KreBul
obecně prospěšná společnost

SeniorPoint PRESS

SeniorPoint

Číslo: 1 6. říjen 2015

SENIORPOINT – NOVÁ SLUŽBA PRO SENIORY V PRACHATICÍCH

Nejen v Českých Budějovicích, ale nově i v Prachaticích mají senioři možnost využít služeb kontaktního místa SeniorPoint. Tato služba si klade za cíl zlepšit informovanost seniorů, zkvalitnit jejich život a více je zapojit do aktivního dění kolem nich. Věřím, že se Prachatický SeniorPoint úspěšně zařadí do rodiny dalších více jak dvaceti kontaktních míst, která v rámci České republiky působí. Do dalšího období přeji vašemu SeniorPointu mnoho spokojených seniorů a pestrou nabídku aktivit.

Ing. Lukáš Vaculík, ředitel projektu



ZAMYŠLENÍ

„Předpokládám, že životem projdu pouze jednou. Jestliže tedy mohu někomu z bližních prokázat laskavost nebo dobro, musím tak učinit hned, neodkládat to a nezanedbat, protože touto cestou se už nikdy znovu ubírat nebudu.“ Malé zamyšlení z knihy Moudrost našich dnů od oblíbeného Williama Penn (1644 – 1718) nám do SeniorPointu PRESS posílá pro Vás všechny Mgr. Jiří Dolejš a dodává, že život je krátký a je třeba konat dobré skutky. Jiří Dolejš stál u zrodu Městské organizace Svazu důchodců Prachatice, řadu let pracoval jak v Radě seniorů města Prachatice, tak Jihočeské krajské radě seniorů, svými myšlenkami a názory i nadále ve svém seniorském věku dává prostor k zamyšlení, aktivizaci seniorů, nejen v našem městě.

OBSAH:

Pár slov na úvod **1.**

Senior roku **2.**

SenSen nejlepší v ČR **3. - 4.**

Co je SeniorPoint? **5.**
Osmisměrka

SeniorPasy **6.**

Databáze aktivit **7.**

Inzerce, co se chystá, slovo závěrem **8.**

ALENA BÍNOVÁ,

BRONZOVÁ SENIORKA ROKU 2015

Paní Alena Bínová se stala bronzovou seniorkou roku. Tuto cenu vyhlásila Nadace Charty 77 a již potřetí ocenila v rámci svého projektu SenSen (Senzační senioři) **nejlepší seniory a seniorské kluby z celé republiky.** Čestné uznání získala před třemi lety i paní Zdena Hrůzová z Prachatic. Zlatou seniorkou roku 2015 se stala Anneliese Přikrylová z Rožnova pod Radhoštěm.



Fotografie z předání Ceny Senior roku 2015 v Divadle v Dlouhé, v Praze 1. 10. 2015, kde paní Alena Bínová dostává kytičku od ředitelky Nadace Charty 77 Boženy Jirků.

Paní Alena Bínová řadu let působí ve Svazu tělesně postižených (nejen v místní organizaci, ale i v krajském a republikovém výboru), v Asociaci rodičů a přátel postižených dětí, v Klubu zdravotně postižených, ve Sjednocené organizaci nevidomých a slabozrakých, ve Svazu postižených civilizačními chorobami, vždy především jako hospodářka. Sčítání a odčítání, dělení a násobení, data narození, čísla telefonů má „v malíčku“.

Je senzační seniorkou životně i pracovně. Zúčastňuje se všech možných aktivit, kde je buď organizátorem, nebo aktivním účastníkem, dobrovolníkem. Stále na sobě pracuje a vzdělává se (navštěvuje Akademii třetího věku, kurzy reflexní terapie, prošla školením práce s tabletem, získala základy fotografování, finanční a počítačové gramotnosti, … vše již v seniorském věku.) Je příkladem mnoha rodičům dětí se zdravotním postižením (vychovala a starala se o svoji těžce zdravotně postiženou dceru, ale i rodinné příslušníky). Nyní žije sama, ale stále pro druhé. V Prachaticích se dlouhodobě veřejně angažuje ve prospěch seniorů a zdravotně postižených, je členkou Poradního sboru zdravotně postižených a seniorů, pracovní skupiny Senioři v rámci Komunitního plánování sociálních služeb. Stále organizuje rekondiční pobyty a zacvičuje své nástupce a to je také cenné.

Gratulujeme. Pevné zdraví.

Hanka RH+

PRACHATIČTÍ SENZAČNÍ SENIOŘI NEJLEPŠÍ V ČESKÉ REPUBLICE.

