslyšících, proto založila organizace Tichý svět Deafember – Měsíc osob se sluchovým postižením, tedy osvětovou kampaň pro veřejnost a zároveň prostor pro setkávání a odstraňování bariér mezi světy slyšících a neslyšících.

Akce se konala online na facebookové stránce Deafember prostřednictvím přednášek, informačních videí, příspěvků se zajímavostmi o sluchu apod., ale také naživo téměř ve všech krajích, kde má Tichý svět své pobočky.

V rámci Deafemberu se uskutečnily Dny otevřených dveří, setkání pro seniory nebo rodiny s dětmi, veřejnost si také vyzkoušela minikurzy znakového jazyka online nebo na akcích, jako jsou

Taškafest v Kladně nebo Retroměstečko v Pardubicích. Na Liberecku jezdila Tichá tramvaj, kde se cestující dozvěděli víc o světě lidí se sluchovým postižením.

Osvětová kampaň letos zasáhla i do MHD a kaváren. V Hradci Králové se cestující chytali madel se zajímavostmi o neslyšících, nebo si koupili kávu v kelímku s nálepkou Deafemberu. Konala se také interaktivní taneční představení uzpůsobená lidem s poruchou sluchu v Divadle Ponec v Praze. V mnoha městech (například v Ostravě, Kravařích, Frýdku-Místku aj.) byla ke zhlédnutí infografika o zásadách komunikace osob se sluchovým postižením.

Organizace Tichý svět nabízí své služby lidem se sluchovým postižením s celorepublikovou působností. Pomáhá při řešení životních situací, jako je řešení průkazů ZTP, příspěvků na bydlení, na kompenzační pomůcky atd. Tichý svět nabízí tlumočení a přepis online. **Aplikaci Tichá linka** je možné využít na mobilu nebo na počítači a je zavedena na desítkách veřejných míst u nás

Kontakt: Mgr. Eva Štípková
eva.stipkova@tichyvet.cz, 603 593 623



DEAFEMBER ONLINE



Informační technologie ve službách sociálních. Strašák nebo pomocník?

Informační technologie, asistivní technologie, digitalizace, automatizace, informační systémy, podpora funkcí, sdílení, online komunikace, data. Pojmy, které se v posledních letech zabydlely v našem slovníku a zacházíme s nimi s větší či menší sebejistotou. Počítače, tablety a chytré telefony nám pomáhají při plnění každodenních úkolů, spojují nás s lidmi na celém světě, přinášejí nám poznání i zábavu. Během několika málo let přidaly našim životům nový rozměr a prohloubily naše možnosti.

Informační technologie a zařízení, která je využívají, mají jednu skvělou vlastnost, o které se zas tak moc nemluví. Jsou pro všechny. Pro zdravé i nemocné, pro mladé i seniory, pro lidi s omezenou pohyblivostí či s mentálním handicapem. Mohou dokonce sloužit nejen všem, ale také všude. Jednou z oblastí, kde mohou účinně pomáhat, jsou sociální služby. Do tohoto segmentu pronikají technologické inovace spíše opatrně, jejich možnosti jsou ale obrovské. Mohou pomáhat zaměstnancům s tím, aby byli jejich klienti v bezpečí a současně jim zůstala co největší samostatnost. Mohou klientům do slova a do písmene plnit sny.

Vtipkující robůtek. Pomocník

Zkusme si to přiblížit. Představme si pokoj mladého muže upoutaného na lůžko. Dotykem na tabletu nebo dokonce hlasem může změnit polohu postele, zastínit nebo otevřít okno, zapnout si televizi nebo topení. Může číst na velkém monitoru a internetem se přenést kamkoliv, kam si jenom zamane. Může se setkat s přáteli, podívat se na jiné světadíly, luštit křížovky, učit se cizí jazyky, domlouvat s lékaři. Může sám nakupovat vánoční dárky na e-shopech nebo hrát šachy s protihráčem z jiné země. V jeho pokoji jsou čidla, která sledují, jestli je všechno v pořádku. Jestli se náš mladý muž neocitl v nějakém nebezpečí nebo mu něco neschází. Když zaznamená nebezpečnou situaci, upozorní na ni. Malý robotek, který se tiše pohybuje po pokoji, dokáže zvednout spadlý polštářek, připomenout léky, oblíbený seriál nebo podat pití. Umí také „předčítat“ a občas dá k dobru nějaký vtípek.

Nabídnu ještě jeden příklad. Představme si paní učitelku na penzi. Narodila se pár let po 2. světové válce a žije sama v malém bytě. Pomalu slábne a přestává jí sloužit paměť. Má sice hodné děti, ale ty pracují a mají svoje povinnosti. Paní učitelka si přeje zůstat ve svém bytě co nejdéle.

Jenže občas zapomene zaplatit v obchodě. Nebo tam zapomene nákup. Nebo zapomene zastavit vodu tekoucí do umyvadla. A občas zapomene i to, kde se zrovna ocitla.

Nic z toho není žádná legrace a je to opravdu nebezpečné. Na nějakou dobu ale mohou i tady technologie pomoci. Čidla chytře rozmístěná v bytě poznají, jestli paní učitelka neupadla a nezůstává někde bez pomoci. Poznají tekoucí vodu, syčící plyn i neobvyklý pokles teploty v místnosti. Zaznamenají otevřené dveře. Zrcadlo v koupelně umí vyhodnotit, jestli jsou v pořádku fyziologické funkce. Společně s ním je hlídá i náramek na zápěstí naší paní učitelky, který současně sleduje její pohyb. Všechny neobvyklé situace pak pošle do náramků nebo na mobily jejích dětí a ty mohou v případě potřeby včas pomoci. I paní učitelka má doma robotka, který jí dělá společnost a sleduje ji. Může vypadat třeba jako malý pejsek. Ani v jednom případě nepouštím fantazii na procházku, technologie všechny tyto úkoly dávno zvládnou a z běžného života je známe. Jen si je zatím málo spojujeme s podporou soběstačnosti a bezpečnosti lidí, kterým na to nestačí jejich vlastní síly.

Podobných příkladů bychom našli desítky. Pak také desítky témat spojených s tím, jak je možné a užitečné využívat informace. Dovedete si představit třeba to, že čidla v pokojích domovů pro seniory změří klientům teplotu, údaj o ní okamžitě přenesou do informačního systému a upozornění na neobvyklé hodnoty přijde pověřenému zaměstnanci přímo na mobilní terminál, který si nosí v kapse? Jen tato zdánlivá drobnost by krásně ušetřila čas a zvýšila bezpečí všech. A zbylo by víc času třeba sednout si společně ven k ohništi a opékat špekáčky. Fotky z této akce by se pak jedním kliknutím přenesly na osobní profily klientů, kde by se na ně mohli podívat jejich blízcí. Personál by neztrácel čas „papírováním“ a mohl by ho využít na osobní péči a třeba i popovídání. Už dnes existuje mnohé. Chytré postele, prototypy nábytku, speciální zařízení na sledování zdravotního stavu, trénování komunikace i paměti. Jsou to první vlaštovky, ale věříme, že jich bude přibývat. Na lidi pracující v sociálních službách tak čekají nové výzvy.

Technické vychytávky

V oblasti inovativních řešení platí staré dobré pořekadlo, že „víc hlav víc ví“ dvojnásobně. Proto se už v červnu letošního roku setkali zaujatí odborníci z oblasti sociálních služeb v Kroměříži, kde Sociální služby města Kroměříže uspořádaly setkání, které dostalo přílehlavý název Inspiromat pro 21. století. Tématem setkání byly právě technické „vychytávky“, které mohou pomoci jednak samotným klientům, ale také při řízení organizace a práci s informacemi.

Účastníci beze zbytku naplnili slovo „Inspiromat“ tím správným obsahem a obohacovali se navzájem během příspěvků i v diskusích. Přijeli zaujatí manažeři a technici ze sociálních služeb z celé republiky a doplnili je sympatizující odborníci z akademického, neziskového i soukromého sektoru. O tom, že se akce povedla svědčilo snad i to, že po jejím oficiálním ukončení nebraly diskuse v kuloárech konce a navázané kontakty se dál rozvíjejí.

Jarní Inspiromat otevřel téma inovací v sociálních službách a jeho účastníci se shodli, že je důležité. Rovnou na místě se tedy dohodli na tom, že si akce zaslouží pokračování. Další **Inspiromat** je naplánován na **9. a 10. listopadu** letošního roku a uskuteční se znovu v Kroměříži. I tentokrát je určen pro manažery a technické pracovníky v sociálních službách. S tématem přijdou pomoci odborníci z ČVUT, Technologické agentury ČR i z firem, které se věnují informačním systémům a sdílení dat. Dostatek času bude opět i na sdílení zkušeností a předávání informací o tom, co se v jednotlivých organizacích děje. Jsme si totiž jisti, že klienti i zaměstnanci v sociálních službách si zaslouží jen to nejlepší. A k tomu dobré a chytré využívání inovativních technologií nepochybně patří.

Jana Pšejová

Autorka článku je manažerka projektu Alzheimerův uzel realizovaného Sociálními službami města Kroměříž, profesí zkušená projektová manažerka širokého záběru, lektorka a spojovatelka zdánlivě nesourodých témat. Článek je psán z pohledu Sociálních služeb města Kroměříže.

