

Jak sportovali senioři z Mesady

ČESKÉ BUDĚJOVICE - Stejně jako minulý rok se i letos zúčastnili uživatelé sociálně aktivizační služby pro seniory a osoby se zdravotním postižením (Aktivní senior) akce 3. Sportovní hry seniorů Jihočeského kraje.

Akce, která byla součástí projektu Jižní Čechy olympijské, a tedy spolufinancována Jihočeským krajem, se konala 19. září na Sokolském ostrově v Českých Budějovicích. Program byl opět velmi pestrý a jednotlivých disciplín se zúčastnili všichni sportovně naladěni ve věku 60+. Jindřichův Hradec byl zastoupen a posílen týmem, který čítal šest družstev sestavených z různých organizací, včetně Mesady. Přestože počasí příliš nepřálo, nikdo nepolevil a všichni se s grácií probojovali do konce. Účastníci absolvovali zajímavé disciplíny, a to lukostřelbu, střelbu na florbalovou



branku, ruské kuželky, hod kriketovým míčkem, hod míčem na koš, slalomový běh a další. Doplňkové stanoviště rozšířil stánek Policie České republiky, kde si senioři se zájmem vyzkoušeli chůzi s brýlemi, které měnily pohled střízlivého jedince, jako kdyby byl pod vlivem alkoholu či marihuany. Inspirativní se stala ukázka správné chůze nordic walking. Na závěr se účastníci zahřáli tancem v rytmu známých českých songů. Z akce jsme odjížděli povzbuzeni a posílení ve sportovně - zábavném duchu.

*Soňa Matoušková, DiS.,
sociální pracovnice Mesada
Jindřichův Hradec*



Senioři v akci...