

ZÁVĚREČNÁ ZPRÁVA

projekt **Pravidelné pohybové aktivity seniorů z Prahy 3 a sportovní hry pro seniory**

realizace My.Aktivity z.ú. | místo realizace Sportovní a rekreační areál Pražáčka

Projekt **Pravidelné pohybové aktivity seniorů z Prahy 3 a sportovní hry pro seniory** – je projekt s dlouhou tradicí, který realizujeme v zásadě od našeho vzniku v roce 2012. Smyslem projektu je poskytnout aktivním seniorům ze Žižkova adekvátní pohybové celoroční aktivity zakončené podzimním Sportovním dnem pro seniory. Vzhledem ke krácení dotace a současného nárůstu nákladů na uspořádání akce, jsme v roce 2024 byli nuceni upustit od oblíbeného pravidelného cvičení pro seniory Prahy 3, které se konalo v sídle naší organizace. Museli jsme taktéž vyvinout značné úsilí o získání partnerů akce, bez kterých bychom nebyli schopni zajistit hodnotné ceny pro vítěze jednotlivých kategorií. Letos to byli: Benu lékárna, ADART a INVIRA – zdravotní technika.

Sportovní den pro seniory se konal v sobotu 9. 11. 2024, tradičně spolupracujeme se Svazem seniorů Prahy 3. Pronajímáme si přetlakovou halu na TJ Spoje tenis, tělocvičnu a další prostory v areálu. Začínáme prezentací, v hale pokračujeme řadou specifických disciplín, přizpůsobených možnostem soutěživých. Ty vyhodnocujeme a vyhlašujeme vítěze jednotlivých věkových kategorií (nad 65 let, nad 75 let a nad 80 let). Pro vítěze, s pomocí našich partnerů, kterými byly společnosti Aligátor (mobily pro seniory) a lékárnou Benu a Invira, zajišťujeme hodnotné ceny. S diplomy a drobnými dárky však odcházejí všichni senioři. Nechybí pitný režim, ovoce a oběd s dezertem. Akce se zúčastnilo na 52 spokojených aktivních seniorů.

Mgr. Roman Rozbroj
ředitel My.Aktivity z.ú.