

# Kdo jsou laureáti Ceny Senior roku 2019?

Medailonky všech oceněných.

## **KATEGORIE SENIOR/KA ROKU (JEDNOTLIVCI)**

### **1. místo PhDr. Lidmila Pekařová, r. 1943, Pardubice**

Doktorka Lidmila Pekařová pomáhá pedagogům i rodičům zvládat výchovu i osobní život v klidu a s úsměvem. Je uznávanou odbornicí v problematice výchovy dětí a mládeže, má za sebou desetiletí trvající praxi v klinické psychologii. Její krédo „I čtyřkař může jít ze školy spokojený a šťastný“ svědčí o tom, že blaho dítěte se stalo jejím životním posláním. Svědčí o tom i stovky odpřednášených hodin po celé republice pro odbornou i laickou veřejnost.

### **2. místo Jaroslav Švihla, r. 1933, Liberec**

Akademický malíř Jaroslav Švihla odborně vede v rámci libereckého S-art klubu seniory, kteří se dlouhodobě amatérsky věnují kresbě a malbě. Ve svých téměř 86 letech má stále nadšení nejen k umělecké tvorbě, ale také chuť své znalosti a zkušenosti předávat dál svým vrstevníkům i mladé generaci. V letošním roce tak například proběhla půldenní dílna kresby a malby, v rámci které se navzájem portrétovali členové S-Art klubu s žákyněmi základní školy ve Vratislavicích a která obě skupiny ohromně bavila.

### **3. místo Věra Stichová, r. 1955, Svitavy**

Věra Stichová je dlouholetou předsedkyní svitavského oddílu Klubu českých turistů, předsedkyní Městské rady seniorů Svitavy a jako zastupitelka řeší sociální problémy ve městě. Její maximální snahou je mezigenerační propojení turistů, pohyb a zdravý životní styl. Svým životním optimismem a schopností bourat zažitá stereotypy vnímání seniorů je inspirující osobností města pro všechny generace, nejen pro své vrstevníky. Svoji celoživotní kvalifikaci zdravotní sestry uplatňuje i v současné době, kdy vypomáhá na různých zdravotnických ambulancích.

## **ČESTNÁ UZNÁNÍ pro pět jednotlivců:**

### **Milena Liptáková, r. 1955, Louny**

Milena Liptáková je živel. V malebné vesničce Úlovice pečuje o svoji starou maminku a jako babička se věnuje vnoučatům. Kromě toho se neváhá zapojit do jakékoliv dobrovolnické akce. Založila koncerty v úlovické kapliče, v obci uklízí, sází stromky, keře, kytičky i čistí „rybník“. Se západem soutěží v Hrách Mikroregionu Lounské Podlesí nebo se účastní módních přehlídek v dobových šatech, se kterými objíždí se svými kamarádkami celý okres. Pro děti hraje loutkové divadlo. Zachránila topící se ženu i souseda při těžkém úraze. A to vše i přesto, že sama před 25 lety měla po autonehodě přeraženou páteř a znovu se musela naučit chodit.

### **Ludmila Procházková, r. 1948, Javorník**

Ludmila Procházková je žena renesančního formátu s obrovským nadhledem, pozitivním myšlením a velkou mírou empatie. Je hybatelkou i duchovní matkou mnoha akcí a projektů v Jeseníku, slovo nejde, pro ni opravdu neexistuje. Dlouhé roky vedla městskou kroniku. Je aktivní cvičitelkou jógy a aktivní členkou zapsaného spolku BAJA (Baby Javorníku), který pořádá například Baja blešák nebo Strom splněných přání pro klienty Charity Javorník. Paní Ludmila aktivně vypomáhá při akcích v městské knihovně. Spolupracuje s Vlastivědným muzeem Jesenicka. Jako bývalá učitelka češtiny stále ochotně připravuje studenty ke zkouškám.

