



## Zápis komise - Rada seniorů

Číslo jednání: **3/2019**

Datum konání: **3. 10. 2019**

Předsedající: Mgr. Alena Štrobová

Přítomni: Helena Barcalová, Jaroslava Doušová, Zdena Jaklová, Kateřina Mrázová, Marie Ullmanová

Nepřítomni:

Omluveni: Ing. Monika Brzkovská

Hosté: zástupci společnosti Redpoint Clinic Cz.

Tajemník: Mgr. Olga Švrčulová

### **Program**

- 1. Úvod**
  - 2. Představení a nabídka zařízení Redpoint Clinic Cz.**
  - 3. Informace o akcích nejen pro seniory v Městské části Praha 20**
  - 4. Připomínky a návrhy předsedkyň spolků**
  - 5. Diskuse**
  - 6. Úkoly**
-

## **1. Úvod**

Předsedkyně komise, Mgr. Alena Štrobová přivítala přítomné, poděkovala všem za jejich účast a zahájila jednání Rady seniorů. Poté představila hosty, zástupce nestátního zdravotnického zařízení Red Point Clinic Cz, kteří přišli prezentovat své služby v oblasti fyzioterapie, které by mohli senioři také využívat.

## **2. Představení a nabídka služeb od zařízení Red Point Clinic Cz.**

Zástupci zařízení seznámili přítomné s nabízenými službami, týkajícími se zejména diagnostiky, léčby a prevence poruch pohybového aparátu. Nabídli nejmodernější metody fyzioterapie k odstranění bolesti a ke zlepšení běžného života, včetně nabídky kondičního cvičení pro seniory, nebo individuální rehabilitační péče.

Jedná se o péči finančně náročnou, a proto paní starostka navrhla možnost, aby společnost využila grantové nabídky Městské části Praha 20, tak aby se tato služba mohla víc přiblížit místním seniorům.

Paní Mrázová navrhuje kontaktovat obvodní lékaře, aby se o službě dozvěděli a mohli ji doporučovat svým pacientům.

Zástupce zařízení navrhuje pro začátek spolupráce uspořádat představení zařízení a metod fyzioterapie formou odborné přednášky pro seniory s názornými ukázkami. Přednášku by uspořádali ve svém zařízení na Černém Mostě. Předsedkyně spolků budou tlumočit nabídku svým členům, a pokud bude o přednášku zájem, může Red Point svou nabídku zaslat OSVŠ, který zajistí její předání spolkům.

## **3. Informace o akcích nejen pro seniory v Městské části Praha 20**

### **Bleší trh**

Paní Kateřina Mrázová zve na tradiční Katčín charitativní blešák. Konat se bude dne 20. 11. 2019 v klubovně Divizny, naproti Divadlu. Do klubovny je možné přinášet nepotřebné šatstvo. Pokud je třeba, je možné zajistit po dohodě s paní Mrázovou i odvoz šatstva z místa bydliště dárců. Paní Kateřina Mrázová informuje, že Bleší trh pořádá 2x za rok. Zbylé oblečení se předává do Klokánku, nebo azylového domu.

O dalších akcích informuje paní starostka:

### **Podzimní zahrada**

Paní starostka připomněla přítomným konání akce Podzimní zahrada. Charitativní akce s kapelou, grilováním špekáčků a rukodělnými stánky se koná 9. října 2019 od 15 hodin na zahradě radnice ÚMČ Praha 20, vchod z ulice Mezilesí.

### **Zámecké posezení a posezení s tancem a další**

Paní starostka informovala o konání dalšího tradičního zámeckého posezení. Ve čtvrtek 17. 10. 2019 od 14.00 bude hostem zámeckého posezení pan Marek Ždánský, chovatel zvířat. Připravené je poutavé vyprávění o péči o gorily, včetně populární Moji.

Informovala také o dalším zámeckém posezení, které se bude konat 13. 11. 2019 v 17.00 a hostem bude lékař profesor Pavel Pafko. Plánuje se také setkání s obyvateli Na Slavětíně. Dne 14. 10. 2019 se bude konat kulturní posezení s tancem v 14.00 v KC Domeček.

