

Senioři se hýbat umějí



Senioři zůstávali pod dohledem zdravotníků.



Foto: Domov Sosna (2)

TŘINEC Uživatelé Domova Sosna v Třinci vyhráli třetí ročník mezinárodní rotopedové soutěže Jedeme v tom společně, když během 40 dní najeli dohromady přes 8 tisíc kilometrů. Cílem závodu pak bylo motivování seniorů k pohybu, zdravému životnímu stylu i kolektivnímu úspěchu.

V soutěži o prvenství bojovali důchodci z 60 sociálních pobytových zařízení z České republiky a Slovenska. K výhře bylo nezbytné zajet největší množství kilometrů na pomyslné trase začínající na Pradědu, směřující do Košic a pak zpátky přes Bratislavu, jih Česka, Prahu a opět na Moravu. Největší „vzdálenost“ se podařilo odšlapat právě třineckým reprezentantům, kteří urazili 8041 kilometrů.

„Domov Sosna v Třinci reprezentoval tým uživatelů za pomoci rehabilitačního personálu. Senioři dokázali rozvíjet a zdokonalovat své pohybové schopnosti, překonávat pohybové bariéry i přes známky stáří, napříč různým psychickým, duševním či jiným zdravotním postižením zapříčinujícím umístění v Domově Sos-

na,“ uvedl třinecký rehabilitační pracovník David Pimek.

Jednotlivá zařízení byla v průběhu čtyřicetidenního závodu propojená pomocí kamer, které přenášely záznam přes internet do zbylých domovů pro seniory. Každý den mohlo deset soutěžících z každého týmu šlapat na rotopedu maximálně dvě hodiny. Průběžné výsledky pak byly zaznamenávány do aplikace.

Nejlepší třinecká soutěžící ujela během celé doby závodu za pomoci svých rukou celkem 1490 kilometrů. „Musím říct, že si tým reprezentující Třinec vedl v průběhu velmi dobře,“ dodal Pimek. Konečné první místo v soutěži pak sosnovskému domovu přineslo vítězství v podobě mobilní zahrádky.

Senioři však získali i cenu v podobě ptačí budky, když v kategorii CykloSrdce 2018 darovali díky jednoznačnému nadbytku svých ujetých 4837 kilometrů jiným zařízením pro seniory s horšími výsledky. Třinecké seniory během soutěže podpořili i třinečtí Oceláři a obec Nýdek, když soutěžící vybavili svým dress codem – tričky. (fm)