Na Vysočině pomáhá Centrum pro neslyšící a nedoslýchavé

Centrum pro neslyšící a nedoslýchavé kraje Vysočina, o.p.s. je místem, kde jsou osoby se sluchovým postižením podporovány v překonání komunikační a informační bariéry s cílem maximálního začlenění do běžného života společnosti. V současnosti nabízí dvě sociální služby – Tlumočnické služby a Sociální rehabilitaci, které jsou doplněny fakultativní činností v podobě půjčovny kompenzačních pomůcek, distribuce příslušenství, údržby a zajištění servisu.

Tlumočnické služby představují sociální službu, kdy je zprostředkován kontakt se společenským prostředím skrze tlumočnicka znakového jazyka, popřípadě prostřednictvím dalších komunikačních

systémů. Podstatou Sociální rehabilitace je zejména zvýšení možnosti uplatnění osob se sluchovým postižením na trhu práce. Dále se jedná o nácvik dovedností pro zvládnutí péče o vlastní osobu, soběstačnost a dalších činností vedoucích k sociálnímu začleňování. Služby jsou poskytovány v celém Kraji Vysočina, ambulantně pak na poradnách v Jihlavě, Havlíčkově Brodě, Pelhřimově, Třebíči a Žďáře nad Sázavou.

Problematika osob se sluchovým postižením je veřejnosti zprostředkovávána formou pořádaných akcí, přednášek, účastí na konferencích a besedách a v neposlední řadě přímou spoluprací se státními a nestátními organizacemi. Dále organizace pravidelně realizuje setkání rodin s dětmi s kochleárním implantátem a v minulosti bylo uskutečněno několik cyklů kurzu znakované češtiny za účelem přiblížení komunikace s neslyšícími osobami.

Hlavním tématem v září bylo „zdraví“, proto se i v tomto duchu nesly naplánované přednášky, a to konkrétně na téma péče o své zdraví a mobilní aplikace Záchranka, které byly přístupné nejen osobám se sluchovým postižením, ale i veřejnosti. Rovněž se uskutečnilo i pravidelné setkání Klubu Šneček a nechyběla účast centra na konferenci Blýskání na lepší časy při řešení sluchových vad u seniorů.

O aktuálních informacích ze světa sluchového postižení také pravidelně centrum informuje na webu www.cnn-vysocina.cz a Facebooku.



Ivana Kohoutová, ředitelka Centra pro neslyšící a nedoslýchavé Kraje Vysočina, o.p.s.



STRÍPKY Z KRAJŮ



Praha

Věděli jste, že v České republice žije přibližně 400 000 osob se sluchovým postižením? „I když neslyšíme, potřebujeme vědět“ je název projektu, který je hrazený z ESF prostřednictvím operačního programu Zaměstnanost a státního rozpočtu ČR.

Cílem projektu je realizace celoživotního vzdělávání osob se sluchovým postižením a tím navázat na sociální služby pro osoby se sluchovým postižením - tlumočnické služby, sociálně aktivizační služby, odborné sociální poradenství. Různě hendikepovaní lidé se často stávají snadným terčem nekalých praktik jiných osob. Celoživotní vzdělávání osob se sluchovým postižením má za cíl se především zaměřit na finanční gramotnost, lékovou gramotnost, různé nekalé komunikační praktiky „šmejdů“, jako např. cestou mobilních operátorů, dodavatelů energií apod. Různé sluchové vady nesouvisí vždy jen s věkem, lze tady pozorovat taky jiné patologie včetně vrozených. Zhruba 15 000 nedoslýchavých a neslyšících lidí se s vadou sluchu *narodilo* nebo jejich vada vznikla už *v dětství*. Vzdělávání takto nemocných, zejména dětí, nese další s tím spojené problémy. Znaková řeč, znakový jazyk je „chudý“ pro vyjádření různých pocitů. Každý „akt“ má vlastní znakové vyjádření, které je nezaměnitelné. Z toho plyne, že vzdělávání osob takto postižených je velmi důležité, zejména v jazyce krajiny, kde žijí. Hlavní bariérou jsou především veškeré publikované informace v tištěné podobě, orální zdroj informací a mýty s tím spojené. Hlavním cílem vzdělávacího programu je zejména docílit toho, aby se odboural vysoký

informační deficit, kterého důsledky se mohou projevit formou různých konfliktů ve společnosti, propuštění ze zaměstnání, neplatná pracovní smlouva a jiné. V rámci edukace jsou k dispozici odborné poradenské konzultace.

Zdroje: <https://dotaceeu.cz/>, Sluchové postižení I Helpnet, <https://snnrcr.cz>

Andrej Dan Bárdoš, koordinátor pro hl. město Praha

Jihočeský kraj

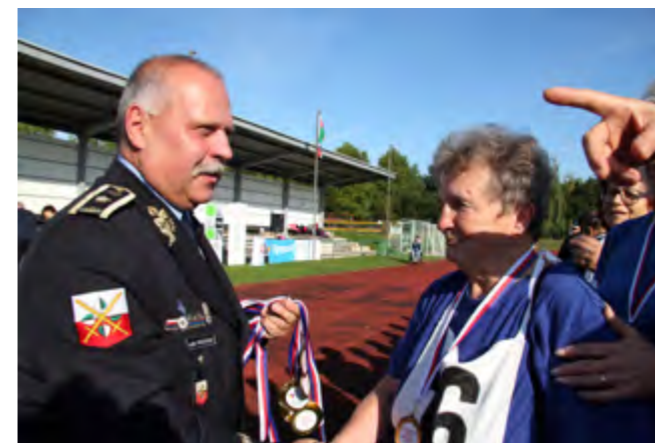
V Českých Budějovicích na Krajském úřadu se v září a říjnu koná Putovní výstava Tiché osudy. Tento projekt si dal za cíl odstranit rozšířené mýty o neslyšících. Je zde zveřejněna série dvanácti fotografií, které znázorňují inspirativní příběhy neslyšících lidí. Návštěvníkům má přiblížit jejich pestré životy, které mají společný neviditelný hendikep. Většinová společnost si ho totiž někdy ani nevšimne, protože je na první pohled zcela nepatrný.

V Alšově jihočeské galerii v Hluboké nad Vltavou byly předány Ceny hejtmana Jihočeského kraje za zachování a rozvoj lidských tradic. Ocenění za rozvoj lidových tradic, a to zejména za vyšívání lidových krojů, získala Jiřina Zikmundová. Miroslavu Šobrovi bylo uděleno ocenění za ruční sečení kosou, udržování tradic jihočeského masopustu a ochotnického divadla.

Také Krajská rada seniorů Jihočeského kraje pořádala v září dvě úspěšné aktivity, Sportovní den pro seniory a Senior foto. Z účastníků sršela neskutečná energie a chuť užít si život plnými doušky. Sportovního dne se zúčastnilo 27

družstev. Celkem 108 seniorů z Jihočeského kraje a vítězové byli odměňováni v kategoriích družstva i jednotlivců z řad mužů i žen. Soutěž Senior foto byla také velice úspěšná. O umístění bojovalo 488 snímků! Díky propagaci soutěže ve zpravodaji našeho projektu byli autoři fotografií z celé České republiky. Více o kláních se dozvíte na webu <http://seniorivkrajich.mpsv.cz> v rubrice Aktuality.

Alena Bártíková, koordinátorka pro Jihočeský kraj



Sportovní hry seniorů

Jihomoravský kraj

Projekt Senioři v krajích od svého začátku spolupracuje v Jihomoravském kraji s Unii neslyšících Brno, z. s. nejen tím, že zástupce této organizace je členem platformy odborníků projektu v Jihomoravském kraji, ale také systematickým poukazováním na tuto problematiku osob se sníženou komunikací z důvodů omezení nebo ztráty sluchu. Pro veřejná vystoupení o výstupu projektu se stalo samozřejmostí tlumočení do znakového jazyka, svoje místo má organizace v připomínkách a podnětech právě tím, co seniory v této oblasti trápí, konaly se besedy se seniory v Kavárně u Žambocha **Akce - Moravská kavárna neslyšících - Kavárna u Žambocha**. Unie neslyšících ve spolupráci s projektem a Krajským úřadem Jihomoravského kraje vytvořila **výukové video k Seniorské obálce Seniorská obálka pro zrakově a sluchově postižené**, které je opatřeno titulky a celé je prezentováno ve znakovém jazyce.

Organizace poskytuje tlumočnické služby, informace a servis kompenzačních pomůcek, vzdělávání, přepis zpráv a v době pandemie třeba i natáčí různé besedy pro seniory na jednotlivá témata, taktéž s tlumočením do znakového jazyka a zavádí asistivní technologie do veřejného prostoru **Asistivní technologie pro neslyšící**. Málokdo v tomto kontextu možná ví, že v Brně proto také jezdí první tramvaj s indukční smyčkou, jedná se o tramvaj č. 1, která má „nejdelší úsek“ v propojení obou konců Brna **Indukční smyčka pro neslyšící v tramvaji | Aktuality | MHD Brno**. Pracovníci organizace vzdělávají odborníky, úředníky i veřejnost jak ve znakovém jazyce, tak i v kurzu odezírání **vzdělávání**.

