

**-Příloha č. 2 smlouvy č. OLP/2716/2017 (dále jen „smlouva“)**

**Program Mezinárodního dne seniorů**

**Hlavní program v DK pódium:**

- 9.00 Zahájení akce moderátorem (Lukáš Váňa), oficiální seznámení s akcí, možnost oficiálních vstupů ze strany kraje. Informace ohledně průběhu dne – seniorských organizací, jednotlivých přednáškách a vystupujících
- 15.00 Moderátor zahájí oficiální část kulturního programu Mezinárodního dne seniorů
- 15.10 Pozdravení seniorů z řad zástupců Libereckého kraje (např. pan hejtman, náměstek apod)
- 15.20 Vystoupení Seniorského pěveckého sboru Matylda a Tylda
- 16.00 Hlavní interpret Václav Neckář a jeho bratr (po vystoupení následuje autogramiáda)
- 17.00 Vystoupení dětského sboru
- 17.30 Vyhlášení „Pečovatelka roku v LK“
- 18.00 Reprodukovaná hudba k poslechu i tanci, volena se zaměřením na cílovou skupinu
- 20.00 Rozloučení a ukončení akce

**Přednášky pro seniory ve skleněném salóнку DK**

- 1) Význam trénování paměti v seniorském věku (45 min)
- 2) Cestománie, aneb prstem po mapě (45 min)
- 3) Beseda – Zdislava z Lemberka (45 min)
- 4) Vzdělávání seniorů v oblasti IT technologií (45 min)
- 5) Beseda – Významné osobnosti Libereckého kraje, oslovení např. Petr František Polda (\* 1960) - kreslíř a znalec libereckých památek, Mgr. Věra Vohlídalová (\*1942 Londýn) - bývalá ředitelka Krajské knihovny, PhDr. Jan Mohr (\* 1950) - dlouholetý zaměstnanec Severočeského muzea, autor několika knih - poslední "Od Plastimatu k Magně", Luděk Vele (\*1951) - sólista Národního divadla, pořadatel benefičních koncertů na Grabštejně, RNDr. Miloslav Studnička (\*1949) - ředitel Botanické zahrady Liberec, Miroslava Francová - 30 let vede Klub přátel liberecké opery a baletu, František Babický (\*1938) - dlouholetý dirigent v divadle F. X. Šaldy Liberec. (45 min)
- 6) SOS - Sdružení obrany spotřebitelů pomáhá lidem prosazovat jejich práva. Má zřízeny bezplatné právní poradny a řeší problémy s reklamací, odstoupení od smlouvy, problémy s předváděcími akcemi, s tzv. „šmejdy“, pouličním prodejem, nákupem přes internet nebo různé oblasti spotřebitelského práva. (30 min)

7) JAK ZDRAVĚ A AKTIVNĚ STÁRNOUT Přednáška věnující duševnímu zdraví starších občanů, jak udržovat vztahy v rodině, přátelské vztahy a díky tomu se udržovat stále v kondici a být prospěšný pro svou rodinu a okolí. Stárnout aktivně neznamena jen sportovat, plavat nebo cestovat. K aktivnímu stárnutí patří i čtení knih nebo hlídání vnoučat.(30 min)

8) ZDRAVÁ VÝŽIVA Co to vlastně je zdravá výživa, skladba potravy, jak najít správnou cestu a jak se vyznat v široké škále toho, co je nám nabízeno? Opravdu si neškodíme, když budeme správně jíst? Jak často, co a čemu se raději vyhnout? O tom všem bude tato přednáška. (30 min)

9) HASIČSKÝ ZÁCHRANNÝ SBOR - Přednáška o prevenci, jak zcela jednoduchými pravidly předejít požáru - obezřetnost při odcházení z domu, vypínání osvětlení či zhasínání svíček (30 min)

#### **Zapojení poskytovatelů sociálních služeb a proseniorských organizací v LK**

Akce bude realizována ve spolupráci s Krajskou radou seniorů, Svazem důchodců, Radami starších a oslovení jsou další:

- seniorské organizace např.

Klub seniorů Liberec

Odborové sdružení Čech, Moravy a Slezska

Svaz důchodců ČR

Kontakt Liberec – Rada starších

Odborové sdružení železničářů

Asociace důchodců odborářů ČMKOS

Česká společnost pro trénování paměti

Sdružení nájemníků ČR

Klub seniorů Lomnice nad Popelkou

Levicové kluby žen

Český svaz žen

Klub seniorů Ralsko

Svaz důchodců ČR, z.s. Jablonec nad Nisou

Centrum sociálních služeb Jablonec nad Nisou

Klub seniorů DDM Cvikováček

Klub paní Bedřišky Klichové APM Liberec

Opletalka

Město Rychnov

Klub seniorů Jablonec nad Nisou

Svaz postižených civilizačními chorobami v ČR, z.s., z.o. Nový Bor

DIA CLUB SENIOR

MěÚ Frýdlant – odbor soc, věci

Klub seniorů FOKUS Semily

Klíč, spolek invalidů, Cvikov

Klub seniorek Křižany

Svaz důchodců ČR, z.s. ZO Nový Bor

Spolek pro seniory Červánek, Nové Město pod Smrkem

Klub aktivních seniorů Turnov

Senior klub Tanvald

KKPS Rálsko

Klub jabloneckých seniorů, Jablonec nad Nisou

Seniorklub Doksy

ZO SDČR APM Liberec

Senior klub Tanvald Šumburk

Senior klub Tanvald D.R.A.K.

KONTAKT

KRS LK

ŠIK. RUCE

Pohoda

RADOST

PARTA Z VESCE

Svaz tělesně postižených Jablonec nad Nisou

NISA klub seniorů

SPCCA v ČR, z.s. ZO Nový Bor

KLUB MODŘÍN Semily

- poskytovatelé sociálních služeb např.

Anděl strážný, z.ú. Asistenční služba a tísňová péče Anděl Strážný

SeniA z.s. Centrum denních služeb

SENIORSERVIS o.p.s. SENIOR SERVIS

ŽIVOT 90, z.ú. ŽIVOT 90

V rámci doprovodného programu (9 -15 hod – 360 min. jednotlivá organizace) budou mít poskytovatelé a seniorské organizace v prostorách DK výstavní místa, bannery, stolky s propag. předměty, možnost prezentace svých aktivit.

Prezentace poskytovatelů sociálních služeb a proseniorských organizací bude v rozsahu v minimálním počtu 9 organizací.

Osloveni budou i ostatní subjekty jako je např. policie, městská policie, ČOI. Na akci bude také možnost prezentace nemocnic z Libereckého kraje.

### **Doprovodný program mimo hlavní sál DK:**

9.00-15.00 IQ zóna, školená obsluha jako podpora pro seniory (360 min)

9.00-15.00 Výtvarná dílna zaměřená na seniory, školená obsluha jako podpora pro seniory (360 min)

Autogramiáda Václava Neckáře proběhne v předsálí Domu Kultury, kdy budou mít senioři možnost osobně se setkat s hlavním interpretem a získat jeho autogram

Fotokoutek – tematicky zaměřené focení pro seniory, památka na Mezinárodní den seniorů v Liberci

Seniorská kavárna – pro seniory zde bude zajištěno posezení, obsluha seniorům připraví kávu zdarma, k dispozici časopisy

### **Technické zajištění**

Zajištění možnosti občerstvení pro seniory, na místě bude přítomen zdravotnický personál atd. (viz zajištění dle Podrobné specifikace závazku příkazníka, příloha č. 1 smlouvy).