Nadace Charty 77 ocenila již potřetí v rámci svého projektu SenSen (Senzační Senioři) nejlepší seniory a seniorské kluby z celé republiky.
Nejlepším klubem roku 2015 jsou senioři z Prachatic. Nadace také letos poprvé otevřela Zlatou síň SenSenu pro výjimečné seniory z řad veřejně známých osob a uvedla do ní sportovní legendu Danu Zátopkovou.

Návrh „zabral“ a pomohl prachatickým senzačním seniorům k prvenství.

Ocenění má přispět k bourání stereotypů, které si často lidé se seniory spojují. Být starý neznamená být nemocný a nerudný, řada seniorů zůstává i navzdory věku činorodá a dál pracuje pro své okolí. Takové lidi ostatně hledá, sdružuje a podporuje i celý projekt SenSen i v Prachaticích.

Klub SenSen Prachatice nemá členskou základnu, má senzační seniory, kteří navštěvují akce a aktivity pro ně, anebo přímo jimi realizované a v tom vidíme hlavní smysl. Nejde o to, zda jsem členem té či oné organizace, klubu, ale jsem prachatický senior, podporovatel, dobrovolník. Podíl na ocenění mají všechny spolky, kluby, organizace a seskupení a opět nezáleží na tom, jak jsou velké, zda dokáží samostatně organizovat volnočasové či vzdělávací aktivity pro druhé anebo za pomoci druhých - jak profesionálů, tak dobrovolníků. Podstatné je nabízet možnosti, alternativy, aby si každý mohl vybrat z dané nabídky. Někdo rád sportuje, a tak využije plavání pro seniory v bazénu, či cvičení v Parku mládí na mezigeneračním hřišti, zařadí prstovou gymnastiku rukou, nebo se projede stezkami s holemi, na kole, či koloběžkách, protáhne své tělo v tělocvičně při cvičení na židlích. Jiný má rád kulturu, a tak navštíví řadu výstav realizovaných samotnými seniory, výstavy ze seniorských aktivit či výrobků, zajede na hrady a zámky, zúčastní se společného malování, zajde do filmového klubu, poslechne si harmoniku, či hudební trio vojenských důchodců. Někdo se rád vzdělává a poznává něco nového - i zde v Prachaticích mají senioři velký prostor, velkou tradicí jsou Akademie třetího věku, kurzy paměti, exkurze a výlety za poznáním, jazykové kurzy, smyslová aktivizace, kurzy pro pečující, dobrovolníky, práce na počítačích, s tablety, moderními telefony. Navštěvované jsou přednášky na aktuální témata nejen ze sociálně zdravotní problematiky, prevence kriminality, bezpečného bydlení nebo dluhové problematiky. Nabízeny jsou společné mezigenerační projekty – mezigenerační zahrada, malování, filmový klub. I dobrovolnictví patří k seniorům. Ti nabízí své zkušenosti, znalosti a životní moudra při setkání s dětmi, podílí se na přípravě různých akcí dle svých možností, zajišťují např. provoz SeniorPointu, pomáhají v Dobročinném prachatickém obchůdku, účastní se při sbírkových akcích (sběrem víček, kravat, kabelek), finanční podporou např. nákupem předmětů z terapeutických dílen, zasláním peněz do nadací.



A výčet by mohl pokračovat - ale o tom až jindy. Senioři se zajímají o věci veřejné. Jsou členy Rady seniorů města Prachatice, Poradního sboru zdravotně postižených a seniorů, pracovní skupiny Senioři KPSS Prachatice. Městu pomáhají při dotazníkových šetřeních, organizaci plesu, vystupují zdarma na akcích města. Prachatičtí senioři mají štěstí, mají se kde scházet a sdílet spolu, co potřebují (k tomu jim slouží například Komunitní centrum Na Sadech – klubovna SenSen, dům Křižovatka u parku, SeniorPoint na Zlaté stezce, rychta baráčníků, klub U šedého vlka, Literární kavárna v domově seniorů, klubovna v knihovně, vzdělávací centrum v hospici, ale dokonce i místa na školách, v DDM, či v obchůdku STROOM - v dílně, ale i další místa).