Co nyní společně organizace a projekt Senioři v krajích v Jihomoravském kraji řeší? Vedoucí Unie neslyšících Brno, popisuje podněty od občanů, kteří mají komunikační hendikep z důvodů omezení sluchu: „*Senioři v naší poradně poukazují na těžkosti v komunikaci při vyřizování sociálních služeb, ať už terénních či pobytových, zejména na problematiku pečovatelských, kteří nejsou vyškoleni v kurzu znakového jazyka nebo v kurzu odezírání, a tak dochází k nedorozumění, ale často i neschopnosti dostat sociální podpory a péče.*“ Dále dokládá, že podle výsledků studií se situace se snížením sluchového vnímání ve společnosti prohlubuje, protože těchto osob přibývá i v mladším věku. U seniorů je tato situace o to obtížnější. Z tohoto důvodu se v Jihomoravském kraji bude konat regionální kulatý stůl na toto téma a budou se hledat možnosti řešení.

Dana Žižková, koordinátorka pro Jihomoravský kraj

Královéhradecký kraj

Podzimní měsíce, září a říjen, se každoročně nesou v duchu oslav Mezinárodního dne seniorů ve všech regionech České republiky, ne

jinak tomu je i u Královéhradeckém kraji. Místní babičky se přidávají do cyklu krajských kol soutěže Babička roku 2021, vítězku regionální klání vybere porota v úterý 19. října v Adalbertinu v Hradci Králové během slavnostního soutěžního odpoledne.

Krajská rada seniorů se tentokrát pustila do organizace soutěže sama jen za podpory Královéhradeckého kraje a projektu Senioři v krajích. Držíme palce, ať vše dopadne na jedničku! V úplně prvním celostátním kole soutěže Babička roku zvítězila tehdy devadesátiletá Jarmila Chudobová z Hradce Králové a my jsme moc potěšeni, že v letošním roce přijala pozvání jako čestná předsedkyně poroty krajského kola.

V tomto měsíci je v Královéhradeckém kraji zároveň plánováno zasedání odborné platformy projektu. Na program budeme mít informace o výstupech analýzy Věková diskriminace a násilí na seniorech, která vznikla v rámci projektu Senioři v krajích. Následně navážeme diskuzí

o možné realizaci soutěže Společnost přátelská zaměstnávání osob 55+ v Královéhradeckém kraji. Příkladem nám v tomto tématu jde Jihočeský kraj, kde v letošním roce ocenili již druhým rokem zaměstnavatele, kteří jsou příkladem pro druhé. Věříme, že je prostor pro osvětu v oblasti age managementu i na východě Čech.

Jana Fröhlichová, koordinátorka pro Královéhradecký kraj

Karlovarský kraj

Obec Josefov u Sokolova pokračuje ve své sérii úspěšných účastí v soutěžích MPSV ČR Obec přátelská rodině a seniorům (OPS a OPR) a letos dokonce zvítězila v obou soutěžích, v kategorii obcí s počtem do 600 obyvatel.

Starosta obce Jan Onak převzal 16. září v Lichtenštejnském paláci v Praze na slavnostním ceremoniálu z rukou ministryně práce a sociálních věcí Jany Maláčové diplomy a celkovou odměnu ve výši 403 000 Kč za obě soutěže. Obec ze získaných finančních prostředků hraje prarodinné a proseniorské aktivity, například letos realizovaný příměstský tábor, zájezdy, venkovní sportovní vybavení (minigolf, člověče nezlob se apod).

Jedná se o opakovaný úspěch této obce, která se již v roce 2018 poprvé přihlásila do soutěže OPR a hned v ní získala druhé místo v kategorii malých obcí s počtem méně než 500 obyvatel. Odměnu ve výši 300 000 Kč obec použila na podporu prarodinných aktivit. V roce 2019 se obec umístila v obou soutěžích na druhém místě a získala tak na další rozvoj v těchto oblastech celkem půl milionu korun.

V Josefově, který má zpracovanou svojí proseniorskou i prarodinnou koncepci, také úspěšně funguje Senior taxi a další aktivity pro seniory a rodiny a potvrzuje se zde, že i v malé obci s minimálním rozpočtem lze aktivně podporovat

seniory i rodiny s dětmi. K úspěchu gratulujeme a máme radost, že získané prostředky dále zvýší kvalitu života obyvatel.

Zdroje:

<https://www.obecjosefov.cz/obec-1/dotace/dokoncene-projekty/dokoncene-projekty-v-roce-2021/obec-pratelaska-rodine-a-seniorum/>

<https://www.obecjosefov.cz/obec-1/dotace/dokoncene-projekty/dokoncene-projekty-v-roce-2019/obec-pratelaska-rodine-a-seniorum/>

<https://www.obecjosefov.cz/fotogalerie-2/rok-2021/oceneni-obce-664cs.html>

Miloslav Čermák, koordinátor pro Karlovarský kraj



Olomoucký kraj

Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR rozdělilo mezi vítěze soutěže Obec přátelská rodině a seniorům 2021 více než 17 milionů korun. Slavnostní vyhlášení se konalo v pražském Lichtenštejnském paláci ve čtvrtek 16. září. Statutární město Přerov zvítězilo v nejvyšší kategorii obcí nad 25 000 obyvatel. Pro účely soutěže přerovský Odbor sociálních věcí a školství vypracoval projekt nazvaný Přerov přátelský seniorům 2021. V projektu je představen soubor proseniorských aktivit, které podporují aktivní, smysluplný a důstojný život seniorů v jejich vlastním sociálním prostředí, předcházejí sociálnímu vyloučení a posilují mezigenerační dialog a soudržnost komunity. Ocenění převzal z rukou ministryně Jany Maláčové první náměstek primátora Přerova Petr Kouba a zároveň s oceněním získalo město i finanční částku 1 603 602 Kč. Město Přerov úzce spolupracuje s projektem Senioři v krajích - šíří seniorské obálky, podílí se na organizování kulatých stolů, Dnů seniorů a zřídilo koordinátora pro seniory.

Letošního ročníku soutěže MPSV ČR se zúčastnilo celkem 90 obcí. Obce soutěží na základě podané žádosti v pěti velikostních kategoriích rozdělených podle počtu obyvatel. Soutěže se mohou účastnit všechny obce, městyse, statutární města, města, městské části a obvody z celé České republiky.

Zdroj:

<https://www.prerov.eu/cs/magistrat/socialni-oblast-a-zdravotnictvi/obec-pratelaska-seniorum-2021/>

Václav Zatloukal, koordinátor pro Olomoucký kraj



v kategorii obcí s počtem obyvatel 12 až 25 tisíc. Součástí ocenění byl také šek ve výši téměř 1,5 milionu korun, který je určen na realizaci proseniorských aktivit neinvestičního charakteru.

„Z prvenství máme velkou radost a převzít diplom a šek na odměnu ve výši téměř 1,5 milionu korun pro mě byla velká čest. Jsme rádi, že práce, kterou děláme směrem ke zlepšování života seniorů byla oceněna. Velké poděkování patří také celému odboru strategického rozvoje a projektů, který na projektu pracoval. V loňském roce jsme vyhráli první místo v soutěži Obec přátelská rodině 2020 a v roce 2018 Obec přátelská seniorům. Je vidět, že aktivity, které pro rodiny s dětmi i seniory tvoříme, mají smysl,“ uvedl místostarosta Jiří Melcher, který se vyhlášení zúčastnil spolu s Hanou Cábou z odboru strategického rozvoje a projektů, MěÚ Rožnov.



Zlínský kraj



Místostarosta Rožnova pod Radhoštěm Jiří Melcher převzal z rukou ministryně práce a sociálních věcí Jany Maláčové ocenění za vítězství v soutěži Obec přátelská seniorům 2021

Pro seniory jsou připraveny různé aktivity, které se zaměřují například na mezigenerační soudržnost. Dětem v mateřských školách budou pohádky předčítat senioři nebo na základních školách žákům ukazovat tradiční, již zapomínaná řemesla. Díky výhře v soutěži Obec přátelská seniorům 2021 se podařilo také prodloužit provoz služby Senior taxi až do 16 hodin. Organizují se také různé přednášky zaměřené na vzdělávání seniorů či zdravý životní styl. V říjnu proběhne také Olympiáda seniorů a jsou připraveny výlety i pro imobilní seniory. Gratulujeme a přejeme, aby získané prostředky ještě více zvýšily kvalitu života seniorů.

Zdroj: Místostarosta Jiří Melcher převzal ocenění Obec přátelská seniorům 2021, 115/2021.: Rožnov pod Radhoštěm (roznov.cz)



Halenkovické setkání seniorů

16. září jsem měla tu čest se na pozvání Jaromíra Blažka, starosty obce Halenkovice, zúčastnit mimořádně krásné akce – Setkání seniorů 70+. Pro místní občany je již dlouholetou tradicí, že se každé dva roky tato akce koná a mnoho pracovníků obce, místní základní školy a dobrovolníků přiloží ochotně ruku k dílu. Bez jejich pomoci by tak velkolepou akci nebylo možné zajistit. Není jistě lehké připravit setkání více než stovky sedmdesátiletých a starších občanů.

V roce 2017 pozvání přijalo neuvěřitelných 150 seniorů a právem v letošním přivítacím projevu pan starosta s úsměvem podotkl, že za pár let sál nebude stačit. Možná zapochybujete, kde obec s necelými dvěma tisíci obyvateli schraňuje tolik sedmdesátníků a starších občanů. Osobně zvaní, a také dobrovolníky a rodinami přiváženi, jsou nejen místní občané, ale i ti bý-

valí, žijící v domovech seniorů a u svých rodin.

