

## Závěrečná zpráva Nýdecké univerzity třetího věku V.

Projekt spolufinancovaný Moravskoslezským krajem z Programu na podporu zdravého stárnutí a obcí Nýdek byl úspěšně realizován již pátým rokem v řadě. **Probíhal od ledna do prosince 2022. Výstupem projektu bylo 12 edukačních aktivit** – kulturních akcí, přednášek, exkurzí a projektů. Z oblasti posílení mezigeneračních vztahů 2 aktivity, z oblasti volnočasových aktivit 5, z oblasti zdraví 1 aktivita a z oblasti vzdělávání 4 aktivity. **Cílovou skupinou** byli občané Moravskoslezského kraje ve věku šedesáti a více let z Nýdku a okolí (Bystřice, Hrádku, Vendryně, Písku).

- 1. Kulturní akce:** 15. února jsme vyrazili zájezdovým autobusem do našeho krajského města Ostravy za kulturou. V divadle Jiřího Myrona jsme si užili strhující hudební drama Edith a Marlene. Nejvíce nás dojal výkon Hany Fialové nositelky Ceny Thálie. **Účast 45 osob z cílové skupiny**
- 2. Kulturní akce:** 4. března k nám do Nýdku již tradičně zavítali představitelé scénického čtení z projektu Lukáše Hejlíka Listování. **Účast 48 osob z cílové skupiny**
- 3. Přednáška s ochutnávkou:** 17. března jsme se dozvěděli z úst nutriční terapeutky nové trendy ve výživě seniorů. Milým zpestřením přednášky byla ochutnávka zdravé svačinky. **Účast 38 osob z cílové skupiny**
- 4. Projekt žáků ZŠ a seniorů:** Na 28. dubna připravili pro naše seniory vybraní žáci místní základní školy Zábavné hry. Odpoledne bylo velmi přínosné pro obě generace. Mladí žáci žasli nad soutěživostí seniorů a ti zase ocenili žáky, kteří je provázeli jednotlivými úkoly. Na závěr proběhlo vyhodnocení a nejlepší týmy dostaly sladkou odměnu. **Účast 29 osob z cílové skupiny**
- 5. Projekt Planeta Země 3000:** Do kina Kosmos v Třinci nás dovezl autobus 25. května. Senioři se těšili na další příběh z projektu Planeta Země 3000 – tentokráte z Madagaskaru. **Účast 40 osob z cílové skupiny**
- 6. Přednáška:** Literární dokumentaristka B. Baronová z pracovních důvodů nemohla přijet, a tak pravidelní účastníci Nýdecké univerzity třetího věku přišli s nápadem zorganizovat setkání se seniory z Polska. Vznikla tedy náhradní turisticko – společensko vzdělávací aktivita na státní hranici s Polskem Setkání seniorů na Sošově / Spotkanie seniorów w Soszowie. Na turistickou chatu senioři buď vyšli „po vlastních“ nebo byli vyvezeni terénním autem místních hasičů. Dojemné bylo shledání po mnoha letech se známými seniory z Polska. K poslechu hrála folklórní kapela, a kdo měl zájem, mohl se zapojit do meditačního cvičení. Tuto akci nakonec senioři velmi vysoce hodnotili. **Účast 30 osob z cílové skupiny**
- 7. Exkurze:** K nejoblíbenějším aktivitám patří bezesporu poznávací exkurze, které nás seznamují s památkami Moravskoslezského kraje. Inspirací je pro nás TECHNOTRASA Moravskoslezského kraje. Během prvního Putování za vodou jsme navštívili Jesenický pramen Kyselka v Jeseníku nad Odrou se zážitkovou výrobou sirupů, pohledem do krajiny Oderských vrchů jsme se kochali z Veselské rozhledny, poznali jsme Vodní mlýn Wesselsky a zájezd jsme zakončili ve městě Štramberk. **Účast 39 osob z cílové skupiny**
- 8. Exkurze:** Během druhého Putování za vodou jsme zamířili ke Karvinskému moři, prohlédli jsme si šikmý kostel sv. Petra z Alkantry a nakonec jsme relaxovali v Lázních Darkov. Senioři si nemohli vynachválit pobyt v jodo-bromové vodě Světa vitality. **Účast 48 osob z cílové skupiny**
- 9. Přednáška:** Událostí regionu bylo výročí prvních škol v Nýdku – 180 let polské a 100 let české. Proto jsme pozvali archivářku Státního archívu ve Frýdku – Místku, aby nás s Historií školství v Nýdku seznámila. Součástí besedy bylo i dojemné vyprávění pamětníků – učitelek a žáků. Zajímavá byla možnost prohlédnout si dobové Třídní výkazy, ve kterých si někteří posluchači našli své, až 70 let staré, záznamy ze školní docházky. **Účast 32 osob z cílové skupiny**

- 10. Přednáška:** 6. října jsme nasáli atmosféru Indie. Cestopisné přednášky jsou seniory rovněž dobře hodnoceny. **Účast 32 osob z cílové skupiny**
- 11. Kulturní akce:** 17. listopadu za námi do Nýdku přijeli přední sólisté Národního divadla Moravskoslezského v Ostravě ze souboru opereta – muzikál a přispěli výbornou atmosférou a známými melodiemi k nezapomenutelným zážitkům. **Účast 61 osob z cílové skupiny**
- 12. Kulturní akce:** 19. prosince vystoupily dvě skupiny po 20 dětech z místní základní školy s hudebně dramatickým představením a poté převzali posluchači Nýdecké univerzity třetího věku certifikáty z rukou starosty obce a koordinátorky projektu. Prohloubení mezigeneračních vztahů završilo předávání vánočních přáníček, které žáci vyrobili. **Účast 42 osob z cílové skupiny**

Těchto 12 akcí dohromady navštívilo 484 seniorů, což je v průměru 40 osob z cílové skupiny na jednu aktivitu. **Díky realizovaným aktivitám se občanům cílové skupiny zvýšila kvalita života** (získali nové informace, aktivně prožili svůj volný čas, vytvořili a prohloubili generační a mezigenerační vztahy). S projektem Nýdecké univerzity jsou senioři velmi spokojeni, stále se hlásí noví a noví zájemci a přejí si, aby pokračoval i VI. ročník.

V Nýdku 20. prosince 2022

Mgr. Dana Španihelová, koordinátorka projektu