Kdo tomu nevěří, nechť se jde podívat do Zimní zahrady Nové radnice, Velké náměstí 3 v Prachaticích, kde je k vidění od 1. do 10. 10. 2015 výstava SENIOŘI V NAŠEM MĚSTĚ z dílny Hanky RH+ a spol., která dokumentuje různé seniorské aktivity. Na stolku je papír a vy máte možnost na něj napsat to, co vám pro seniory v Prachaticích chybí a co oceňujete jako pozitivní, dobré, …

Patronkou Ceny Senior roku je herečka Simona Stašová a ocenění každoročně seniorům předávají významné osobnosti veřejného života – vždy 1. října na Mezinárodní den seniorů. Letos se slavnostní vyhlášení výsledků konalo v pražském Divadle v Dlouhé a ocenění si odneslo celkem 17 seniorů a seniorských klubů (v projektu SenSen je zapojeno přes 90 míst, klubů a měst). „Rozhodování bylo těžké. Každý nominovaný jednotlivec i klub si letos opravdu zasloužili ocenění. To ale nejde. Proto na pódium pro ceny vystoupala jenom část z nich. Ti všichni ostatní v divadle jim ale aplaudovali a měli radost. Hodně jsem v kuloárech slyšela větu: „Nevadí, budou tu další ročníky a máme tedy naději za rok.“ Totéž říká výkonná ředitelka Nadace Charty 77 Božena Jirků.

V kategorii Nejlepší klub roku ocenila nezávislá porota složená ze zástupců Nadace Charty 77, členů Rady projektu SenSen a partnerů Ceny skvělý Klub SenSen Prachatice, který se v tomto jihočeském městě v posledních třech letech výrazně zasadil o to, že senzační senioři jsou nedílnou součástí veškerého veřejného života města.

Ve třetím ročníku Ceny Senior roku se sešlo téměř sto nominací. Podat je mohly seniorské kluby, společenské organizace, nezisková sdružení, samosprávy obcí, měst, krajů, školy všech stupňů, stálé kulturní a sportovní organizace. Nominovat mohli i jednotlivci, avšak pouze prostřednictvím výše uvedených subjektů.

Starosta města Prachatice Ing. Marin Malý po vyhlášení napsal: „Gratuluji všem prachatickým senzačním seniorům. Máte můj obdiv, úctu. Děkuji za vzornou reprezentaci našeho města Prachatice v celorepublikové soutěži“.

Hanka RH+



K|o|n|t|o|B|a|r|i|é|r|y

CO JE SENIORPOINT?

Projekt SeniorPoint je zaměřen na podporu života seniorů formou realizace kontaktních míst ve městech po celé ČR. Prachatice se stanou druhým místem na jihu Čech, po Českých Budějovicích.



Smlouva byla podepsána 11. září 2015

Primární cílovou skupinou jsou senioři (osoby starší 55 let). Na kontaktním místu bude seniorům k dispozici vyškolený pracovník, poskytující seniorům informace z různých oblastí jejich života (bezpečnost, sociální a bytová problematika, prevence, volný čas, ale i kompletní služby k SeniorPasům). Projekt SeniorPas – slevové výhody pro seniory 55+ bude součástí tohoto místa, bude možné se zde zaregistrovat, informovat, ale také vyzvednout pas. SeniorPoint si klade za cíl zapojit seniory do aktivního způsobu života kolem nich, pomoci jim orientovat se v každodenní záplavě informací a tak jim usnadnit komunikaci např. i s úřady… Součástí práce bude i využívání dobrovolníků z evidence Dobrovolnického centra Prachatice, KreBul, o.p.s.

Smlouva mezi Společně, o. p. s. a KreBul o. p. s. byla 11. 9. 2015 podepsána pány Ing. Lukášem Vaculíkem a Mgr. Zdeňkem Krejsou, DiS., v ní je deklarován vznik nového kontaktního místa pro seniory SeniorPoint Prachatice, na Zlaté stezce 145, v sídle obecně prospěšné společnosti. Půlroční přípravy, exkurze po jiných místech vedly ke vzniku SeniorPointu, který podpoří město ze svého projektu Makropulos. Půjde o nákup licence a uhrazení nákladů na zřízení místa. Sám KreBul o. p. s. již v rámci benefiční akce získal finanční prostředky na provoz, označení místa…

Město Prachatice v rámci příprav mělo vytipováno několik dalších míst, ale prostory i personál KreBul o.p.s. splnil všechny technické i profesní předpoklady nejen naše, ale především partnera o. p. s. Společně, který dává licenci, a proto dohoda mezi městem a KreBul o. p. s. bude zatím na jeden kalendářní rok a poté se vyhodnotí, zda se bude pokračovat anebo transformovat v jinou službu. (Požadavky - např. bezbariérovost, profesní předpoklady, dostupnost k centru města, vybavení PC, zázemí, rozměry prostor.)

Provozní doba
kontaktního místa
SeniorPointu Prachatice

každý **čtvrtek**
10:00 – 17:00 hodin

dům Křižovatka u parku
Zlatá stezka 145
Prachatice PSČ 383 01
telefon: 388 424 196
mobil: 723 826 073,
prachatice@seniorpointy.cz
www.krebul.cz/SeniorPoint

koordinátor:
Mgr. Jiří Gabriel Kučera, DiS.