Celá akce klapala jako na drátku. U vchodu každého příchozího hosta přivítal roztomilý hlouček krojovaných dětí a předal jim drobné dárečky včetně výtisku naší malé a velké seniorské obálky. Její využití jsem měla možnost hned po úvodním přivítacím projevu starosty představit. Došlo i na ukázkou videospotů a představení dalších aktivit projektu Senioři v krajích.

Další dva body programu se mnoho let těší velké oblibě. Prvním z nich je hudební a taneční vystoupení žáků místní základní školy a základní umělecké školy se sídlem v Napajedlích. Jen milá drobnost – na přání seniorů jsou všechny vystupující děti a žáci vždy jmenovitě představeni. I to je důkaz výborných mezigeneračních vztahů a trvalého zájmu o život v obci. Se stejnou pozorností vyslechli hosté druhou část programu, a to informace z matriky týkající se věkové skladby obyvatelstva obce. Těmito údaji i celým programem krásně a důstojně provázela osoba nejpovolanější - Marie Kašíková, ředitelka halenkovické základní a mateřské školy. Vyjmenovala nejstarší obyvatele a významná jubilea si zasloužila potlesk a kytičku předanou vedením obce.

Kuchařky školní jídelny připravily zdravý a chutný oběd, který spolu s pozornou a usměvavou obsluhou přispěl k příjemné atmosféře a zahájil volnou část programu za doprovodu cimbálové muziky. Celý sál byl vyzdoben ukázkami z výtvarných prací žáků a fotografiemi z předchozího ročníku setkání. Vybrané fotografie, milé vzpomínky a krásný pocit, že na jejich práci pro další generace obec nezapomíná, si účastníci setkání ponесou do dalších dnů. Ti, co se vracejí do nedalekých domovů seniorů už vědí, že v předvánočním čase za nimi jako každoročně přijede starosta s přáním pevného

zdraví a elánu. Halenkovice mají co nabídnout všem generacím, a to je určitě jeden z důvodů, proč počet jejích obyvatel stále pozvolna roste.

Eliška Pífková, koordinátorka pro Zlínský kraj

Pardubický kraj

Také obce z Pardubického kraje byly úspěšné v letošním ročníku soutěže Obec přátelská rodině a seniorům MPSV ČR. V Pardubickém kraji můžeme být hrdí na Moravskou Třebovou, Svitavy, Lanškroun a Českou Třebovou, které bodovaly ve svých kategoriích na nejvyšších příčkách. Gratulujeme!

Pro říjnový střípek zpravodaje jsem chtěla zmapovat síť pomoci pro seniory se sluchovým hendikepem. Zjistila jsem, že je v kraji pestrá paleta pomoci, což mě mile potěšilo. Zajímala jsem se také o to, zda je možné vyrazit za zábavou a užít si plnohodnotně kulturní zážitky, třeba pomocí indukční smyčky. Neváhala jsem a spojila jsem se s Jindřichem Sochou, který je zkušeným pracovníkem v organizaci AudioHelp z. s. Jindřich Socha mi vyjmenoval, kde všude jsou indukční smyčky k využití pro všechny – i pro seniory. Můžeme jmenovat například kina (Grand Pardubice a Atrium palác), Východočeské divadlo Pardubice, Sál Jana Kašpara, ale najdeme je i v menších obcích, jako je Staré Hradiště či v kulturním domě v Holicích.

Milióny lidí po celém světě mají problémy se sluchem. Často jde o projev přirozeného stárnutí, který dokáže velmi znepríjemnit život nejednoho seniora. Osobám s úplnou nebo částečnou ztrátou sluchu pomáhá už od roku 2006 také organizace Tichý svět, její pobočky naleznete v deseti krajích České republiky, včetně Pardubického kraje. Vyrovnat se s postupnou

ztrátou sluchu je velmi psychicky náročné, lidé často netuší, na co mají nárok a kde hledat podporu. Tichému světu se i zde daří propojovat svět slyšících a osob se sluchovým postižením a bořit bariéry, které mezi nimi vznikají. Všechny služby jsou zdarma.



**SLUCHOVÉ poradenství a sociální rehabilitace
PARDUBICKÉHO KRAJE
AUDIOHELP z.s.**

Bělehradská 389, 53009 PARDUBICE - Polabiny
e-mail: shw@email.cz, Tel.: 466 301 888, Odborný pracovník Jindřich Socha

Úřední hodiny:	Odborné sociální poradenství:	Sociální rehabilitace:
Pondělí	8:00 – 10:00 hod 12:00 – 14:00 hod	10:00 – 12:00 hod
Úterý	8:00 – 10:00 hod 12:00 – 14:00 hod	10:00 – 12:00 hod
Středa	8:00 – 10:00 hod 12:00 – 14:00 hod	10:00 – 12:00 hod

Sluchové poradenství

- pro sluchově postižené nabízí:

- Poradenství
- prodej baterií
- opravy naslouchacích přístrojů
- čištění sluchadel a tvarovek, kontrola
- půjčování kompenzačních prostředků
- výměnu a prodej hadiček různého typu
- servis a montáže zařízení u klientů
- prodej a výměnu univerzálních tvarovek do uší
- prodej a servis kompenzačních pomůček pro nedoslýchavé



Baterie



Budík



Zesílený telefon



Signalizace bytového zvonku, telefonu



Indukční smyčka pro tichý poslech TV/R



Bezdrátová sluchátka pro tichý poslech televize, R




Středisko sociální rehabilitace a odborného poradenství AUDIOHELP z.s. je neziskovou organizací sluchově postižených - převážně nedoslýchavých s celostátní působností. Činnost zahájil 16.2.1994. Posláním spolku Audiohelp je hájit zájmy sluchově postižených - nedoslýchavých, usilovat o větší informovanost veřejnosti o problémech sluchově postižených a poskytovat sociální rehabilitaci a odborné poradenství, které pomáhá při překonávání každodenních bariér v jejich životě. Cílem spolku Audiohelp se může stát každý zájemce není to však podmínkou.

Kam se obrátit v Pardubickém kraji pro pomoc?

- Národní rada osob se zdravotním postižením České republiky o. s.
- Help Centrum s.r.o.
- Tichý svět, o. p. s.
- Křižovatka handicap centrum, o.p.s.

Michaela Müllerová, koordinátorka pro Pardubický kraj

Liberecký kraj



Tichá tramvaj vyjela 9. září v rámci Deafemberu – Měsíc lidí se sluchovým postižením pro veřejnost. Lidé se mohli dozvědět informace o světě neslyšících, nedoslýchavých či ohluchlých osob. Během jízdy se také mohli naučit jednoduchá „slovíčka“ ve znakovém jazyce. Lektoři byli sami neslyšící. Nastupujícím lidem do tramvaje se rozdávali letáčky s prstovou abecedou a základními slovy ve znakovém jazyce. Někteří byli velmi odvážní a zkusili se ve znakovém jazyce pozdravit, nebo si říci i něco více. Tiché tramvaje se též zúčastnila tlumočnice do znakového jazyka, která pomohla neslyšícím s překládáním.

V rámci této akce se nabízela seniorům seniorská obálka projektu Seniori v krajích, o kterou byl velký zájem. V průběhu jízdy navštívila akci Česká televize a Prima News. Probíhaly také krátké rozhovory.

Pavla Řečtáčková, koordinátorka pro Liberecký kraj



Moravskoslezský kraj

V Moravskoslezském kraji se uskutečnil online kulatý stůl projektu Implementace politiky stárnutí na krajskou úroveň s názvem „Bariéry a izolovanost seniorů a jak je odstraňovat?“ Na kulatém stole se představila ostravská pobočka organizace Tichý svět, která se věnuje sluchově postiženým. Kulatý stůl byl mimořádný díky tomu, že se ho zúčastnila neslyšící účastnice. Všichni účastníci kulatého stolu si tak mohli v praxi vyzkoušet, jak probíhá komunikace mezi neslyšícími v online prostoru. Neslyšící účastnice prostřednictvím znakového jazyka vyprávěla svoji životní zkušenost a tlumočnice ji tlumočila do mluvené řeči. Také byl pořízen přepis textu, který všichni viděli v jedné části obrazovky.

V prezentaci se měli účastníci možnost seznámit s tím, jaké služby poskytuje Tichý svět pro sluchově postižené, je to všestranná podpora v podobě sociální rehabilitace, sociální a právní poradny, tlumočení a přepis. Ostravská pobočka pozvala zúčastněné na Den otevřených dveří. Více informací je možné najít na jejich webových stránkách www.tichy Svet.cz.

V diskusi představila Knihovna města Ostravy svoji zvukovou knihovnu a také byli účastníci kulatého stolu seznámeni s kompenzačními pomůckami pro neslyšící, kterými knihovna disponuje. Potěšující byla výzva ředitelky Knihovny města Ostravy k veřejnosti ke spolupráci na zlepšování podmínek pro sluchově postižené

Dalším příspěvkem kulatého stolu bylo představení organizace Anděl Strážný, z. ú., která poskytuje komplexní služby v oblasti nepřetržité tísňové péče v rámci celé České republiky, určené především seniorům, zdravotně postiženým a dlouhodobě nemocným. V Moravskoslezském kraji sídlí v Třinci. SOS tlačítka jsou základním komunikačním prostředkem služby a je možné využít také Povídkovou linku, kdy kli-

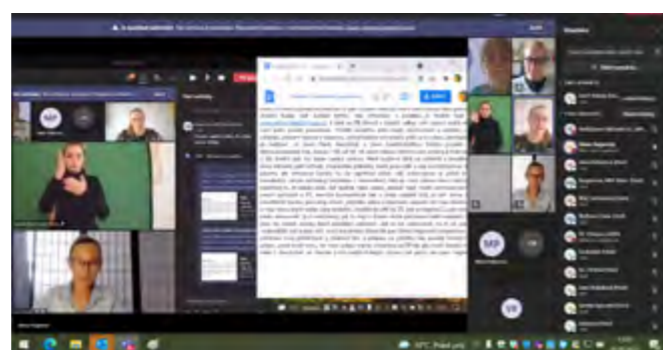
ent komunikuje s dispečerkou. Organizace poskytuje další doplňkové služby. Klienti mohou zůstat co nejdéle doma v klidu a bezpečí s jistotou, že o nich v případě potřeby bude postaráno. Další informace můžete získat ZDE.

