

FRESH SENIOR AKTIVNÍ STÁŘÍ ZÁVĚREČNÁ ZPRÁVA

2024



CÍL A OBLAST PROJEKTU, ZHODNOCENÍ A PŘÍNOS

Cíl projektu - udržet aktivní přístup k životu a trávení volného času v postproduktivním věku u populace 60+ se navzdory snížené výši podpory podařilo naplňovat. Sociálně edukativní práce se seniory přispívá ke zpomalení psychosociálních pochodů stárnutí, ke zvyšování angažovanosti seniorů a k smysluplnému trávení jejich volného času. Aktivní stárnutí tak může být prevencí nejen sociální izolace, ale i zhoršujícího se zdravotního stavu.

Slovo aktivní znamená zejména pokračující participaci na společenském, kulturním i občanském dění.

Realizovaný program zahrnoval charakterově různorodé pořady s cílem udržet cílovou skupinu obyvatel v dobré duševní kondici a umožnit jim také rozvoj osobní kreativity. Zaměřili jsme se tedy na pravidelné tréninky paměti a tvůrčí dílny. Edukační obsah naplnily přednášky z cyklu Příběhy slavných značek, které se věnovaly prezentaci historie a současnosti těch nejznámějších českých značek, zařadili jsme také poradnu pro digitální média a komentovanou prohlídku areálu a interiéru Klementina.



Příběhy slavných značek, DERMACOL
s Evou Kaiserovou



Textilní tvůrčí dílna
s Danou Chaloupkovou

REALIZOVANÝ PROGRAM

V rámci tohoto projektu jsme nakonec, vzhledem ke snížení přiděleného dotačního příspěvku, uskutečnili 23 akcí s cílem nabídnout zejména pravidelné aktivizační pořady (tréninky paměti), tvůrčí aktivity /dílny, pracující s rozvojem kreativity a jemné motoriky.

Projekt Fresh Senior je dlouhodobě koncipován jako volně přístupná kulturní a sociální služba seniorské populaci, veškeré programy jsou pořádány bez vstupného, financování projektu je vícezdrojové a nebylo by možné bez zásadní podpory Hlavního města Prahy a Městské částí Prahy 3.

DATUM AKCE OBSAH

22.1.	Trénink paměti
29.1.	ŠUMNÉ STOPY I
5.2.	TVŮRČÍ DÍLNA 1
12.2.	Trénink paměti
19.2.	PORADNA pro Smartmedia
4.3.	TRÉNINK PAMĚTI
11.3.	TVŮRČÍ DÍLNA 2
18.3.	Velikonoční tvůrčí dílna
15.4.	TRÉNINK PAMĚTI
20.5.	TVŮRČÍ DÍLNA 3
27.5.	TRÉNINK PAMĚTI
17.6.	PŘÍBĚHY SLAVNÝCH ZNAČEK, přednáška s projekcí
9.9.	TRÉNINK PAMĚTI
16.9.	PŘÍBĚHY SLAVNÝCH ZNAČEK, přednáška s projekcí
23.9.	TVŮRČÍ DÍLNA 4
7.10.	PŘÍBĚHY SLAVNÝCH ZNAČEK, přednáška s projekcí
14.10.	TVŮRČÍ DÍLNA 4
21.10.	TRÉNINK PAMĚTI
4.11.	TRÉNINK PAMĚTI
11.11.	PŘÍBĚHY SLAVNÝCH ZNAČEK, přednáška s projekcí
18.11.	exkurze Klementinum
25.11..	adventní tvůrčí dílna
16.12.	TRÉNINK PAMĚTI

VZTAH PROJEKTU K MĚSTSKÉ ČÁSTI PRAHA 3

Projekt AKTIVNÍ STÁŘÍ spolku Fresh senior nabídl občanům MČ Praha 3 již tradičně kulturní, společenské a aktivizační programy . Během uplynulých let jsme s finančním příspěvím Městské části Praha 3 pro návštěvníky KC Vozovna a Atria připravili desítky koncertů, besed se známými osobnostmi, filmových projekcí, cestopisů ; odborných přednášek a diskusních odpolední; aktivizačních programů: tvůrčích dílen, komentovaných vycházek, tréninků paměti. Jsme tak dalším subjektem, který se v této lokalitě hlavního města Prahy aktivně věnuje problematice stárnutí populace a snaží se předcházet sociální a věkové determinaci nabídkou možností trávení volného času bez nároku na finanční náklady jednotlivce. Všechny naše pořady jsou pro seniory zdarma.



Jsme přesvědčeni o dlouhodobé společenské prospěšnosti a udržitelnosti tohoto projektu. Permanentní nárůst počtu obyvatelstva v seniorském věku staví před společnost a její představitele ve výkonných funkcích nepopíratelnou výzvu. Deklarace podpory programů a organizací, které se touto problematikou profesionálně dlouhodobě zabývají by pak měla být tím základním, co je v tuto chvíli potřeba.

PUBLICITA

Propagace projektu byla podpořena zejména roznosem tištěných programových letáků, propagací na webu a plakátech KC Vozovna, inzercí v Radničních novinách Prahy 3. Dále prostřednictvím webových stránek (www.freshsenior.cz) a sociálních sítí (fcb/Fresh senior). Akce jsme rovněž anoncovali rozesílkami pozvánek osobám napojeným na Fresh Senior (1010 emailových adres) prostřednictvím služby Mailchimp. Podporovatele a spolupracující organizace propagujeme formou uvedení jejich log na propagačních materiálech a webových stránkách.

SPOLEK FRESH SENIOR A JEHO LIDÉ

Garantem a manažerkou projektu je Mgr. Vladana Rýdlová, která stála u zrodu celého projektu před více než deseti lety. Dlouhá léta běžel tento projekt úspěšně jako součást kulturní aktivit spolku PORTE, jehož je předsedkyní. V roce 2020 jsme vyčlenili program Fresh Senior z činnosti spolku Porte a jeho obsah a realizaci převzal zcela nový, stejnojmenný spolek, jehož stávající členská základna je ve stejném personálním složení a může při své práci čerpat z předchozích zkušeností.

předseda spolku : Ing. Petr Mändl

místopředsedkyně a koordinátorka: Mgr. Vladana Rýdlová

dramaturgie a produkce akcí : Karolína Pohlreichová

PR a propagace projektu: Mgr. Kateřina Zoubková

Administrativní podpora: Klára Čudová

KONTAKT

Fresh Senior z.s.

Matějská 2739/24, Dejvice

160 00 Praha 6

www.freshsenior.cz

email: info@freshsenior.cz

