



Jsmo tu nejen pro seniory



Mnozí z vás vědí, že v Újezdě existuje Klub aktivních seniorů (KAS) a Svaz postižených civilizačními chorobami (SPCCH). Některým spoluobčanům obě organizace i splývají, protože část členů je v obou spolcích. Obě jsou často i vnímány jako vysloveně seniorské. Ale ono je to poněkud jinak, jak jsem se při milém a otevřeném povídání s předsdkyněmi obou organizací dozvěděl.

Hned první informace od paní předsdkyně Evy Štrasmajrové (SPCCH) mě překvapila. Členství je otevřené pro všechny věkové skupiny a čle-

nem se mohou stát dokonce i rodiče nemocných dětí. To jsem nevěděl a jsem přesvědčený, že ani mnoho našich obyvatel.

Abych si proto udělal ještě lepší představu a mohl ji čtenářům ÚZ zprostředkovat, zajímalo mne, které choroby vlastně jsou ty civilizační. Výčet je docela obsáhlý a patří mezi ně například astma, kardiovaskulární a onkologická onemocnění, deprese, cukrovka, lupénka a třeba i takový syndrom vyhoření. Skoro bych řekl, že každý spoluobčan si tu svoji chorobu jako podmínku pro členství najde. Přestože tedy věk není podmínkou členství, přesto v organizaci převládá ten seniorský. A to si myslím, že je škoda. Více jak 300 členů si totiž dnes vybírá z široké nabídky činností, které je zajímají.

Na fyzickou jsou zaměřeny třeba kondiční vycházky a výlety. Rekondiční a ozdravné pobyty v přírodě s dostatkem pohybu. Nějaký čas je už zaběhnuté 3x týdně cvičení pro kardiaky s prvky jógy v tělocvičně ZŠ a v polyfunkčním domě. Škálu služeb doplňuje i plavání a cvičení v bazénu rezidence Kossuth. Setkat se lze i se vzděláváním a výchovou nemocného k samostatné péči o svoje onemocnění nebo trénováním paměti zábavnou formou. Díky členství můžete navštívit i různé kulturní akce. Zajímavostí je, že vycházky a besedy jsou přístupné i pro veřejnost. Tak co tomu říkáte? Stojí za to stát se členem?

Ovšem věk zastavit nejde, a tak se stále více hlásí o slovo i potřeba dobrovolníků do výboru, vedoucích skupin. Milí členové, jste skvělá organizace. Pomůžete si?

A když už jsem si myslel, že mě nic pozitivního nepřekvapí, začal jsem si povídat s paní Helenou Vojtovou, předsdkyní KAS. Povídám, že členem KAS se podle názvu organizace mohou stát jen senioři. A dostalo se mi odpovědi, že to není zcela přesné. Zprvce není jednoznačné, jak určit, kdo je senior. Podle věku? Podle důchodového výměru? Podle pohla-

ví? A navíc klub může poskytnout členům status tzv. sympatizanta. No a moje představa o čistě seniorské organizaci vzala za své.

Ale je pravdou, že „babičky“ v MŠ dělají jen seniorky. Živě jsem si představil, jak prckové obsypou svoji školkovou babičku a ta se přes nekonečné štěbetání a dotazování ani nedostane k „Hrnečku, vař!“ Hlavní ale je, že všem taková setkávání přináší radost.

K dalším činnostem patří například poměrně časté setkávání Klubu seniorů (kam má volný přístup i veřejnost), hraní deskových her a her na procvičení paměti, šachů, kreslení atd. Faktem také je, že bez KAS by hodně seniorů doslova nevytáhlo ani paty z domova. Ti, co je vytáhnou, tak se jednou ročně dostanou do Chorvatska nebo na nějaký výlet. Naposledy šlo o prosincový zájezd do Úštěku. To vám asi mnoho neřekne, ale když zmíním na lanech spouštěné anděly, budete vědět. Tahle zpráva proběhla celostátními médii. A co mne zaujalo, zájezd za anděly byl různými cestovkami nabízen za 700-800 korun. Naši senioři jej ale pořídili za 300 Kč! Tak co říkáte této skupině skoro sto padesáti sousedů? Není škoda zahálet doma? Ale tak jako v prvním případě i zde věk nejde zastavit. Za rok bude členská schůze a na své funkce rezignují jak předsdkyně, tak i místopředsdkyně. Milí sousedé, členové. Kdo z vás se ujme funkcí v předsdknictvu? Protože když nebude vedení, tak klub chcípne. Tomuhle expresivnímu výrazu, který zazněl při povídání zcela spontánně, jsme se od srdce zasmáli. Jenže on naprosto přesně vystihuje hrozbu, která za rok může nastat. A přiznám se, že by mě mrzelo, nemít za rok možnost napsat další článek o KAS.

Kontakty na obě předsdkyně najdete na webu úřadu, případně se můžete obrátit i na mě. Rád pomohu s nasměrováním do SPCCH i KAS.

Petr Duchek

Dubnová vycházka

Pražským Semmeringem na Cibulku Vlakem na jarní procházku anglickým parkem

zve

Svaz postižených civilizačními chorobami

ve čtvrtek 16. dubna 2020

Odjezd vlaku S65 z Praha hl. nádraží
v 9.38 hod.

výstupní stanice Praha – Cibulka

Doporučená doprava:

z nádraží Klánovice vlakem S7 v 8.54 hod.
výstup Praha hlavní nádraží,
nebo bus 25, metro B, přestup na Florenci
na metro C – výstup Hlavní nádraží

DRAHÁ MATYLDA

Divadlo u Valšů

Pojďte se s námi pobavit
a odreagovat u skvělé komedie.

Čeká vás nevšední herecký koncert
s téměř detektivní zápletkou.

úterý 21. dubna

od 16 hodin

Návštěvu divadla organizuje
Svaz postižených civilizačními
chorobami

Zájemci, obraťte se na své důvěrnice
Cena vstupenky 160 Kč
Doprava MHD