

Kmochův Kolín

festival mezigeneračního propojení



Evropský rok **aktivního stárnutí**
a **mezigenerační solidarity 2012**



Propojení generací, něco tak od pradávna přirozeného, přitahuje v současnosti také odborníky. Fungování

rodin napříč generacemi, ale třeba i sestavování věkově rozmanitých pracovních týmů ve firmách, není bohužel v dnešní době samozřejmost. A stárnoucí populace je rozhodně předmětem úvah a strategií nejen státních institucí. Pro odborníky, poskytovatele služeb, ale i pro veřejnost, proběhnou v rámci Kmochova Kolína přednášky zaměřené na seniory, na jejich přirozenou integraci v životě společnosti a rodiny především. Blok přednášek zajišťuje partner festivalu, společnost Seňorina, s.r.o.

Přednášky pro odborníky i zájemce o problematiku stárnutí

Kdy? sobota 9. června 2012 od 10 hodin

Kde? DDM Na Zámecké, přísálí

VSTUP ZDARMA!

Program:

9:45 - 10:15 Přivítání, občerstvení,

10:15 - 10:45 **UMĚNÍ STÁRNOUT**, Helena Kubů, Remedium PRAHA

Život je jako umělecké dílo. Je to mozaika, do které dosazujeme získané zkušenosti a moudrosti z jednotlivých etap našeho života. Je to dlouhý proces, ke kterému můžeme přistupovat s plným vědomím odpovědnosti k sobě samému a smyslu života obecně.

10:45 - 11:15 **SENIOR COHOUSING**, Veronika Bešřáková, cohousing.cz

Přednášející představí koncept senior cohousingu neboli „stárnutí v komunitě“. Senior cohousing neznamená pouze „bydlení seniorů“, ale jedná se o komplexní sérii kroků, které se dají souhrnně pojmenovat jako „aktivní strategie přípravy na vlastní stárnutí a stáří“ – a netýká se pouze seniorů, ale i osob v předdůchodovém věku.

11:15 – 11:45 Přestávka na občerstvení

11:45 – 12:15 **(R)EVOLUCE VE ZPŮSOBU PODPORY SENIORSKÉHO ŽIVOTA**, Radek Fiala, CleverTech

Příspěvek se zabývá nejnovějšími trendy v podpoře kvalitního života seniorů. Soustřeďuje se na způsoby prodloužení a udržení aktivní fáze života, vysvětluje aktuální principy podpory seniorského života. Představí také konkrétní technologické řešení pro mobilní asistenční podporu.

12:15 – 12:45 **BRAINJOGGING**, Martin Chlupáč, Alpelephant

K aktivnímu stárnutí rozhodně patří používání a trénování dovedností, které s věkem ochabují, a budete překvapeni, některé už od 40. roku věku! Jak se udržet v duševní kondici zodpoví na základě vědeckých studií přednáška i s praktickou ukázkou.

12:45 – 13:00 Interaktivní přestávka – praktická ukáзка brainjoggingu

13:00 - 13:30 **Stáří, samota, nemoci? Jaká je realita?**, MUDr. M. Málková, Centrum pro seniory Kolín, o.s.

Jaké jsou možnosti sociální pomoci nemocným seniorům a jejich rodinám. Jak předejít syndromu vyhoření u pečujících osob.

Registrujte se na jarka.svarcbachova@senorina.cz nebo 777 116 129.