

nadace

OKD



Zprávy z neziskových organizací, kterým pomáhá OKD a její nadace při péči o nemocné lidi, seniory, děti i životní prostředí

Nová šance pro seniory

Cvičiště pro karvinské důchodce slouží k procvičení těla i k posílení sociálních kontaktů

KARVINÁ – Příjemně si protáhli těla koncem minulého týdne karvinští seniory. Ve čtvrtek 10. května byly totiž pro ně v zahradách Městského klubu seniorů v Karviné-Hranicích a domů s pečovatelskou službou v Hranicích a Novém Městě slavnostně otevřeny relaxačně-rehabilitační koutky vybavené speciálními venkovními posilovacími stroji, které si před zraky karvinského primátora Tomáše Hanzla a dalších zástupců města a hostů hned vyzkoušeli. Cvičení vypadá jako dobrá zábava a navíc plní svůj účel.

O vybudování v kraji prvních relaxačních a rehabilitačních koutků se zasadila Nadace OKD.

„Já si to poprvé zkusil, když to tu instalovali. Cvičil jsem asi dvacet minut a na druhý den ráno, když jsem vstával, jsem to cítil na celém těle,“ vyprávěl s úsměvem předseda MKS Jaroslav Krótki. Čtyřiasedmdesátiletý havíř, který odpracoval 21 let jako lokomotivář na bývalém Dole Doubrava, si nově zřízené zařízení moc pochvaluje.

„Je to přínos, člověk se přece musí hýbat, aby nezatuhl,“ vysvětluje Krótki a stejně hovoří jeho kolegové. „Jo, cvičíme, až nám lezou baňky z nosu,“ směje se o dva roky starší Jaroslav Kozubek, rovněž bývalý Doubravák s 33 lety praxe ve funkci technika elektro. Souhlasně přikývají bývalí zaměstnanci bývalého Dolu ČSA Vilém Oszelda a František Kolarz, kteří odpracovali na šachtě shodně 35 let – první jako důlní zámečnick, druhý jako důlní technik. Dětských hřišť se už postavilo hodně, tentokrát se dostalo i na ty odrostlejší.

„Relaxačně-rehabilitační koutky pro seniory se zdravotním postižením –



Cvičení na nových posilovacích strojích. Zleva Jaroslav Kozubek, František Kolarz a místopředsedkyně karvinské organizace tělesně postižených Margita Menšíková.

jak zní oficiální název nových karvinských cvičišť pro starší generaci – jsou v našem kraji novinkou. Pracovnice sociálního odboru karvinského magistrátu se při jejich koncipování nechaly inspirovat příkladem ze zahraničí, konkrétně z Maďarska, i když podobné jsou údajně už i v Praze a Brně. Celkem je na nich osázeno 16 posilovacích strojů – po čtyřech v zahradách MKS a domu s pečovatelskou službou v Hranicích a osm v Novém Městě. Jedná se o šlapadla na procvičování nohou, stroje na masáž páteře, posilování kloubů, pasu a zad a další. Slouží nejenom ke cvičení a relaxaci, ale také ke sportovním a zábavným hrám, a to nejenom důchodců. Jsou určeny vlastně pro všechny dospělé a dospívající generace – od 12 let věku nahoru.

„Relaxačně rehabilitační koutky by ale neměly sloužit pouze ke cvičení. U mnohých seniorů dochází s při-

bývajícím věkem nejenom k úbytku pohybu, ale především ke ztrátě zájmů a sociálních kontaktů. Uzavírají se pak ve svých domovech a tráví čas u televize. Věříme, že relaxační cvičiště se pro tyto lidi stanou novou motivací, aby zašli mezi své vrstevníky a sociální kontakty obnovili nebo posílili,“ řekla vedoucí sociálního odboru na karvinské radnici Martina Smužová. Zahraniční i první české zkušenosti potvrzují, že to takto doopravdy může fungovat.

Je příznačné, že o vybudování v kraji prvních relaxačně-rehabilitačních koutků pro seniory se zasloužila Nadace OKD, která vyčlenila na realizaci tohoto projektu 450 tisíc korun. „Je to současně největší projekt pro seniory na Karvinsku, který jsme podpořili,“ uvedla projektová manažerka NOKD Karolína Drozdová.

