

SPORTOVNÍ HRY SENIORŮ

sportujeme a bavíme se společně

GRY SPORTOWE DLA SENIORÓW

sport i zabawa wspólnie



PŘEKRAČUJEME HRANICE
PRZEKRACZAMY GRANICE
2014–2020



EVROPSKÁ UNIE / UNIA EUROPEJSKA
EVROPSKÝ FOND PRO REGIONÁLNÍ ROZVOJ
EUROPEJSKI FUNDUSZ ROZWOJU REGIONALNEGO



Úvodník

Sport a sportování, aktivní trávení času je možností a příležitostí pro zástupce všech věkových kategorií. V rámci našich činností se zaměřuje na podporu aktivizace osob v seniorském věku, a právě pravidelná tělesná aktivita ovlivňuje významnou měrou psychické a duševní zdraví seniorů, přispívá ke zkvalitnění jejich fyzické zdatnosti a napomáhá žít plnohodnotný život až do vysokého věku. Přidanou hodnotou je pak vznik nových a udržení stávajících sociálních kontaktů, která udržují naše seniory v aktivitě a zamezují vzniku pocitu osamění.

Sportovní hry seniorů mají více než sedmiletou tradici, jsou realizovány na krajské úrovni a finálně na úrovni republikové. Naše krajské sportovní hry jsou realizovány díky finančním podporám a grantům, díky kterým můžeme k účasti přizvat i zahraniční sportovní týmy.

Zárukou úspěchu je dobrá spolupráce, kterou **Krajská rada seniorů Olomouckého kraje** úspěšně navázala a dále rozvíjí s polským partnerem **Bursztynowe Serca Stowarzyszenie**.

„*Přátelství je součástí lidského štěstí.*“

– Jan Werich



Úvodník

Sport i aktywnie spędzanie czasu to możliwość i szansa dla wszystkich przedstawicieli każdego wieku. Nasze działania skupiają się na wspieraniu aktywizacji seniorów. Właśnie regularna aktywność fizyczna ma istotny wpływ na zdrowie psychiczne i umysłowe seniorów, przyczynia się do poprawy ich sprawności fizycznej i pomaga im żyć pełnią życia do późnej starości. Wartością dodaną jest tworzenie nowych i podtrzymywanie istniejących kontaktów społecznych, co utrzymuje naszych seniorów w aktywności i zapobiega poczuciu samotności.

Seniorskie igrzyska sportowe mają ponad siedmioletnią tradycję, realizowane są na poziomie regionalnym, a w końcu na poziomie krajowym. Nasze regionalne gry sportowe realizowane są dzięki wsparciu finansowemu i grantom, dzięki którym możemy zapraszać do udziału zagraniczne drużyny sportowe.

Gwarancją sukcesu jest dobra współpraca, którą **Regionalna Rada Seniorów Kraju Ołomunieckiego** z powodzeniem nawiązała i rozwija z polskim partnerem **Stowarzyszeniem Bursztynowe Serca**.

„*Przyjaźń jest częścią ludzkiego szczęścia.*“

– Jan Werich



Sportovní hry seniorů

Sportovní hry seniorů představují jednu z důležitých činností zaměřených na podporu aktivního a plnohodnotného života seniorů. Sportovní hry jsou pořádány na jednotlivých Krajských úrovních a následně na úrovni Republikové, které se účastní vítězné týmy z krajských her. Krajských her se účastní sportovní družstva z jednotlivých regionů, ale také sportovní družstva zahraniční.

V případě Krajských sportovních her Olomouckého kraje se sportovních utkání pravidelně účastní sportovci z Polska a Slovenska.

Sportovní aktivity a soutěže jsou u seniorů velmi oblíbené, napomáhají vést plnohodnotný život až do vysokého věku, pravidelná tělesná aktivita ovlivňuje významnou mírou fyzické, psychické ale i duševní zdraví. Nemalej vliv pak má samotné setkání seniorů, změření sil v jednotlivých disciplínách s motivací vyhrát, získávání nových zkušeností, navazování nových přátelství, poznávání zvyků a tradic jiných zemí.

Cílem sportovních her je aktivizace seniorů, podpora fyzického a duševního zdraví, ale také rozvoj sociálních kontaktů, setkání se s přáteli, a to jak při sportu, tak i v rámci bohatého kulturního doprovodného programu.



Seniorskie igrzyska sportowe

Igrzyska sportowe dla seniorów to jedno z ważnych działań mających na celu promowanie aktywnego i satysfakcjonującego życia seniorów. Są organizowane na poziomach regionalnych, a następnie na poziomie całopanstwowym, w których uczestniczą zwycięskie drużyny z igrzysk regionalnych. W Igrzyskach Regionalnych biorą udział drużyny sportowe z poszczególnych regionów, ale także zagraniczne drużyny sportowe.