### **Naděžda Stejskalová, r. 1925, Unhošť**

Naděžda Stejskalová se v Unhošti vždy zapojovala do společenského života. I ve svém pokročilém věku aktivně využívá své celoživotní znalosti a kvalifikaci při spolupráci s městskou knihovnou a muzeem, zároveň také motivuje svým přístupem ostatní seniory – pamětníky k aktivnímu zájmu o historii města, k podílení se na publikační činnosti prostřednictvím místního zpravodaje a k pomoci při obohacování sbírek muzea. Kromě jiného patří k předním přispěvatelům projektu Národní kronika, kde do současnosti publikovala více než 100 článků.

## **Mária Szitányiová, r. 1944, Praha-Řepy**

Mária Szitányiová věnuje veškerý svůj čas vedení pražského Klubu seniorů Řepy. Je absolutně spolehlivá a vždy má obrovskou snahu pomoci druhým. Stmelila řepské seniory, kteří pod jejím vedením společně navštěvují kulturní akce, chodí na vycházky i sportují. Zasloužila se například o pořádání několika koncertů „Krásná je rodná zem i v písni“ nejen pro seniory, ale i v ZŠ pro žáky s poruchami zraku v Praze 2 a v Reflektáři Domova sv. Karla Boromejského. Spolupracuje s městskou částí a místními školami.

## **Vlastimil Úlehla, r. 1925, Hulín**

Vlastimil Úlehla, pamětník a bývalý kronikář, nechybí na žádné významné akci Hulína, vyjadřuje se k aktuálnímu dění a spolupracuje na nejrůznějších projektech, které se týkají historie města. Přestože prošel mozkovou příhodou, dokázal se pravidelným cvičením a energií zase vrátit ke svému původnímu životu. I když je mu úctyhodných 94 let, pamatuje si snad všechno, co se ve městě za tu dobu událo. Pokud chce někdo zjistit určitou historickou událost či informaci, v první řadě jde za panem Úlehlou.

## **ZVLÁŠTNÍ CENA POROTY – v kategorii jednotlivců, ale pro dvojici**

### **Duo Karel a Karel, Prachatice**

Karel Rabenhaupt (1956) a Karel Hrůza (1941) se více jak sedm let pravidelně po celý rok, týden co týden věnují seniorům z Prachatic i okolí. Učí je pracovat na počítači, zasvěcují je do kouzla fotografie, pořádají nejrůznější přednášky, výstavy i soutěže. Vše odborně, mile a bez nároku na odměnu.

## **KATEGORIE NEJLEPŠÍ KLUB ROKU**

### **1. místo Společenství vdov a vdovců, z. s., Zlín**

Společenství vdov a vdovců pomáhá už osm let všem, kteří přišli o životního partnera a ocitli se tak v těžké situaci. Jeho členové se vzájemně motivují a společně se učí v životě hledat i nějaké pozitivní věci. Vedení spolku nejenže připravuje pro vdovy a vdovce spoustu aktivit, přednášek, ale také nabízí osobní přístup a pomoc či radu ve chvílích, kdy člověk ztrácí chuť do života a prožívá smutek.

## **2. místo – porota udělila dvě druhá místa**

### **Klub seniorů číslo 8 v Mostě**

Klub seniorů číslo 8 v Mostě vznikl v roce 2015 a jeho členy se stali senioři z penzionů a domovů pro seniory v Mostě – dohromady je jich už stovka a mají mezi sebou i starší 90 let. Společně navštěvují divadlo, kino a koncerty, jezdí na výlety, trénují paměť, sportují i navštěvují přednášky lektorů univerzity 3. věku. Spolupracují přitom s mnoha organizacemi ve městě. V roce 2017 začal naplno fungovat sportovní klub, kde na seniory čeká zdarma tenis, badminton, minigolf, fotbal v chůzi, střelba, air hokej, plavání.

