

NA NÁVŠTĚVĚ  
U VÁS  
MALEŠICE:  
domov pohody  
i sportu



ZAJÍMAVOST  
VZDĚLÁVÁNÍ  
ZDARMA  
PRO SENIORY:  
jazyky a počítače



RECEPTÁŘ  
ZAPOMENUTÉ  
podzimní posilnění



# PRAŽSKÝ SENIOR

ZDARMA

číslo: 5. / ročník: 4 – 2012 / vychází 29. října

UŽITEČNÉ RADY, TIPY,  
ZAJÍMAVOSTI

## VLASTIMIL ZAVŘEL

Divadlo je dnes  
pro herce drahý koníček

PRAŽSKÝ SENIOR VYCHÁZÍ I K POSLECHU NA CD!



# VÝMĚNA OBLEČENÍ

## projekt, který pobaví i pomůže

Na projekt nazvaný Výměna oblečení jsme narazili víceméně náhodou. O to víc nás ale pozvánka na devátý ročník této dobročinné akce potěšila a rozhodli jsme se, že tuto zajímavost představíme i vám, čtenářům Pražského seniora.



„Původně to byl jen takový nápad, že si uděláme výměnu oblečení, které nepoužíváme, mezi několika kamarádkami. Byla to spíš legrace, ale zdálo se nám to jako dobrý nápad. Pak nás ale napadlo, že bychom touto cestou mohli pomoci dalším lidem, například právě seniorům,“ vysvětluje Markéta Borecká, která je de facto autorkou projektu.

Jeho v pořadí již deváté pokračování v polovině října zavítalo do Domova seniorů Chodov v Donovalské ulici na Jižním Městě. Vzhledem k tomu, že jsme dosud tuto akci neznali a byli jsme zvědaví, připravili jsme balík nevyužitých oblečení a vyrazili na „místo činu“.

### Second hand v jídelně

V prostoru domova již byl připraven sál (v prostorách, které zřejmě slouží jako jídelna) s křesly a improvizovaným pódiem a hned u vstupu stáli dobrovolníci, kteří odebírali přinesené oblečení a třídili je podle velikostí a druhů. K vidění tu byly pěkné kousky pověšené na stojanech, dětské oblečení i hračky, ale také takzvaná „hrabárna“, kterou znají návštěvníci second handů. Ještě před samotným začátkem výměny se zdejší seniori, obyvatelé DS Chodov, sesadili do připraveného hlediště a poslechli si pár úvodních slov o projektu, který vedle seniorů pomáhá například i pacientům léčebny dlouhodobě nemocných v Bohnicích nebo, stejně jako poslední zimu, i bezdomovcům v době prudkých mrazů. „To byla taková nárazová akce, protože zima byla opravdu krutá a bylo potřeba pomoci. Jinak se výměna koná vždy dvakrát do roka. Další plánujeme na květen příštího roku,“ vysvětlila další z řady přítomných pořadatelek.

### Tánc v rytmu jazzu

Na seniory po úvodních projevech čekalo i příjemné překvapení v podobě tanečního vystoupení dívek a slečen ze skupiny Pop Balet Praha. Děvčata předvedla dvě choreografie, jednu v rytmu klasického jazzu a druhou v trochu rychlejším rytmu italského popu, za obě si nicméně mohla užít zasloužený aplaus. Pak už mohla začít výměna oblečení jako taková.

Krátce po ukončení vystoupení byl vyhlášen začátek

a všichni přítomní obyvatelé domova pro seniory, návštěvníci, kteří přinesli do výměny vlastní oblečení, i personál domova začali proudit mezi stojany a stoly s oblečením a vybírat si, co by se jim líbilo. Mohli se také vyfotit nebo se poradit s módní poradkyní, kterou pořadatelé výměny domluvili na celé odpoledne.

Přestože šlo o charitativní projekt, kam lidé nosí oblečení již nepoužívané, bylo vidět, že nejde o žádné hadry. Mnozí odcházeli spokojení s několika vybranými modýlky, a také seniorky z domova si výběr pochvalovaly. „Na módu už moc nedám, ale tady je hodně pěkného oblečení, takže si určitě vyberu. Hlavně je to ale příjemná akce, kdy se potkáme s lidmi zvenčí, a to je asi to nejdůležitější,“ pochvalovala si na místě akci jedna z obyvatelk DS Chodov.

### Příště dorazíme zas

Dvojice žen, matka s dcerou, které se o akci dověděly z radničního časopisu, litovaly, že nepřinesly oblečení víc. „To je dobře, že se to bude opakovat, určitě zase dorazíme, máme ještě hodně věcí, které do výměny rády dáme. Je to skvělý nápad, pomůže to lidem,“ pochvalovaly si akci. Podobné názory byly zaznamenány i na připravených arších, kam mohli lidé na odchodu napsat své dojmy z výměny oblečení. A redakce Pražského seniora nemohla jinak než se k nim přidat. Organizátorům opravdu nebylo co vytknout, zajistili dobrou náladu, hodně oblečení, početnou návštěvu, zábavu i občerstvení. Zkrátka perfektní akce, která pomáhá druhým.