W przypadku Regionalnych Igrzysk Sportowych Kraju Łomunieckiego w meczach sportowych regularnie uczestniczą sportowcy z Polski i Słowacji.

Zajęcia i zawody sportowe są bardzo popularne wśród seniorów, pomagają prowadzić pełne życie do późnej starości, regularna aktywność fizyczna znacząco wpływa na zdrowie fizyczne, psychiczne i umysłowe. Znaczący wpływ ma samo spotkanie seniorów, mierzenie swoich sił w poszczególnych dyscyplinach z motywacją do zwycięstwa, zdobywanie nowych doświadczeń, nawiązywanie nowych przyjaźni, poznawanie zwyczajów i tradycji innych krajów.

Celem igrzysk sportowych jest aktywizacja seniorów, wspieranie zdrowia fizycznego i psychicznego, ale także rozwijanie kontaktów społecznych i spotkania z przyjaciółmi, jak podczas sportu, tak i w bogatym programie towarzyszącym o charakterze kulturalnym.



Regionalne Igrzyska Sportowe w Ołomuńcu należą do regularnych i popularnych imprez, realizowanych pod kierownictwem ekspertów Regionalnej Rady Seniorów Kraju Łomunieckiego. W 2022 roku VII. edycja tych regionalnych rozgrywek odbyła się przy współpracy z podmiotem partnerskim „Serca Burszycowe”.

Krajské sportovní hry Olomouckého patří k pravidelným a oblíbeným akcím, realizované pod odbornou taktovkou Krajské rady seniorů Olomouckého kraje. V roce 2022 byl již VII. ročník těchto Krajských her uskutečněn ve spolupráci s partnerským subjektem „Serca Burszycowe”.

Ohlédnutí za VII. Krajskými sportovními hrami seniorů Olomouckého kraje

společná setkání, sport i poznání

Krajských sportovních her se zúčastnily české sportovní týmy z našeho regionu a polské sportovní týmy z řad seniorů. Společně účastníci her nejen sportovali, ale také navštívili a poznali krásy a zajímavosti v našem regionu v rámci doprovodného kulturního programu. Společně tak navštívili lázně Slatinice, zámek a zámecký park v Čechách pod Kosířem, minipivovar ve Velké Bystrici.



VII. Regionalne Igrzyska Sportowe Seniorów Kraju Ołomunieckiego

wspólne spotkania, sport i poznawanie

W regionalnych igrzyskach sportowych wzięły udział czeskie drużyny sportowe z naszego regionu oraz polskie seniorskie drużyny sportowe. Uczestnicy igrzysk wspólnie nie tylko uprawiali sport, ale także zwiedzali i poznawali piękno i atrakcje naszego regionu w towarzyszącym programie kulturalnym. Wspólnie zwiedzili uzdrowisko Slatinice, pałac i park pałacowy w Czechach pod Kosířem, mikrobrowar w miejscowości Velká Bystrice.



Své sportovní síly poprvé porovnali na večerním bowlingovém turnaji, kde sportovní týmy strategicky soupeřili v přesnosti hodu na kužely. Soutěžilo dvacetšest soutěžních družstev o Pohár Euroregionu Praděd. Soutěžní klání doprovázela zdravá soutěživost, ale také skvělá nálada, navazovala se nová přátelství, a o to nám především šlo.



Swoje sportowe zdolności porównali po raz pierwszy na wieczornym turnieju bowlingowym, gdzie drużyny sportowe rywalizowały strategicznie w celności rzucania kręgli. O Puchar Euroregionu Pradziad rywalizowało dwadzieścia sześć drużyn. Zawodom towarzyszyła zdrowa rywalizacja, ale i świetny humor, powstały nowe przyjaźnie, a o to przecież nam chodziło.



Zda mají sportovci řádně natrénováno se ukázalo na sportovní kolbišti v areálu TJ Lokomotiva Olomouc, kde se dne 18. 8. 2022 vlastní hry uskutečnily. Sportovcům přálo počasí, namísto předpokládaného deštivého počasí byla obloha zalitá sluncem přesně dle objednávky.



Sportovní týmy zdárně soutěžily a soupeřily v zajímavých disciplínách:

- Házení kroužků na kužel
- Běh s míčkem na tenisové raketě
- Bollobal
- Běh
- Střelba na florbalovou branku
- Šípky
- Srážení plechovek
- Košíková
- Petanque
- Hod pytlíkem na cíl

To, czy zawodnicy zostali odpowiednio przygotowaniu, pokazało się na boisku sportowym na terenie TJ Lokomotiva Olomouc, gdzie 18. sierpnia 2022 roku odbyły się igrzyska. Sportowcom sprzyjała pogoda, zamiast spodziewanego deszczu niebo było skąpane w słońcu dokładnie tak, jak zamówiono.