### **Vánoční výlet do centra Prahy**

Městská část bude i letos pořádat výlet pro seniory do vánoční Prahy. Výlet se koná dne 7. 12. 2019. Navštívíme vánoční trhy v Životě 90, kde bude připraven vánoční program. Další část programu bude upřesněna, stejně tak jako plánovaný odjezd a návrat do Horních Počernic.

### **Vánoční posezení pro seniory**

Dne 18. 12. 2019 bude vánoční posezení, kde vystoupí studenti Základní umělecké školy s vánočním programem. Paní starostka poděkovala paní Doušové, že zprostředkuje tradiční Vánoční trh, na kterém prodávají členky jejího klubu své výrobky.

### **Rybova vánoční mše**

Na období Vánoc je také připravována Rybova vánoční mše, kterou plánuje paní starostka po dohodě s farářem panem Eliášem.

### **Vánoční zpívání u kapličky**

Paní Mrázová informuje, že dne 15. 12. 2019 se plánuje Vánoční zpívání u kapličky.

### **Aktivity pořádané místními spolky pro seniory**

Paní Doušová informuje přítomné o průběhu oslavy dvacetiletého výročí SKP Horní Počernice, které proběhlo v sobotu 21. 9. 2019. Při SKP již 10 let úspěšně funguje Klub seniorů, který paní Doušová vede. K tomuto významnému výročí obdržela paní Doušová ocenění za záslužnou činnost, protože Klubu se věnuje již celých 8 let. Paní Doušová také informovala o uskutečněném výletě pro seniory do Častolovic a poděkovala Úřadu městské části Praha 20 za podporu.

Paní Ullmanová informovala o uskutečněném výletě se seniory na Hrádek u Nechanic a do Hradce Králové. Také o tom, že pro seniory zajistila týdenní pobyt v Rýmařově a nyní pořádá zájezd pro seniory do Polska.

Paní starostka ocenila aktivitu místních spolků a paní Barcalová vyjádřila potěšení z toho, že vzájemná spolupráce mezi místními spolky dobře funguje.

#### **4. Připomínky a návrhy změn předsedkyň spolků**

##### **Schůdky u řeznictví**

Paní Ullmanová předává připomínky seniorů ohledně schodů u řezníka Na kopečku. Jedna strana schodů je již opravená, druhá zbývá opravit. Bude nutné zjistit, zda jsou schody v majetku Městské části a pokud ano, je třeba dát pokyn k opravě.

##### **Jízdní řády - změna**

Paní Ullmanová dále informuje, že chybí možnost zajistit si nové jízdní řády, v případě změny spojů. Tyto změny nastávají 2x ročně, bylo by vhodné, aby senioři obdrželi tyto změny v tištěné podobě. Bylo dohodnuto, že pokud se jízdní řády změní, osloví předsedkyně spolků O. Švrčulovou s požadavkem o vytištění. Je třeba uvést, jaké spoje potřebují vytisknout.

##### **Přístřešky na zastávkách**

Paní Ullmanová sděluje, že stále chybí přístřešky na zastávkách. Paní starostka informuje, že přístřešky na zastávkách u hřbitova se musí řešit s Dopravním podnikem Hl. m. Prahy. Aktuálně se s ním řeší ale jiný problém a to zrušení zastávek na znamení, které seniorům v Počernicích komplikují cestování. Autobusy jsou zastaralé, nepřizpůsobené na pravidelné využívání tlačítek na znamení, tlačítek v autobuse je málo a jsou špatně přístupná. Pro seniory je problém tlačítko v autobuse najít a včas použít. Z jednání ale vyplývá, že Dopravní podnik změnu zrušení zastávek na znamení nechce provést s tím, že naopak plánuje zavedení zastávek na znamení v celé Praze. Proto paní starostka vyjednává alespoň to, aby v Horních Počernicích jezdily autobusy, které jsou novější a mají již systém tlačítek na znamení přizpůsobený pro seniory i osoby se sníženou soběstačností. Tato jednání jsou komplikovaná a stále probíhají. Přístřešky zastávek je také nutné domluvit s DPP, je třeba vyřešit výše uvedenou prioritu a až poté se začít zabývat jednotlivými přístřešky.