Poslední příspěvek se týkal představení organizace Moudrá sovička nadace Vodafone, která má za cíl zapojení seniorů do světa technologií, aby se předešlo jejich sociálnímu vyloučení. Nejnovější aktivity směřují k propojování generací, zapojování studentů do spolupráce se seniory. Obě věkové skupiny si mají co nabídnout. Organizace nabízí různé vzdělávací programy po celé ČR, vlastní Mobilní centrum pro seniory, které zajíždí do všech koutů ČR. Více informací na <https://www.moudrasovicka.cz>.

Další organizace, které se v Moravskoslezském kraji věnují sluchově postiženým jsou:

- Centrum služeb pro neslyšící a nedoslýchavé, o. p. s., kontakt: <https://www.csnn.cz>
- Česká unie neslyšících, z. ú. v Ostravě: <http://www.ostrava.cun.cz/>

Pavla Kasášová, koordinátorka pro Moravskoslezský kraj



Spolek neslyšících Plzeň, p.s.
Tylova 14, Plzeň

Tlumočnická služba

Služba určena pro osoby se sluchovým postižením.
Služba poskytuje tlumočení do/z ČZJ, znakované češtiny a artikulační tlumočení.

Pracovníci:

Mgr. Miroslav Hanzlíček – soudní tlumočnick ZJ a sociální pracovník
Kontakt: e-mail: mhanzlicek@snplzen.cz, GSM: +420 776 038 463

Mgr. Kristýna Voříšková – sociální pracovníce a tlumočnice ZJ
Kontakt: e-mail: voriskova@snplzen.cz, GSM: +420 602 616 785

Před návštěvou nutnost objednání.

Otevírací doba – ambulantní:
St, Čt – 14:00 – 17:00

Místo: Tylova 14,
301 00 Plzeň 3

Otevírací doba – terénní, online:
Po 6:30 – 11:30
Út 6:30 – 11:30
St 6:30 – 12:00
Čt 6:30 – 12:00
Pá 6:30 – 12:30

Možnost individuálního času po domluvě s tlumočnickem.

Možnost objednání na stránkách www.snplzen.cz.

Plzeňský kraj

Organizace Tichý svět poskytuje sociální služby osobám se sluchovým postižením i v Plzeňském kraji. Součástí cílové skupiny osob se sluchovými obtížemi jsou samozřejmě i senioři. Typickými zástupci v řadách seniorů jsou osoby ohluchlé a nedoslýchavé, tedy lidé, kteří o sluch přišli anebo přicházejí v důsledku stárnutí. „Této skupině seniorů se mimo jiné věnujeme formou navazování spolupráce s domovy pro seniory. Příkladem může být právě probíhající podpora klientky jednoho domova pro seni-

ory v Plzni. Silně nedoslýchavá klientka ztratila sluchadlo, které pro ni znamenalo v podstatě jedinou možnost, jak se dorozumívat se svým okolím. Vedení domova se obrátilo na Tichý svět, naše pracovnice se sešla s klientkou a zkontaktovala se s jejím rodinným příslušníkem, který se do celého procesu zapojil. Pro komunikaci s klientkou naše pracovnice využila přepis mluvené řeči do textu, který umožňuje naše online tlumočnická služba Tichá linka. Dle přání klientky pak zorganizovala celý proces zakoupení a dodání nového sluchadla, který se v dnešních dnech blíží ke svému cíli. Celý proces odlehčil pracovnímu vytížení vedení domova pro seniory a přešel do rukou našich pracovníků, které se na spolupráci s osobami se sluchovými obtížemi specializují. Obdobným způsobem jsme k dispozici všem seniorům se sluchovým hendikepem po celém Plzeňském kraji. Dle potřeby dorazíme za zájemcem a podpoříme ho dle jeho specifických potřeb,“ říká vedoucí konzultant pobočky pro Plzeňský kraj Dominik Dolejš.

TICHÉ OSUDY

příběhy neslyšících na fotografiích Elišky Podzimkové

celé září a říjen
Krajský úřad České Budějovice

U Zimního stadionu 1952/2, 4.p.

www.tichy Svet.cz
facebook.com/tichy Svet
[@tichy Svet](https://instagram.com/tichy Svet)

TICHÝ SVĚT
Mladobuzovská 10, Plzeň

Spolek neslyšících Plzeň, p.s. je další organizace pro podporu sluchově postižených spoluobčanů. Tento spolek spolupracuje s ostatními organizacemi a spolky pracujícími se zdravotně postiženými lidmi. Jejich cílem je pomáhat sluchově postiženým občanům se zapojením do běžného života, mimo jiné například zajišťováním a pořádáním kulturních, společenských a sportovních akcí.



60. MŠ v Plzni, se kterou jsme na jaře sevcili mezinárodní taneční výzvu Jerusalema, tentokrát projektu předala krásná přáníčka, která děti vyrobily ke Dni seniorů. Moc děkujeme! Radost udělala seniorům na oddělení Pobytová sociální péče 2 ve Fakultní nemocnici Plzeň.

Irena Kadlčíková, koordinátorka pro Plzeňský kraj





Spolek neslyšících Plzeň, p.s.
Tylova 14, Plzeň

Sociálně aktivizační služby pro seniory a osoby se zdravotním postižením

Služba poskytuje:
Kurzy trénování paměti
Výuku na Pc
Nácvik dovedností: zacházení s kompenzačními pomůckami
Zájezdy
Klub žen

Pracovník: Michaela Šolcová, Dis. – soc. pracovnice

Kontakt: e-mail: msolcova@snplzen.cz, +420 725 724 393

Odpovědná osoba: Mgr. Miroslav Hanzlíček

<p>Otevírací doba – ambulantní: Po 12:00 – 16:00 Út 12:00 – 16:00 St 12:00 – 17:00 Čt 12:00 – 17:00</p>	<p>Místo: Tylova 14, 301 00 Plzeň 3</p>
--	--

Otevírací doba – terénní:
So 8:00 – 12:00, 3. sobota v měsíci



Možnost objednání na stránkách www.snplzen.cz.

Předsedkyně organizace Senioři ČR, z.s. Bohumila Šmolíková pozvala Senioři v krajích na slavnostní koncert na oslavu Dne seniorů do Měšťanské Besedy, kterou již prvními písničkami od Karla Hašlera rozezpívala kapela King Swing v čele s Milanem Benediktem Karpíškem. Bohumila Šmolíková se při té příležitosti rozloučila se členy své organizace po 30 letech pilné práce.

Středočeský kraj

Při příležitosti Mezinárodní dne neslyšících, který každoročně připadá na 23. září, se i ve Středočeském kraji u tohoto tématu zastavím a krátce představím zainteresované organizace a jejich působení. V kraji působí několik organizací, které neslyšícím či nedoslýchavým lidem, nejen seniorům, pomáhají a snaží se jim ulehčit běžné situace v životě.

Asi nejznámější z nich je Tichý svět, jehož středočeská pobočka sídlí v Kladně. Pobočka šíří povědomí o osobách s postižením sluchu mezi občany Středočeského kraje. Konzultanti rozumí potřebám svých klientů a ve svém přístupu k nim používají způsob komunikace, který je klientům vlastní, tj. nejčastěji český znakový jazyk nebo psaná čeština a odezírání. Tím se služba stává pro danou cílovou skupinu dostupnou a bezbariérovou. Ke každému klientovi je přístupováno individuálně podle úrovně jeho schopností a dovedností a postupně je rozvíjen jeho potenciál.¹ Mezi služby, které pobočka poskytuje, patří sociální rehabilitace (podpora a pomoc při osvojování návyků a nácviku běžných činností nezbytných pro samostatný život, podpora v samostatnosti, nezávislosti a soběstačnosti), odborné sociální poradenství a tlumočnické služby. Například službu tichá linka (tlumočení znakového jazyka a přepisu mluvené řeči do textu online) mohou lidé využít na osmi pobočkách Okresní správy sociálního zabezpečení (Beroun, Kolín, Benešov, Kladno, Kutná Hora, Mělník, Mladá Boleslav, Příbram, Rakovník, Nymburk), v nemocnicích v Nymburku, Ml. Boleslavi, Berouně, Kolíně a Hořovicích, na Městských úřadech v Hořovicích, Berouně a Kolíně a na Magistrátu města Kladna. Také úřady práce tuto formu komunikace s neslyšícími využívají, a to na pobočkách v Rakovníku, Berouně, Kolíně, Kladně, Benešově, Kutné Hoře, Nymburku, Ml. Boleslavi, Příbrami, Neratovicích, Mělníku, Milovicích.

