

Volnočasové aktivity mění Lukáše

Řekne-li se Lukáš, zpravidla se obyvatelům středního a vyššího věku vybaví jen kuchyň s jídelnou a dvě sociální služby - denní stacionář a terénní pečovatelská služba v bytech seniorů. Větší zájem a jiný pohled vzbudí středisko sociálních služeb v okamžiku, když potřebujeme sociální služby pro některého z členů své rodiny, zpravidla pro své rodiče. Tehdy si uvědomíme, jak prostřednictvím svých pečovatelek pomáhá seniorům, kterým to už nejde jako dřív.

Poslední dobou ale vnímám z Lukáše ještě jeden příjemný signál. Je to stále intenzivnější setkávání seniorů, jejich vzájemná komunikace a jejich společné zájmy. Může za to rozvoj sportovních a dovednostních seniorských aktivit, které jsou realizovány v místě. Středisko si vytvořilo určitou představu zaměření volnočasových aktivit pro seniory. Městská část tyto záměry akceptovala a především podpořila nemalými finančními prostředky.

A tak se zrodilo pravidelné chození seniorů se severskými holemi, zaměřené na poznávání historie městské části a její přírodu. Chodí se plavat do bazénu, v Lukáši vyrostlo pět speciálních cvičebních prvků pro seniory a hřiště na pétanque. Vedle pohybových fyzických aktivit se nezapomnělo ani na aktivity duševní. Počítačová učebna bude po modernizaci zprovozněna v polovině září a výuka seniorů tam bude probíhat opět zcela zdarma. Senioři úspěšně studují univerzitu třetího věku a účastní se oblíbených jarních a podzimních kurzů cvičení paměti.

Aktivní prožití volného času je pro seniory velmi důležité. Pozitivně ovlivňuje a zvyšuje nejen jejich fyzickou kondici, ale vnáší do jejich života i psychickou pohodu a je klíčem k delšímu uchování soběstačnosti ve stáří.

Finanční prostředky, které vynakládáme na podporu rozvoje volnočasových aktivit seniorů, jsou dobrou investicí, která jak vyplývá z ohlasů, je veřejností kladně přijímána. Středisku sociálních služeb patří za jejich pořádání velký dík.

Aleš Mareček, zástupce starosty