##### **Věšáky do Kulturního centra**

Paní Barcalová sdělila, že v prostorech KC v knihovně, kde se pořádají schůze spolků seniorů, chybí stojací věšáky. Žádá proto o zajištění alespoň 2 kusů. Uvádí, že v prostorech jsou umístěné pouze háčky na zdi, ale ty kapacitně nedostačují.

##### **Tvrdá voda v Horních Počernicích**

Paní Barcalová dále sdělila, že v Počernicích je tvrdá voda. Dle informací získaných z internetu je prý v Horních Počernicích jednou tak tvrdá voda nežli v okolních městských částech. Chtěla by, aby se zjistilo, proč tomu tak je. Zda je špatná úprava vody, anebo je problém v místních zdrojích vody?

#### **5. Diskuse – různé**

##### **Nový vzhled zpravodaje**

Paní starostka informovala o novém tiskovém řešení zpravodaje a dotazovala se předsedkyň spolků, zda jsou senioři spokojeni se stávajícím vzhledem, velikostí písma a podobně. Paní Barcalová sdělila, že měla výhrady k úpravě a stylizaci informačních článků o jejím klubu, ale tyto výhrady již byly redakcí napraveny. Paní starostka požádala předsedkyně, aby zjistily, zda jsou senioři spokojeni

s velikostí písma, s úpravou přehledu akcí a podobně, a aby shromáždily připomínky, které by bylo možné projednat na další Radě seniorů.

### **Kritika fungování pošty v Horních Počernicích**

Paní Kateřina Mrázová sděluje, že služby pošty v Horních Počernicích jsou nespolehlivé, situace se zhoršuje, odchází doručovatelky. Bohužel bylo konstatováno, že služby České pošty nemůže Městská část ovlivnit – jde o samostatný subjekt.

### **Předání informací o soutěži Obec přátelská rodině**

Paní starostka informovala o soutěži Obec přátelská rodině, o podmínkách a možnostech získání prostřednictvím tohoto projektu finanční podporu pro aktivity občanů.

### **Předání vyhotoveného průvodce seniora**

O. Švrčulová předala Průvodce seniora, pro občany Městské části, kde lze najít základní informace a kontakty, které občan v seniorském věku může potřebovat.

### **Senior auto**

Služba je dle předsedkyň spolků hodnocena kladně, nezaznamenaly stížnosti, naopak služba je hodnocená seniory jako velký přínos pro zlepšení kvality jejich života.

## **6. Závěr**

**Závěrem poděkovala předsedkyně komise Mgr. Alena Štrobová všem přítomným za účast a za jejich práci.**

### **Úkoly:**

1. OSVŠ zjistí, zda jsou schody v majetku Městské části a pokud ano, je třeba dát pokyn k opravě.
2. OSVŠ zajistí nákup 2 ks stojacích věšáků na kabáty do KC v knihovně.
3. OSVŠ zjistí dostupné informace na životním prostředí ohledně tvrdé vody.
4. Předsedkyně klubů zjistí, zda by byl o přednášku od zařízení Red Point Clinic Cz., ze strany jejich členů zájem.
5. Předsedkyně předají svým členům informace o plánovaných akcích.
6. Předsedkyně klubů zjistí, jaké jízdní řády je třeba aktuálně vytisknout, seznam předají O. Švrčulové, která spoje vyhledá, vytiskne a předá předsedkyním pro jejich členy.
7. Předsedkyně klubů zjistí od členů, jaká je spokojenost s novým tiskovým řešením Zpravodaje (například zda je třeba malé písmo zvětšit, zda je přínosný přehled akcí a podobně).

Mgr. Alena Štrobová  
Předsedkyně komise