Další organizace působící v kraji a aktivně pomáhající neslyšícím jsou Svaz neslyšících a nedoslýchavých osob v ČR s pobočkami v Berouně, Hořovicích, Kladně, Kolíně, Kutné Hoře, Ml. Boleslavi, Příbrami a Říčanech. Svaz je také zakladatelem Center pro neslyšící a nedoslýchavé pro Prahu a Středočeský kraj, o. p.s. (Kladno, Beroun, Příbram).

V neposlední řadě je také nutné zmínit, že už i situace z každodenního života slyšících lidí, jakou je návštěva divadla či pošty nebo cestování vlakem, se pro neslyšící či nedoslýchavé stává příjemnější a méně stresující s využitím indukční smyčky.



Tu využívají například divadla v Kladně, Příbrami nebo Mladé Boleslavi, na poště v Rakovníku nebo v nádražní hale v Řevnicích. Ve Středočeské vědecké knihovně v Kladně – knihovna přátelská hendikepovaným – pořádají tlumočené akce s vlastními tlumočníky, dále zajišťují simultánní přepis mluvené řeči na plátno, knihovna také neustále rozšiřuje fond pro neslyšící (DVD s titulky, motivační filmy, komiksy atd.) a fond o problematice neslyšících (knihy o sluchovém postižení, různé slovníky atd.).

Martina Doupovcová, koordinátorka pro Středočeský kraj

¹ Zdroj: Středočeský kraj | Tichý svět (tichysvet.cz)

Ústecký kraj

Nedoslychavost a hluchota jsou hendikepy, jež s sebou přináší značnou psychosociální izolaci. Důležité je si přitom uvědomit, že osoby s těmito hendikepy primárně netouží po našem soucitu, nýbrž potřebují, aby jejich okolí vnímalo, že jsou neslyšící a uzpůsobilo svou komunikaci danému faktu.

V Ústeckém kraji funguje hned několik organizací, které se snaží prolomit bariéry mezi světem slyšících a neslyšících, a to nejen prostřednictvím sociální rehabilitace, sociální a právní poradny či odborné asistence ve výběru kompenzačních pomůcek, ale také pořádáním nejrůznějších akcí zaměřených na osvětu, čímž plní informativní funkci směrem ke slyšící veřejnosti. Ta je přitom v rámci společného, a hlavně plnohodnotného soužití neslyšících ve většinové společnosti zásadní! Velmi aktivní organizací v této oblasti je např. Tichý svět, jež se v měsíci září připojil k celostátní akci Deafember a ve spolupráci s projektem Seniori v krajích realizoval ve vědecké knihovně Ústí nad Labem přednášku, kde seniorům představila své služby a připravil pro ně příjemné odpoledne.

Podrobnější informace o dalších organizacích, působících na území Ústeckého kraje najdete na stránkách:

- **Ústecký kraj | Tichý svět (tichyvet.cz)**
- **Neslyšící: Ústecký kraj (kr-ustecky.cz)**
- **SNN: HLAVNÍ STRANA (snn-cr.cz)**
- **CENTRUM – Pro zdravotně postižené Ústeckého kraje, o.p.s. (krcentrum.cz)**

Lenka Červinská, koordinátorka pro Ústecký kraj

Kraj Vysočina

Objevily se další možnosti, jak hledat řešení sluchových vad u seniorů, kteří jsou umístěni v zařízeních sociálních služeb. Tito klienti nemají často ideální podmínky pro optimální léčbu, a tak vznikl nápad vytvořit speciální projekt, který by těmto osobám mohl pomoci při řešení jejich situace.

Technologická agentura České republiky rámci Programu na podporu aplikovaného společenského a humanitního výzkumu, experimentálního vývoje a inovací ÉTA podpořila projekt s názvem „Nové přístupy, metody a technologie v oblasti diagnostiky a korekce sluchových vad u seniorů v pobytových zařízeních sociálních služeb“, který se zkráceně nazývá „Projekt Sluch“.

Hlavním příjemcem projektu je Vysoká škola polytechnická Jihlava a externím aplikačním garantem Kraj Vysočina. Dalšími účastníky jsou tři zařízení pobytových sociálních služeb na Vysočině: Domov Jeřabina Pelhřimov, Domov Nové Syrovice a Domov pro seniory Jihlava – Lesnov. Z těchto organizací byli vybráni vhodní klienti, a pokud u nich byla potvrzená diagnóza, byl s nimi zahájen proces následné korekce sluchu.

Hlavním přínosem celého projektu je nově vytvořená Metodika individuálního plánování péče o seniory se sluchovými vadami, která zahrnuje standardizované metody a postupy v péči o sluchově postižené seniory. Dalším přínosem bude zavedení nových přístupů, metod sociální a ošetrovatelské péče a využití technologií v oblasti diagnostiky a korekce sluchových vad u seniorů. Vytvořená metodika byla schválena a je v současné době volně ke stažení na webových stránkách ministerstva práce a sociálních věcí <https://www.mpsv.cz/>

[web/cz/metodiky-certifikovane-mpsv](https://www.mpsv.cz/metodiky-certifikovane-mpsv), aby ji mohli využívat všichni poskytovatelé sociálních služeb České republiky.

Konec projektu je letos v prosinci, proto už se konala i závěrečná konference s názvem Blýskání na lepší časy při řešení sluchových vad u seniorů. Účastníci se obeznámili s průběhem celého projektu, a hlavně s nově vytvořenou metodikou a mobilní aplikací. Odborným garantem celého projektu byla doktorka Olga Bendová – specialista v oboru otorinolaryngologie a foniatrie, která seznámila účastníky konference i následujícího semináře s praktickými aspekty v péči o sluch, objasnila sluchové vady a možnosti jejich korekce. Docent Zbyněk Bureš představil inovativní aparaturu pro screening sluchu založenou na mobilní aplikaci v chytrém telefonu či tabletu. Celý realizační tým jmenovaného projektu pevně věří, že se podaří další významný krok pro zlepšení péče o seniory.

Zdroj: Mgr. Táňa Křížová, Odbor sociálních věcí Krajského úřadu Kraje Vysočina

Marie Kružíková, koordinátorka pro Kraj Vysočina





Jablkovo-pudinkový koláč z listového těsta

S blížícím se sychravým počasím a sklizní ovoce jsme si pro vás připravili podzimní recept, který vás doslova „obejme“. Zkuste ho!

INGREDIENCE

- 500 g listové těsto
- 240 g piškoty
- 1 kg nastrouhaná jablka
- 1 bal. skořicový cukr
- 1 lžička citronová šťáva
- 3 lžíce kr. cukr
- 1 l mléko
- 3 bal. vanilkový pudink
- 6 lžic kr. cukr
- 1 ks vejce

POSTUP PŘÍPRAVY

- Z listového těsta vyválíme dva pláty těsta o velikosti plechu (30x 40 cm) Jedno těsto si položíme na papírem vystlaný plech na pečení (plát těsta je umístěn tak, aby překrýval i kraje).
- Na těsto umístíme těsně vedle sebe piškoty. Posypeme je cukrem a pokapeme citronovou šťávou. Nastrouhaná jablka smícháme se skořicí a vrstvíme na piškoty.
- V mléce, do kterého jsme přidali cukr, si uvaříme pudinky, a ještě horký nalijeme na jablka.
- Vyválený druhý plát těsta položíme na pudink, popíchnáme vidličkou a potřeme rozšlehaným vejcem.
- Takto připravený koláč dáme péct do předem vyhřáté trouby na 200 stupňů. Pečeme cca 30–35 minut. Upečený koláč nec háme vychladnout, nakrájíme na řezy a podáváme.

DOBROU CHUŤ!

DUŠIČKY

– památka zesnulých se blíží

Dušičky je známý svátek, kdy lidé vzpomínají na své zesulé předky, uklízí a podzimně zdobí hroby, zapalují svíčky... Letos svátek Věch svatých neboli Památka zemřelých připadá na úterý 2. listopadu.

Dušičky mají kořeny v prastarých keltských rituálech. Začátkem listopadu oslavovali Keltové nový rok a zároveň věřili, že se tento den setkávají mrtví s živými. Oblékali masky pro obřadní tance a průvody, zapalovali obřadní ohně, které měly ukázat cestu bloudícím duším. Věřili, že duše mohly konat dobré skutky i se mstít za minulá příkoří. Později Irové, potomci starých Keltů, přinesli tyto zvyky do Ameriky, kde se rychle ujaly a později se přetvořily do podoby dnešního Halloweenu.

Dušičky vycházejí i z křesťanského učení a lidové víry našich předků. Od nepaměti lidé přemýšlí o tom, co je s lidmi po smrti. Většina světových náboženství věří, že smrtí život nekončí. I tady najdeme symboliku – zapálené svíčky představují věčný život, stejně tak živé květy. Věnce symbolizují nekonečný koloběh života a smrti.

U nás se koncem října a začátkem listopadu, stejně jako v Americe, zapalují vydlabané dýně, představující různé obličejy. V Čechách se v době, kdy na polích často rostla cukrová řepa, vydlabávaly obličejy vytvořené právě z cukrové řepy, kterým se říkávalo řepácci neboli bubáci. Ty pak v nocích svítily pro radost dětí, stejně tak jako dnes obličejy vydlabané z dýní.