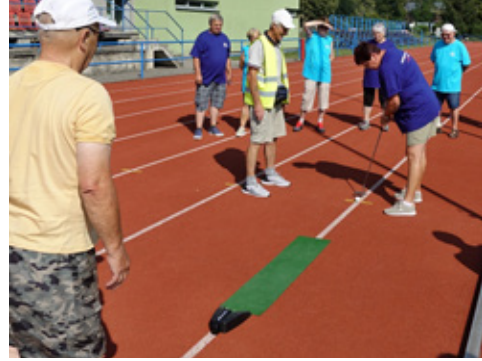
Drużyny sportowe z powodzeniem startowały i rywalizowały w ciekawych dyscyplinach:

- Rzucanie pierścieni na stożek
- Bieganie z piłką umieszczoną na rakięcie tenisowej
- Bollobal
- Bieg
- Strzelanie do bramki unihokeja
- Rzutki
- Rzut do celu – na puszki
- Koszykówka
- Petanque
- Rzut woreczkiem do celu

Sportovní disciplíny nejsou cíleny na výkon a rychlost, ale na vytrvalost, přesnost a štěstí. S ohledem na věk účastníků, kdy nejstarším bylo 91 let. a také velmi teplé letní počasí byla vypuštěna disciplína „běh“. Letošních her se zúčastnilo 53 pětičlenných sportovních družstev. Kdo nesoutěžil, vydatně podporoval a fandil svým favoritům. Slovo, nemůžu, pro tyto sportovce dříve narozené, neplatí. Ze všech koutů stadionu ozdoběného vlajky ČR a Polska byla cítit radost z pohybu a chuť vyhrát.

Dyscypliny sportowe nie są nastawione na siłę i szybkość, ale na wytrzymałość, precyzję i szczęście. Biorąc pod uwagę wiek uczestników, gdzie najstarszy miał 91 lat i bardzo ciepłą letnią pogodę, zrezygnowano z dyscypliny „bieg“. W tegorocznych rozgrywkach wzięły udział 53 pięciuosobowe drużyny sportowe. Ci, którzy nie startowali, kibicowali swoim faworytom. Słowo „nie mogę“, nie dotyczyło zawodników urodzonych wcześniej. Ze wszystkich zakątków stadionu udekorowanego flagami Czech i Polski można było wyczuć radość z ruchu i chęć zwycięstwa.



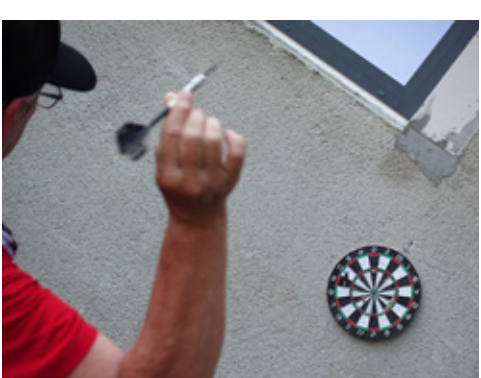




Na sportovišti po celou dobu her vládla výborná nálada, a to díky pozitivnímu naladění sportovců ale také fandících návštěvníků. Atmosféra byla doplněna vystoupením živé hudební skupiny, tanečními vystoupeními, „školou“ šermu, jízdou na koloběžkách. Polská delegace svým tanečním a pěveckým vystoupením nadchla a roztačila celý stadion i tribuny.



Przez cały czas trwania igrzysk na boisku panował wspaniały klimat, dzięki pozytywnemu nastrojowi sportowców, a także kibicującym gościom. Dopelnieniem atmosfery był występ zespołu muzycznego na żywo, występy taneczne, „szkola” szermierki oraz przejażdżki skuterem. Polska delegacja swoim występem tanecznym i wokalným zachwyciła i roztańczyła cały stadion oraz trybuny.





Oceněna poháry byla tři vítězná družstva a podle našich pravidel, všichni ostatní byli čtvrtí – všichni víme, že vítězem byl každý zúčastněný sportovec. Dále byla oceněna nejstarší sportující žena a oceněn byl také nejstarší sportující muž. Všichni sportovci si kromě skvělých zážitků odnesli také pamětní medaile a upomínkové předměty.



Trofea otrzymały trzy zwycięskie drużyny, a zgodnie z naszym regulaminem wszyscy inni zajęli czwarte miejsce, ale wszyscy wiemy, że każdy zaangażowany sportowiec był zwycięzcą. Ponadto nagrodzono najstarszą zawodniczkę oraz najstarszego zawodnika. Wszyscy zawodnicy oprócz wspaniałych wrażeń otrzymali pamiątkowe medale i upominki.



