

5+20mg - 2.5.2013

Stárnout u televize? Ani omylem

Litoměřice představují místa přátelská seniorům. Při dvaceti akcích mohou získat razítka a prémii.

VLADIMÍR ŠKALOUK

LITOMĚŘICE | Ukázat seniorům, jak lze v Litoměřicích stárnout aktivně, to je hlavním cílem projektu, který rozběhlo Zdravé město Litoměřice. Je součástí kampaně Třicet dní pro neziskový sektor, která potrvá až do konce května.

Ceny pro nejpilnější

Pro občany starší 60 let je připravena i motivace v podobě soutěže. Kdo se zúčastní všech 22 akcí, získá poukázku na zboží podle vlastního výběru v hodnotě 2000 korun. Drobné ceny jsou připravené pro každého, kdo navštíví minimálně sedm aktivit.

„Letos jsme se rozhodli pro téma seniorů a mezigenerační spolupráce, protože loňský



Dříve narození se v rámci kampaně Místa v Litoměřicích přátelská seniorům zúčastnili akce Zasad' svůj strom, kde získávali první razítka do soutěžních karet.

FOTO | ZDRAVÉ MĚSTO

rok byl celosvětově rokem dříve narozených. Tímto způsobem se dodatečně zapojujeme také,“ vysvětluje koordinátorka projektu Rita Vlčková. „Hlavní je, utvrdit seniory v tom, že na ně město nezapo-

míná a mohou se aktivně zapojit do života v něm,“ dodává.

Posloužit k tomu má představení míst v Litoměřicích, která jsou k seniorům přátelská. „Proto jsme do akce zapojili všechny organizace, kde

se starší občany pracují. Cílem je, aby se seniři dozvěděli, kde a jaké jsou pro ně připravené aktivity. Nejde přitom o jejich jednorázové zapojení, ale aby v nich pokračovali i po skončení kampaně a neseděli jen doma u televize,“ upozorňuje Vlčková.

Všude se nedostanou

„Je dobře, že město něco dělá i pro důchodce. Vždyť nás v Litoměřicích žije na pět a půl tisíce,“ přibližuje Eva Vladyková, předsedkyně Klubu seniorů. „Ne všichni se však samozřejmě mohou jednotlivých akcí zúčastnit, na některé se kvůli zdravotnímu stavu nebo chybějícímu dopravnímu spojení těžko dostanou,“ připomíná.

Projekt se už rozběhl, první razítka seniři sbírali při akci Zasad' svůj strom. „Přišla jich zhruba desítka, jsme rádi, že se zapojili,“ přitakává Vlčková. Kdo chce soutěžit, musí orazítkovanou kartu odevzdat do 6. června, slavnostní vyhodnocení se uskuteční 26. června.

PROGRAM

- 2. 5. Klub techniky – DDM Rozm (16.00)
- 4. 5. Geocaching – seniři společ s vnoučaty, DDM Rozmarýn (10.00)
- 6. 5. Virtuální univerzita třetího věku – VOŠ, OA, SOŠ a JŠ EKONOM (14.00)
- 7. 5. Trénink paměti a beseda J žije s psychózou – FOKUS Labe (9.00)
- 9. 5. Poradna pro zadlužené – prodejní zájezdy, Diecézní Charita Litoměřice (9.00)
- 10. 5. Klub aktivního stáří – Kniha na K. H. Máchy (9.00)
- 13. 5. Univerzita třetího věku – moderní technologie, virtuální realita Gymnázium, SOŠ a SOU (14.00)
- 14. 5. Workshop plstění – Diakonie ČCE (10.00)
- 16. 5. Cesta historickými Litoměřicemi s průvodcem – Centrum cestovního ruchu (14.00)
- 21. 5. Workshop práce s keramikou – Diakonie ČCE (12.30)
- 22. 5. Setkání v Klubu důchodců – Alšova ulice (14.00)
- 23. 5. Herbář pod lupou – výtvarný happening v Jiráskových sadech (15.00)
- 24. 5. Prohlídka Gotického hradu – Centrum cestovního ruchu (13.00)
- 27. 5. Relaxace v pohybu – tělocvična MŠ a ZŠ Lingua Universal (15.00)
- 28. 5. Autorské čtení Klubu tvůrčího psaní LiPen (15.30)
- 29. 5. Dopoledne v kadeřnickém salonu – Gymnázium, SOŠ a SOU (9.00)
- 30. 5. Turnaj v pétanque – Domov na Dómském pahorku (9.30)