Památka zemřelých je největším svátkem vedle **Vánoc**, který v Česku „slaví“ jak křesťané, tak i **nevěřící** a to vzpomínkou, ozdobením rodinných **hrobů** či zapálením svíčky. Pro katolíky znázorňují živé **květiny víru** ve **věčný život** a mají demonstrovat přesvědčení, že život hrobem nekončí.

Zdroj: <https://www.ceskazceska.cz/dusicky/>

Pavla Kasášová, koordinátorka pro Moravskoslezský kraj



Psychologie pro seniory

S přicházejícím podzimem se pomalu začínáme vracet do on-line prostředí (na platformě Zoom) desetidílný kurz Psychologie třetího věku vedený **Mgr. Janou Mikšovskou**. Kurz probíhá od 5. října a poslední setkání se uskuteční 7. prosince, vždy v úterý od 17 hodin. Jednotlivá setkání lze absolvovat samostatně, ale pokud se o tematiku psychologie zajímáte, doporučujeme absolvovat celý kurz. Cyklus je **zdarma**. Kurz je připraven ve spolupráci s vysokou školou **Academia Rerum Civilium – Vysoká škola politických a společenských věd, Kutná Hora**. Více informací o jednotlivých lekcích naleznete v letáčku. Údaje k přihlášení pro případné zájemce jsou: přímý link na **ZOOM**, nebo: meeting ID: 531 675 3853, Passcode: 111.

PSYCHOLOGIE TŘETÍHO VĚKU



Člověk se v rámci svých životních rolí dostává ze stádia pracujícího člověka a rodiče, kdy svůj čas rozděloval mnohdy **disproporcionálně mezi svoji kariéru, péči o děti a koníčky, do stádia pozdní dospělosti, kdy má více času sám na sebe. V tomto období se lidem dějí stejné věci, jako v obdobích jiných, některé situace se ale objevují častěji, jako např. vážné onemocnění, smrt blízkého člověka, odchod dětí z rodiny, narození vnoučat. Cyklus se věnuje tématům, která by mohla posluchačům pomoci se v nových situacích snadněji orientovat.**

Vedoucí kurzu:

Mgr. Jana Mikšovská,
Academia Rerum Civilium –
Vysoká škola politických a společenských věd,
Kutná Hora

Obsah kurzu Psychologie třetího věku:

1. setkání –

Název přednášky: Mezigenerační vztahy

Anotace obsahu přednášky: Vztahy mezi generacemi je často zmiňované téma, ale jako u jiných vztahů i u vztahů mezi generacemi záleží v konkrétních případech spíše na jednotlivých více než na generalizovaném pohledu. Ten může danému vztahu spíše ublížit. O nejčastějších zabíjících vztahů mezi lidmi různých generací bude 1. přednáška cyklu.

2. setkání –

Název přednášky: Prarodičovství

Anotace obsahu přednášky: Není babička jako babička, není dědeček jako dědeček. Roli babičky a dědečka máme vtisknutou někde v podvědomí. Ne každý ji ale vnímá stejně. Posluchači se seznámí s několika typy prarodičovských rolí a budou si moci zodpovědět otázku, ke kterému patří oni sami.

3. setkání –

Název přednášky: Konflikt jako destabilizující prvek systému

Anotace obsahu přednášky: Přednáška představí konflikt jako proces, v němž hrají důležitou roli emoce. Konflikt má různé fáze a příčiny. Jejich rozeznání je důležité k tomu, aby byl člověk schopen zabránit vzniku konfliktu, nebo alespoň jeho eskalaci. Umění zvládnout konflikt patří k dovednostem hodícím se v každém věku.

4. setkání –

Název přednášky: Konflikt jako zdroj poučení

Anotace obsahu přednášky: Pokud se konflikt nepodaří včas zastavit a proběhnou všechny jeho fáze, je důležité po jeho skončení průběh zanalyzovat a poučit se, jak postupovat příště, aby devastující účinky, pokud se objevily, nebyly tak ničivé. Posluchači se též dozvědí, proč se některé konflikty stále opakují a vypadá to, že není z tohoto kolotoče žádná východiska.

5. setkání –

Název přednášky: Způsoby komunikace, které nám pomohou uhájit si svůj prostor

Anotace obsahu přednášky: Mluvit umíme všichni, ale mluvit tak, abychom druhým sdělili, jaké jsou naše potřeby, to už není tak jednoduché. Lidé se mnohdy domnívají, že by druzí měli vědět, co potřebujeme nebo co nám vadí. Ale není tomu tak. Pokud si o konkrétní věc neřekneme, tak ji zpravidla nedostaneme. Možné je ale i to, že i když si řekneme, tak ji také nedostaneme, ale pravděpodobnost už je mnohem větší...

Projekt Implementace politiky
stárnutí na krajskou úroveň
vás zve na

On-line
KULATÝ STŮL

25.10.
2021
od 10 hodin

Svět pro každého – podpora seniorů se zdravotním postižením

9:30 – 10:00

Připojení se na on-line kulatý stůl

10:00 – 10:10

Zahájení moderátorem a informace k programu

10:10 – 10:40

Bezbariérovost vůči sluchovému handicapu

Přednášející: **Mgr. Bc. Alena Hegerová**, Tichý svět, o, p. s, vedoucí konzultantka, pobočka Ostrava

Všestranná podpora osobám se sluchovým postižením v podobě bezplatných služeb, které jim ulehčují začlenění do společnosti.

10:45 – 11:00

Slyšet očima

Přednášející: **Mgr. Blanka Konvalinková**, koordinátorka aktivit pro osoby se specifickými potřebami v Krajské vědecké knihovně v Liberci

Krajská vědecká knihovna v Liberci se dlouhodobě věnuje práci s neslyšícími. V poslední době získala Certifikát Knihovna handicap friendly v oblasti osob se sluchovým postižením

11:05 – 11:25

(Bez)bariéry ve Valašském Meziříčí

Přednášející: **Mgr. Bc. Zdislava Odstrčilová**, místostarostka Valašského Meziříčí.

Ve Valašském Meziříčí je odstraňování bariér chápáno jako dlouhodobý úkol. V rámci vytváření bezbariérového města (bez)bariérovost důsledně mapují a prověřují ji v praktickém životě.

- Registrace probíhá do **21. 10. 2021**
- Odkaz na online vysílání vám bude zaslán po registraci minimálně dva dny před konáním
- Registraci a dotazy zasílejte na e-mail: **jirina.rabikova@mpsv.cz** (Bc. Jiřina Rábiková Džamková)
- Kulatý stůl je ZDARMA. Změna programu vyhrazena. Kapacita je omezena.



11:30 – 11:45

Příspěvek na zvláštní pomůcku, zvláštní pomůcky a další benefity (nejen) pro seniory

Přednášející: **Mgr. Milena Průžková**, Generální ředitelství Úřadu práce ČR, vedoucí oddělení dávek pro osoby se zdravotním postižením, příspěvku na péči a sociálně-právní ochrany dětí

Úřad práce finančně přispívá na řadu zvláštních pomůcek, které pomáhají (nejen) seniorům s překonáváním bariér a začleňováním do běžného života.

11:50 – 12:00

Shrnutí a závěr online kulatého stolu

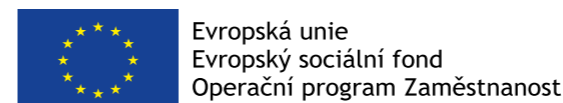
Po každém bloku bude dán prostor na dotazy a krátkou diskuzi k tématu.

#seniořivkrajích

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

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

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





SOKOL JIHLAVA

ZDRAVOTNĚ KONDIČNÍ CVIČENÍ 2021
 Pro dospělé bez věkového omezení
ÚTERÝ 18:30 – 19:45

Hlavní cvičitel: Jana Domkařová
 Informace a dotazy: infocentrum@sokoljihlava.cz a tel. 773 30 20 20

SOKOL JIHLAVA
CVIČENÍ PRO SENIORY

TERAPEUTICKÁ JÓGA PRO SENIORY
 Pátek 9:00-10:15 v malé tělocvičně (Tyršova 12)
 1000,-/semestr

Jóga je především práce s vědomou pozorností, cestou k sobě. Objevte s námi radost ze zdravého pohybu a podpořte své celkové zdraví.

ZDRAVOTNĚ-KONDIČNÍ CVIČENÍ
 Úterý 18:30-19:45 v malé tělocvičně (Tyršova 12)
 750,-/semestr
 650,-/senioři nad 65 let

Zdravotně-kondiční cvičení je vhodné pro každého, kdo si chce udržet vitalitu do vysokého věku. Cvičení je velmi pestré, neběhá se ani neskáče.

Pro bližší informace nás kontaktujte na tel. 773 302 020 nebo emailu infocentrum@gmail.com

TĚŠÍME SE NA VÁS!



TICHÝ SVĚT

Pořád se ptáte "CO?" a stále nerozumíte? Už Vás nebaví neustále se doptávat? Přestáváte slyšet zvonění Vašeho mobilu?

Jak rozpoznat začínající ztrátu sluchu?

- Špatně rozumíte v hlučném prostředí.
- Všichni říkají, že máte televizi příliš nahlas.
- Slyšíte, ale nerozumíte.
- Slyšíte zvuky (bzucení, syčení, hučení) které nikdo jiný neslyší.
- Musíte se dívat lidem na obličej, abyste lépe rozuměli.

Sluchová ztráta postihuje osoby v každém věku. Přijďte se poradit do Tichého světa.