Závěrem

VII. Krajské sportovní hry seniorů, realizované ve spolupráci s polským partnerem Bursztynowe Serca Stowarzyszenie byly zdárně ukončeny, vítězové oceněni. Naším oceněním pak jsou pozitivní odezvy a ohlasy od „našich“ sportovců a dalších účastníků her. Se všemi se rádi uvidíme na dalším ročníku her, či na dalších společných zajímavých akcích.

Sedmého ročníku krajských sportovní her Olomouckého kraje se zúčastnilo více jak 400 seniorů, z toho 265 sportovců. Na stadionu panovala i přes úmorné teplo, fantastická nálada a chuť soutěžit. Barevné týmy utužovaly stará přátelství ale vznikala zároveň nová. Slavnostního zahájení se zúčastnili zastupitelé kraje, statutárního města Olomouc, Rady seniorů ČR, Opolského vojvodství a také zástupci dlouhodobě spolupracující Jednoty důchodců Slovensko - Prešovského kraje.

Děkujeme! Z každé akce s vámi se vždy vracíme nadšení. A velký respekt patří seniorům, kteří závodili v tomto počasí - mají náš obdiv.

*zástupci Nadace Vodafone,
Aplikace Záchranka*

Děkujeme, příští rok na viděnou.

sportovec Petr

Děkujeme za krásné tři dny strávené pod značkou „Seniori, seniorům“.

senioři z Jívové

Bylo to super ani horko jim nebralo na energii a statečně bojovali...

sportovkyně Zdeňka

Děkujeme, přátelé, z Opolského vojvodství za návštěvu, byly to opravdu krásné tři dny, na které budeme všichni vzpomínat.

české sportovní týmy

Chci Vám touto cestou poděkovat za skutečně nádherný pobyt při sportovních hrách Olomouckého kraje, Celý program byl velice zdařilý, líbil se nám a byli jsme velice, velice spokojeni.

senioři z Přerova

Děkujeme za neskutečné zážitky a možnost se tohoto projektu zúčastnit.

Dagmar a spol.



Závěrem

VII. Regionalne Igrzyska Sportowe Seniorów, realizowane we współpracy z polskim partnerem Stowarzyszeniem Bursztynowe Serca, zakończyły się sukcesem, zwycięzcy zostali nagrodzeni. Naszą nagrodą są pozytywne opinie „naszych“ sportowców i innych uczestników igrzysk. Chętnie zobaczymy się z wszystkimi na kolejnej edycji igrzysk lub na innych wspólnych ciekawych wydarzeniach. Ponad 400 seniorów, w tym 265 zawodników, wzięło udział w siódmej edycji Regionalnych Igrzysk Sportowych w Ołomuńcu. Mimo uciążliwego upału panował fantastyczny nastrój i chęć rywalizacji. Kolorowe drużyny umocniły stare przyjaźnie, a jednocześnie powstały nowe. W uroczystym otwarciu uczestniczyli przedstawiciele regionu, Miasta Ołomuniec, Rady Seniorów Republiki Czeskiej, Województwa Opolskiego, a także przedstawiciele długo współpracującego Związku Emerytów Słowacji - Kraju Preszowskiego.

Dziękujemy! Z każdej imprezy z Wami zawsze wracamy zachwyceni. I wielki szacunek dla seniorów, którzy startowali w takiej pogodzie - mają nasz podziw.

*przedstawiciele Fundacji
Vodafone, aplikacja Záchranka*

Dziękuję, do zobaczenia za rok

sportowiec Petr

Dziękujemy za wspaniałe trzy dni spędzone pod marką „Seniorzy dla seniorów“

*senioři
z miejscowości Jívové*

Było wspaniałe, nawet upał nie stłumił ich energii i dzielnie walczyli...

uczestniczka Zdeňka

Dziękuję Wam, przyjaciele, z Województwa Opolskiego za wizytę, to były naprawdę piękne trzy dni, które wszyscy zapamiętamy.

czeskie drużyny sportowe

Chciałabym podziękować za naprawdę wspaniały pobyt podczas Igrzysk sportowych Kraju Ołomunieckiego, cały program był bardzo udany, podobało nam się i byliśmy bardzo, bardzo zadowoleni.

senioři z Přerova

Dziękujemy za niesamowite przeżycia i możliwość udziału w tym projekcie

Dagmar i reszta



Projekt „Krajské sportovní hry seniorů 2022“, registrační číslo projektu CZ.11.4.120/0.0/0.0/16_009/0003180 byl realizován za finanční podpory z prostředků Evropské Unie, v rámci Fondu mikroprojektů Euroregionu Praděd.
Grafické zpracování: Machovský, s. r. o., www.machovsky.cz