

## Ojedinělý program "Šedesát a víc neznamená nic" startuje do třetího ročníku

Datum: 15.07.2011



Nejen o podpoře pohybové aktivity seniorů je velmi úspěšný a v České republice ojedinělý projekt „Šedesát a víc neznamená nic“, který ve Valašském Meziříčí odstartoval v roce 2009. Dalšími cíli je seniorům prostřednictvím návštěv pohybových zařízení zvýšit i sociální aktivizaci, zachovat soběstačnost a zlepšit zdraví i subjektivní pocit životní pohody a spokojenosti.

Od dnešního dne se mohou až do 20. srpna senioři starší šedesáti let přihlásit do dalšího ročníku. Organizátorky připravily i několik novinek. „**Letos se mohou přihlásit nejen senioři z našeho města, ale také z celého mikroregionu Valašskomeziříčsko – Kelečsko,**“ prozradila tu nejzásadnější novinku spoluorganizátorka projektu Dagmar Zetková. Podmínky účasti nejsou nijak složité. Kromě potřebného věku musí přihlášení mít hlavně chuť žít. „**Tedy mít chuť pravidelně sportovat, cvičit, hýbat se, setkávat se s přáteli i dozvědět se něco nového. Po zaplacení vstupního poplatku ve výši 150 korun budou absolvovat zdarma od září do prosince letošního roku celkem 16 sportovních aktivit. Součástí programu je i nabídka přednášek a besed na témata zdraví, péče o tělo i duši, či posílení mezigenerační komunikace a sounáležitosti,**“ sdělila Kateřina Janovská, která se spolu s Dagmar Zetkovou zasadila o vznik a úspěšné pokračování projektu. Pro všechny přihlášené bude na konci celého programu připraveno společenské setkání, které je předběžně naplánováno na únor roku 2012. „**Přihlášky do programu budou stejně jako v předchozích dvou letech přijímat pracovnice městského Informačního centra sídlící v Sýpce na Komenského ulici. Zájemcům zde budou k dispozici také pravidla programu, která přesně popisují letošní nabídku aktivit,**“ dodala Dagmar Zetková. Informace o letošním ročníku bude v nejbližších dnech možné získat i na webu pořádající společnosti Minerva o. p. s., a to na adrese [www.spolecnost-minerva.cz](http://www.spolecnost-minerva.cz). „**Senioři, kteří si ještě nejsou jistí, zda se přihlásit či nikoli, mohou na našich webových stránkách zhlédnout i prezentace a videa z předcházejících ročníků,**“ sdělila Dagmar Zetková.

Projekt se v roce 2011 koná díky finanční pomoci tradičních partnerů, tedy Města Valašské Meziříčí, Krajského úřadu Zlínského kraje, nadaci Taťány Kuchařové „Krása pomoci“ a firmě Kraft Foods. Projekt vychází z norského projektu „60pluss“ a navazuje na evropský projekt „Zdravé stárnutí“.