

Projekt **Psychomotorická cvičení a nácvik první pomoci u seniorů** byl zaměřen na zlepšení sociálních vztahů mládeže a seniorů. Byl realizován žáky a učiteli Bezpečnostně právní akademie, Zoubkova 20, 634 00, Brno v Domově pro seniory Koniklecová, Koniklecová 442/1, 634 00 Brno za finančního příspěvní ÚMČ Brno – Nový Lískovec. Projektu se zúčastnilo 30 žáků školy, kteří se aktivně zapojili jak do příprav (tvorba propagačních materiálů – plakáty, pozvánky, výroba medailů, příprava a zajištění občerstvení pro seniory, nákup pomůcek), tak do realizace sportovního dne a provádění praktických cvičení s využitím zdravotních pomůcek, 2 učitelé školy a 40 klientů domova pro seniory. Naše první návštěva ve školním roce 2014/15 proběhla 19. listopadu, v rámci akce „Sportovní dopo-ledne“. Všichni žáci zabezpečovali jedno „sportovní stanoviště“ nebo pomáhali seniorům jak s chůzí, tak nemohoucím na vozičku dopravit se na sportovní klání. Další setkání bylo v adventním čase 11. prosince 2014. Za poskytnutý finanční příspěvek 5 000 Kč jsme nakoupili psychomotorické a balanční pomůcky (psychomotorický padák, rovnovážné plošiny ...). Nejprve žáci školy připravili pro seniory prezentaci a následně proběhla diskuze o „První pomoci při neúrazových urgentních stavech“. Senioři se naučili, jak se zachovat při různých zdravotních problémech odpovídajícím jejich věku a na praktických ukázkách se seznámili se základními pravidly poskytování první pomoci. Poté studenti předváděli ukázky z bojového umění, úpolových sportů a praktických cvičení, které jsou součástí školního vzdělávacího programu školy. Následovalo zdravotní cvičení se seniory s využitím zakoupených cvičebních pomůcek. Hlavním cílem všech speciálních tělesných cvičení a prováděných pohybových aktivit bylo zlepšení fyzické kondice, statické rovnováhy, samoobslužnosti i psychického stavu seniorů. Z vlastních zdrojů jsme připravili občerstvení pro společné posezení se seniory, které proběhlo po cvičení. Oslovili jsme i studenty jiných ročníků, napekli jsme několik druhů vánočního cukroví, připravili dárkové balíčky od „Ježíška“. Rádi bychom, aby spolupráce na této úrovni dále pokračovala. Proto jsme v listopadu 2014 žádali na Úřadu městské části Brno - Nový Lískovec o finanční příspěvek, který by byl podporou pro realizaci dalšího projektu „Aktivní stárnutí – jak se nestát obětí trestného činu!“, který na naše předchozí aktivity navazuje.

Mgr. Roman Grmela, Ph.D., řešitel projektu

Mgr. Eva Hrobařová, řešitel projektu