Bohuslav Kržžanek

Podpořené projekty v programu Pro budoucnost (výběr)

Prostor pro grilování, pétanque i setkávání v Paskově

Částka: 250 000 Kč

Vůbec poprvé získalo podporu Nadace OKD město Paskov, konkrétně na úpravu a vybavení venkovních prostor komunitního

centra. Postupně tam vzniknou dvě dětská hřiště, prostor pro posezení, pergola s ohništěm i hřiště na pétanque a volejbal.

Děťmarovice budou mít v centru odpočinkovou zónu

Částka: 249 468 Kč

Podobně jako Paskov je na tom obec Děťmarovice, i tu podpoří nadace premiérově. Radní chtějí v centru vesnice vybu-

dovat odpočinkovou zónu, která by měla sloužit pro setkávání lidí a třeba i pro bezpečné čekání školáků na autobus.

V Karviné-Hranicích vyroste pláček pro malé děti

Částka: 500 000 Kč

Život na obřím sídlišti lidově zvaném „osmička“ bude opět o něco příjemnější. Nadace pomůže karvinskému magis-

trátu s vybudováním pláčku s atrakcemi, které nejvíce ocení hlavně nejmenší děti.

Stodola v rožnovském muzeu dostane novou střechu

Částka: 500 000 Kč

Kopie pozoruhodné hodslavické stodoly, která dnes slouží jako prostor s občerstvením při vstupu do Valašské dědiny, největšího areálu Valašského muzea v příro-

dě v Rožnově pod Radhoštěm, bude mít díky Nadaci OKD novou střechu. Nynější plášť je velmi poškozený a hrozí chátrání objektu.

Beskydská základna DDM Orlová se opět vylepší

Částka: 500 000 Kč

Nadace OKD přispěla Domu dětí a mládeže Orlová na modernizaci táborové základny v Krásné jízě dřívě, pomohla například s vnitř-

ním vybavením nebo výstavbou sportovního hřiště. Teď je na řadě obnova stanové základny a sociálního zařízení pro táboriště.

Doubrava opraví zchátralý pomník obětem války

Částka: 600 000 Kč

Doubravští radní dlouho hledali prostředky na opravu památníku obětem první světové války, pískovcový pomník je totiž vzhledem ke svému stáří a kli-

matickým podmínkám ve velmi špatném stavu. Obec může díky nadačnímu grantu zahájit jeho celkovou rekonstrukci.

Muchomůrka pro všechny, Cesta za řemesly pro školáky

Nadace OKD podpořila v kdysi „horní“ obci Stará Ves na Rýmařovsku dva komunitní projekty prakticky pro všechny generace obyvatel

STARÁ VES – Už nejen zkržčená hornická kladívka ve znaku obce, odkazující na dobývání železných, olovených a stříbrných rud v časech panování rodu Ederů ze Stávnice pojí Starou Ves a Žďárský Potok s havířinou. V dnešní době je to i Nadace OKD, která pomáhá udržovat společenský život ve dvou spojených osadách na Rýmařovsku, kde jinak moc „není do dělat“.

V okolí není příliš možností pracovat, o společenském životě ani nemluvě.

„Jsme chudá, strašně chudá obec. Nejsou zde pracovní příležitosti, ti šťastnější musí za práci dojíždět. Máme tady rozdělené rodiny, ženy s dětmi zůstaly doma, tátové dlouhodobě pracují mnohdy hodně daleko,“ vysvětlovala ředitelka staroveské školy Eva Staňková, proč komunita zdejších občanů oslovila nadaci těžební společnosti se žádostí o podporu. A to do dvou projektů.

Především zdejší ženské populaci totiž chyběla možnost se setkávat a něco

při tom i vytvářet. „Proto vznikla výtvarná dílna Muchomůrka, na jejíž roční provoz nám Nadace OKD poskytla stotisícovou částku. Zřídili jsme keramickou dílnu, měli jsme workshopy s výrobou madeirových a patchworkových kraslic, učili jsme se základům korálkování,“ líčila ředitelka.

Muchomůrku cílenou spíše na dospělé obyvatele (Stará Ves a Žďár-

ský potok jich má včetně dětí aktuálně 565) navštěvují starší školáčky, maminky na mateřské, dámy v nejlepších letech i důchodkyně. „Něco si vyrobíme, posedíme u toho nad koláčky, pomluvíme kde koho, ale to k tomu přece patří, ne...?“ směje se Staňková, která do projektu zapojila i dceru, studentku ostravské VŠB-TU.



Muchomůrka je výtvarný klub pro několik generací.



Cesta za řemeslem je projekt zaměřený na děti.