Tichý svět

KOLIK ŘEČÍ ZNÁŠ, TOLIKRÁT JSI ČLOVĚKEM!
VĚNUJ K VÁNOCŮM DÁRKOVÝ POUKAZ NA KURZ ZNAKOVÉHO JAZYKA V TICHÉM SVĚTĚ

TICHÝ SVĚT

Cítíte se izolovaní od rodiny, přátel, blízkých? Nevíte si rady? Ztráta sluchu není konec světa.

Organizace Tichý svět poskytuje sociální služby osobám se sluchovým postižením.

Můžeme Vás podpořit:

- V pochopení Vaší aktuální situace.
- V hledání možností, jak situaci řešit.
- V komunikaci s Vaším okolím.
- Ve výběru vhodného lékaře ve Vašem okolí.
- Ve výběru vhodného typu pomůcek.
- Při podání žádosti o příspěvek na kompenzační nebo zvláštní pomůcku.
- V napojení na jiné služby a specialisty.
- Při nácvičku práce s Vaším telefonem, počítačem apod.
- V řadě dalších oblastí.

Obrat'te se na nás. Naše služby jsou zdarma a mohou být poskytovány i anonymně.

MgA. Dominik Dolejš
dominik.dolejs@tichysvet.cz
 607 086 461 / tichysvet.cz

Aktivita je podpořena z NDI
 Obec přátelská rodině a seniorům 2021.

Statutární město Píerov zve seniory nad 60 let na

SENIORSKÝ BIOGRAF

Kino Hvězda
 11. října 2021, 9:00 – 12:00 hodin

KAREL
 dokument o české pěvecké legendě Karlu Gottovi

Vstupenky se vydávají na Odboru sociálních věcí a školství, Šmeťanova 7, přízemí, kancelář č. 4, od 29.9. do 5.10.2021.

Přednostně jsou vstupenky rezervovány pro seniory, kteří předloží vstupenku na neuskutečněný Seniorský biograf 2020. Vstupenky z loňského roku si, prosím, přijďte ve výše uvedeném termínu vyměnit za nové.

Vstup na akci se řídí aktuálně platnými protiepidemičnými opatřeními. Je vyžadováno povolení o bezinfekčnosti (povolení o očkování, testu či prodávající nemoci covid-19 dle platných pravidel).

Komunitní centrum klementínka

ŘÍJEN
 program akcí

KURZ: SEBEOBRAŇA KRAV MAGA PRO SENIORY
 Obsah kurzu: Teorie – kdo je snadná oběť, časová osa konfliktu situace, preventivní a bezpečné chování doma, v MHD a jak rozpoznat podvodné prodejce. Cvičení - postoje těla, základní údery, sebeobraně, techniky, využití běžných předmětů k sebeobraně. **Cena: 750 Kč / 10 lekcí.** Kurz NOVĚ probíhá v tělocvičně Petr Mazal Institutu, z. s., na adrese U Stadionu 1234, Mladá Boleslav /budova vedle restaurace Start/.

Čaje o čtvrté
 Přijďte strávit příjemný taneční poobědveř s živou hudbou do bývalé kavárny Felicie, Dukelská 1093. K poslechu zahraje hudební kapela MBK. **Vstupné v rámci Dně seniorů ZDARMA.** Do naplnění kapacity. Termín dalšího konání: 19. 10. (vstupné 50 Kč).

Keramická dílna: tvorba z hlíny
 Tvoření z hlíny pod dohledem lektorky Moniky. Přijďte si vytvořit podzimní dekoraci. **Cena: dospělí - 200 Kč, senioři - 150 Kč, dítě - 250 Kč, dvě děti /sourozenci/ - 350 Kč. Přihlášky na www.klementinka.cz.** **Glazování: 26.10. 2021.**

Jak na notebook - seminář
 Seminář určený seniorům 65+ let, který je pro začátečníky. Obsah kurzu: bezpečnost na internetu, vyhledávání na internetu, nastavení konkrétního vašeho zařízení, práce s e-mailem a fotkami. **Nutně nahlásit účast na 703 434 262.** Seminář je zdarma. Max. kapacita: 15 účastníků.

Bábovkování
 Pro milovníky sladkého! Vstupenkou na akci je upečená bábovka. Přijďte se pochutnat vlastní tvorbou nebo dát ochutnat. Recept bude poté uveřejněn na webových stránkách www.seniormb.cz. Kdo vyhraje cenu za nejlepší bábovku? **Účast je nutně nahlásit na 703 434 262 nebo info@klementinka.cz.**

Program vyhrazeno.

Přihlášky, podrobnější informace o akcích a kurzech naleznete na webových stránkách www.klementinka.cz. Tel. Vaclava Klementa 831, 293 01 Mladá Boleslav

Ústecký kraj

VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ – VĚTŠÍ BEZPEČÍ PRO SENIORY – 2021

Ústecký kraj realizuje v roce 2021 ve spolupráci s Krajským ředitelstvím policie Ústeckého kraje projekt „Vzdělávání seniorů – větší bezpečí pro seniory – 2021“, který je zaměřený na vzdělávání seniorů v oblasti prevence kriminality. Primární cílovou skupinou jsou senioři, kteří jsou posluchači univerzit 3. věku ve třech městech Ústeckého kraje – v Jílovém u Děčína, Kadani a Lounech. Sekundární cílovou skupinou jsou pak senioři – známí primární cílové skupiny, kteří budou neformálně „školeni“ právě primární cílovou skupinou.

Vzdělávání je sestaveno ze 4 preventivních témat, která budou školeni odborníky na danou oblast, dále je součástí divadelní představení Divadla VeTři, které se na preventivní témata zaměřuje. Konkrétně je seminář zacílen na prevenci majetkové trestné činnosti, prevenci kriminality v on-line prostředí, na problematiku domácího násilí a na problematiku podvodných jednání s přesahem do dluhové problematiky.

Semináře ve třech uvedených městech budou realizovány v následujících termínech:

- Louny: 4. – 5. 10. 2021
- Jílové u Děčína: 3. 11. 2021
- Kadaň: 4. 11. 2021

Projekt je podpořen Ministerstvem vnitra ČR z Programu prevence kriminality na místní úrovni 2021.



Goya
vzývá
k ochraně
sluchu

DEAFEMBER

- Televizi ani rádio si nepouštějte hlasitěji, než je nutné.
- Nenechte si příliš často živé koncerty nebo použijte špunty do uší, které hluk trochu ztlumí.
- Vyměňte pecky do uší. Používejte sluchátka, která ucho zvenku obalí.
- Kde je třeba, noste ochranu sluchu.



Česká asociace hasičských důstojníků, z. s.
ve spolupráci s HZS Zlínského kraje, HZS Moravskoslezského kraje, HZS ČR, VŠB-TU Ostrava Fakultou bezpečnostního inženýrství, Zlínským krajem a Statutárním městem Zlínem

pořádá odborný seminář

**Ochrana domácností před požáry
a nebezpečnými plyny**
prevence proti vzniku požárů, výbuchů a otrav

21. října 2021
Univerzita Tomáše Bati
Fakulta managementu a ekonomiky Zlín

Klementinka

**JÓGA
PRO SENIORY**

6. ZÁŘÍ 2021
17.30 - 18.30 HODIN

Délka lekce: 60 minut

Lektor: Bc. Marcela Kaňková

Cena: 800 Kč

Termíny:
Září: 6., 13., 20.,
Říjen: 4., 11., 18.,
Listopad: 1., 8., 15., 22., 29.,
Prosinec: 6.,
Necvičí se 27.9. a 25.10. 2021

Přihlášky na www.klementinka.cz nebo osobně v KC Klementinka.
Platba pouze v hotovosti.

WWW.KLEMENTINKA.CZ | TŘ. VÁCLAVA KLEMENTA 601, MLADÁ BOLESLAV | INFO@KLEMENTINKA.CZ



!!! 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 <small>(např. hypertenze, ICHS, astma...)</small>	OD KDY <small>(např. od 2013)</small>	LÉKY <small>(např. Prestance)</small>	DÁVKA <small>(např. 5 mg)</small>	DÁVKOVÁNÍ <small>(např. 1-0-0)</small>

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

 Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost

 MINISTERSTVO PRÁCE
A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ

 MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ
ČESKÉ REPUBLIKY

 #seniořivkrajích

155 ZÁCHRANNÁ SLUŽBA TÍSNOVÁ VOLÁNÍ pro území České republiky

158 POLICIE ČR

150 HASIČI

156 MĚSTSKÁ POLICIE

112 INTEGR. ZÁCHRANNÝ SYSTÉM



OMEZENÍ
(zakřížujte)









Kontakty

JMÉNO A PŘÍJMENÍ	POZICE	KANCELÁŘ	MOBIL	E-MAIL
Mgr. 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 309/12 170 00 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 Piřková	Kontaktní osoba pro Zlínský kraj	Zarámí 92, MANAG spol. s r.o. 760 01 Zlín	727 868 405	eliska.pirkova@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 Červinská	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
Bc. 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 Pořčním právu 1/376 | 128 01 Praha

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

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

+++ V PŘÍPADĚ NALÉHAVÉ POMOCI !!!

I.C.E. KARTA

JMÉNO, PŘÍJMENÍ (titul)

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

DATUM NAROZENÍ

ZDR. POJIŠŤOVNA

OMEZENÍ (zakřížkujte)

DATUM VYPLNĚNÍ

ÚDAJE O BLÍZKÉ OSOBĚ (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)



#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