### **Úsměv= Zdraví, z.s., Lovosice**

Klub Úsměv=Zdraví patří mezi dlouholeté členy projektu SenSenu. Jeho členky rády vždy pomohou, naučí a rozdělí se o své zkušenosti. Hlavním posláním klubu je podpora zdravého životního stylu. Vyniká ale především úsilím, které věnuje prevenci závažných onemocnění – zejména rakoviny prsu. Úsměv pracuje pro seniory Lovosic i okolních obcí. Spolupracuje i s dalšími spolky, kde učí samovyšetření prsu, a jeho proškolené edukátorky pravidelně školí na středních školách v Lovosicích a dalších školách Litoměřicka.

## **3. místo – porota udělila dvě třetí místa**

### **Klub seniorů z Kamenice, Praha – východ**

Klub seniorů z Kamenice si dal v roce 2014 za cíl propojit seniory z kamenických osad, starousedlíky i nově přistěhovalé. Povedlo se a výsledek je obdivuhodný. Senioři se schází každý týden. Zpívají s kytarami, vystupovali před Vánoci i v Domě pro seniory v Pyšelích. Hrají ping – pong i pétanque. Chodí nebo jezdí na kolech okolní krajinou. Kamenické ženy se každý čtvrtek schází na cvičení pro seniorky. S nárůstem počtu seniorů přibývají i nové nápady, inspirace a více různorodých aktivit.

### **Ú-holky, pozdní sběr, Úholičky**

Ú-holky jsou parta aktivních "bab". Jsou tažnou silou obce, podporují společenský život a aktivně se ho zúčastňují. Připravují taneční vystoupení, reprezentují obec na přehlídkách, pravidelně cvičí a zúčastňují se soutěží.

V rámci akce "kdo ještě může, musí" pomáhají ostatním důchodcům. Pečou na advent, na posvícení, svačinky dětem na tábor. Čtou ve školce jako čtecí babičky. Pomáhají při pořádání dětských táborů a lyžařských zájezdů. Berou život pozitivně, neskuhrají na své bolístky a motivují další.

## **MIMOŘÁDNÁ CENA**

### **Jana Hartvichová, r. 1952, České Budějovice**

Jana Hartvichová stojí ve vedení jihočeského Klubu Aktiv za vším, čeho jeho členové dosáhli. Spolek naplňuje potřebu seniorů být aktivními i ve vyšším věku, zapojuje je do projektů a koncepcí aktivního stárnutí, realizuje aktivizační služby pro seniory a osoby se zdravotním postižením, rozvíjí mezigenerační vzájemnou pomoc a dialog. Ve spolku paní Jana pracuje jako dobrovolnice a sama vede 35 dobrovolníků, kteří jsou garanty jednotlivých zájmových seniorských komunit - od pěveckého sboru po cyklistický klub. Ročně se spolkových aktivit zúčastňuje cca 4500 seniorů a zdravotně postižených občanů. I to je zásluha paní Jany, která přesto zůstává neuvěřitelně skromná.

## **ZLATÁ SÍŇ SENSENU**

### **Prof. MUDr. Pavel Pafko, Dr.Sc., r. 1940**

Profesor Pavel Pafko je přední český břišní a hrudní chirurg a transplantolog. Je emeritním přednostou III. chirurgické kliniky 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy v Praze a Fakultní nemocnice Motol. Za desítky let na operačním sále zachránil tisíce pacientů, včetně prezidenta Václava Havla. V prosinci 1997 provedl se svým týmem první transplantaci plic na území České republiky. Ve skvělé kondici se udržuje sportem, zejména jízdou na kole. Je ženatý, má tři dcery a vnoučata. Je držitelem medaile Za zásluhy a rytířem českého lékařského stavu.

**Redakce SenSen (LN),**









Nadace Charty **77** SenSen  
Senzační Senioři

**Cena Senior roku 2019**  
kategorie  
**Senior roku**

**Čestné uznání**  
**Ing. Mária Szitányiová**

  
**Božena Jirků**  
 ředitelka  
 Nadace Charty 77

  
**Alexandra Aschermannová**  
 předsedkyně poroty  
 Ceny Senior roku 2019

  
**Marie Koušalíková**  
 předsedkyně Rady  
 projektu SenSen













Praha 30. září 2019, Pražská křížovatka – kostel sv. Anny