OSMISMĚRKA

Vyluštěte osmisměrku, pošlete znění tajenky do 31. října 2015 na e.mail: prachatice@seniorpointy.cz
Z došlých odpovědí vylosujeme tři výherce drobných dárků. Na vaše odpovědi se těšíme.

A	K	T	I	V	I	T	A	S	O
K	S	O	O	A	E	A	CH	A	CH
C	Í	L	M	K	S	I	T	Č	O
E	A	N	A	U	I	E	Ř	O	T
T	D	M	O	Ž	N	O	S	T	N
D	E	C	N	A	N	I	F	O	Ý
N	Ě	R	E	T	P	T	T	O	V
T	I	D	A	R	V	A	S	A	O
S	Y	N	I	A	A	N	É	S	N
E	C	Á	R	P	R	Á	V	O	T

Legenda:

AKCE, AKTIVITA, CÍL, ČAS, DCERA, DĚD, FINANCE, CHACHA, KAMEN, KOMUNITA, MOŽNOST, NET, NOTA, NOVÝ, OCHOTNÝ, OSA, OSA, PARTA, PRÁCE, PRÁVO, RADIT, SYN, TISK, TOK, TŘI, TVAR, VAK, VÉST, VOLAT

SENIOR PASY



SeniorPasy jsou určené lidem, kteří vědí, že ta nejlepší léta života jim právě začínají a chtějí pro to něco udělat. Přibývá totiž stále více aktivních seniorů, kteří hledají stále nové a neokoukané způsoby, jak trávit čas. A právě v tom pomáhají SeniorPasy.
Samozřejmě se díky nim dají využít slevy na zboží či služby, ale přinášejí i řadu nápadů a tipů na výlety, zájezdy či návštěvu galerií a muzeí.

SeniorPasy podporují obyvatele s věkem 55+ a jsou zdarma. Projekt přináší ucelený a jednotný systém slev na výrobky a služby poskytovaný držitelům karet SENIORPAS. Nabízené slevy ve výši 5 – 50% jsou zaměřeny na zdravotnictví, lázeňství, wellness, cestování, stravování, ubytování, vzdělání, muzea, galerie, ale i spotřební nákupy.

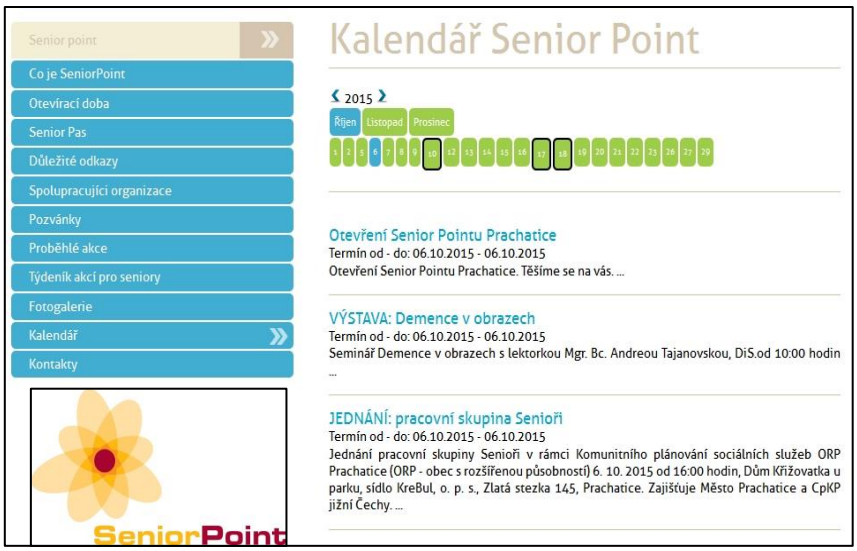
A jak jej získat? Přijďte do KreBul, o. p. s. a nově otevřeného SeniorPointu v domě Křižovatka u parku, Zlatá stezka 145 a pracovníci Vám (nebo i blízkým: partner, rodina, přátelé) pomohou vyplnit registrační formulář a počkejte na to, až vám pas přijde. Zde Vám také poradí, jaká jsou pravidla uplatnění a možnosti využití.

Více na www.seniorpasy.cz



DATABÁZE AKCÍ A AKTIVIT

Město Prachatice společně s KreBul o.p.s. Prachatice připravilo nový odkaz na www.krebul.cz, pod heslem SeniorPoint si



Kalendář akcí je dostupný na www.krebul.cz v sekci SeniorPoint.

můžete najít přehled akcí, pozvánky na akce, které pořádají samotní senioři, seniorské či jiné organizace, ale i město pro seniory, a nejen pro ně.

