

Tři knihovnice dělají radost stovkám seniorů

Knihovna Ústeckého kraje se v tomto týdnu zapojí do celorepublikových kampaní *Národní týden trénování paměti* a *Pochod pro mozek*. Jedná se jen o kapku v moři aktivit pro seniory. Ti s knihovnou pravidelně jezdí na výlety, vzdělávají se a tvoří. Za všemi pravidelnými aktivitami, které dělají radost stovkám seniorům, stojí tři knihovnice.

Od pondělí 10. do neděle 16. března bude probíhat již 18. ročník kampaně *Národní týden trénování paměti*. Do celostátní akce se letos zapojí i Knihovna Ústeckého kraje, která se organizací kurzů trénování paměti pro seniory dlouhodobě věnuje. V současné době probíhají tyto kurzy jak v Lidové části knihovny, tak i na pobočkách Hornická a Stříbrníky. V rámci připojení ke zmiňované kampani připravila knihovna nad rámec svých běžných kurzů i jednu ukázkovou lekci pro seniorský klub v Benešově nad Ploučnicí.

Ve stejném období jako *Národní týden trénování paměti* probíhá i velká osvětová kampaň *Pochod pro mozek*, jejímž cílem je připomenout široké veřejnosti nezbytnost pohybu pro správné fungování mozku a dobrou kondici v každém věku. *Seniorský klub* Knihovny Ústeckého kraje při této příležitosti na pátek 14. března naplánoval výlet okolo jezera Milada s výkladem o zaniklých obcích, které se v této lokalitě nacházely.

„Díky třem našim skvělým kolegyním Evě Lochnerové, Saše Žákové a Denise Bíbové nejsou organizované výlety pro seniory žádnou výjimečnou záležitostí, naopak se v posledních letech staly součástí běžné nabídky knihovny. V loňském roce se tyto tři dámy vypravily se seniory do Kutné Hory, a na začátku letošního března pak skupina navštívila Kunsthalle v Praze. Kromě již zmiňované procházky po zaniklých obcích okolo Milady připravujeme na konec dubna velký výlet do podkrkonošského Kuku,“ popisuje Jana Černá Válková, vedoucí Odboru produkce edukace a komunikace. Zároveň doplňuje, že kromě jednodenních výletů knihovna v loňském a předloňském roce realizovala i dva týdenní seniorské tábory.

Kromě trénování paměti a pohybu na čerstvém vzduchu mají senioři v knihovně možnost se i vzdělávat. Velké oblibě se těší jak pravidelná setkání *Seniorského klubu*, jejichž součástí jsou různé tematické přednášky a workshopy, tak i studium na *Virtuální univerzitě třetího věku*. V zimním semestru loňského roku se do této vzdělávací aktivity zapojilo sedmadvacet studentek. Některé čistě proto, aby si rozšířily obzory v nejrůznějších oborech, šest z nich však studium pojalo skutečně vážně a na začátku letošního roku úspěšně odpromovaly na Provozně ekonomické fakultě České zemědělské univerzity v Praze.

V neposlední řadě pak knihovna seniorům nabízí i pestré tvůrčí vyžití. Každé úterý probíhají kreativní tvořivé dílny, kde se věnují různým výtvarným technikám. Velký zájem je i o klub pletení a háčkování Klubíčko, jenž se schází dvakrát do měsíce. Ve většině případů členky tohoto klubu tvoří pro dobrou věc, díky čemuž jejich

Knihovna Ústeckého kraje, příspěvková organizace

W. Churchilla 1974/3, 400 01 Ústí nad Labem | IČO 00083186

t: +420 475 209 126 | e: knihovna@knihovnauk.cz | www.knihovnauk.cz

háčkované hračky dělají radost dětem v nemocnici a pletené šály a ponožky hřejí klienty ústeckých domovů pro seniory.

„Senioři v současné době tvoří přibližně čtvrtinu naší čtenářské základny. Někteří si přijdou vypůjčit knihy a popovídat si s knihovníky, jiní pak chtějí tvořit, vzdělávat se nebo hledat nové přátele. Ať už je jejich motivace k návštěvě knihovny jakákoli, vždy se snažíme, aby se u nás cítili dobře a mohli skrze atraktivní nabídku volnočasových aktivit smysluplně naplňovat své potřeby,“ shrnuje Jana Černá Válková.

Text: Jan Černecký, mluvčí Knihovny Ústeckého kraje