Kalendárium se začíná plnit, tak pokud máte zájem být u toho, pošlete nám seznam akcí. Důležité pro vložení další aktivity je termín, čas, obsah, místo a také kdo je realizátorem, popřípadě kontakt na odpovědnou osobu dané akce. Kontakt: prachatice@seniorpointy.cz

Cílem není koordinovat akce, protože si každý může organizovat, co chce, ale cílem je dát přehled, že například určitý den je již pět akcí a tak na tu šestou se už možná nikdo nedostaví, nebo je daný prostor již zadán anebo právě naopak, budete-li mít pocit, že ty akce zapsané před Vámi nejsou takové, jak si myslíte, můžete zařadit tu svoji, je to jen na vás.

Portál vzniká z podnětu seniorů, který padl na Poradním sboru zdravotně postižených a seniorů. Snažili jsme se zapsat do kalendária všechny akce z vašich zpravodajů, bulletinů a informačních listů. Možná se již některé termíny změnily, tak je prosím upřesněte. Děkujeme za spolupráci.

Hanka RH+

SENIORPOINT PŘIPRAVUJE

Senioři v Prachaticích jsou hodně akční a objevit mezery v diáři na akce spojené se SeniorPointem není jednoduché. Přesto, podívejte se, zda máte čas a přijďte do domu Křižovatka u parku, Zlatá stezka 145 v Prachaticích, kde mimo pravidelná setkání každý čtvrtek nabízíme do konce roku 2015:

21. 10. od 14:00 hodin
Osvětová beseda „Rovné příležitosti“

18. 11. od 14:00 hodin
„SeniorPoint pro Vás“

19. 11. od 16:00 hodin
„Já umím, Ty umíš“

1. 12. od 16:00 hodin
„Vánoční obrana aneb Bezpečně do nového roku 2016“



CO SE CHYSTÁ?



Senioři, přátelé, hledáte pomoc a nevíte, na koho se obrátit? Chcete si jen popovídat? Máte zajímavého koníčka? Chtěli byste předat ostatním své znalosti a dovednosti (např. jak vytvořit vánoční věnec, vyřezávat ze dřeva, upéct cukroví…? Pojďte to ukázat, podělit se, sdílet s ostatními.

A nebo máte chuť pomoci neziskovým organizacím (připravit jedno odpoledne, zahrát při výroční schůzi, navrhnout výstavu…), nabídněte prostřednictvím našeho SeniorPoint PRESSu.

Děkujeme Vám za nabídnutý čas, nápady a prostor, který může pomoci jiným! I díky maličkostem se dají dělat velké věci. JGK

INZERCE

Máte zajímavou nabídku pro seniory? Potřebujete dobrovolníka na vámi pořádanou akci? Využijte možnost podat zde v SeniorPoint PRESSu svůj bezplatný nekomerční inzerát.

Dobrovolnické centrum Prachatice hledá dobrovolníky, kteří by vytvářeli aktivity v Domově Matky Vojtěchy v Prachaticích. Konkrétně jsou poptávány tyto činnosti: četba, povídání si, hra na nějaký nástroj. Máte-li chuť se zapojit, ozvěte se nám na prachatice@seniorpointy.cz.

SLOVO ZÁVĚREM

KreBul, o.p.s. se od svého počátku věnuje nejen dětem, mládeži, dobrovolníkům, osobám v krizi, rodinám, ale i seniorům. V uplynulých letech se nám podařilo vytvořit bezbariérový prostor, který je a měl by být ještě více využíván pro všeliké aktivity. Proto jsme se rozhodli ve spolupráci s městem Prachatice a Společně, o.p.s. přijmout platformu SeniorPointu. Tímto krokem dochází k vytvoření dalšího místa pro mezigenerační setkávání.

Děkujeme městu Prachatice za finanční podporu. V pořadí třetí jihočeský SeniorPoint byl otevřen 6. října 2015 u nás, v Prachaticích.

Mgr. Zdeněk Krejsa, DiS., ředitel KreBul, o.p.s.

SeniorPoint PRESS vydala KreBul, o.p.s. jako neperiodickou tiskovinu v říjnu 2015
Odpovědní redaktoři: Zdeněk Krejsa, Jiří Gabriel Kučera, Hanka RH+ Rabenhauptová, senioři, dobrovolníci KreBul, o.p.s.
Jazykové korektury: Věra a Alfréd Schulzovi, ilustrace: Jitka Sedlecká,