MIKROREGION
URBANICKÁ
BRÁZDA

www.urbanicko.cz

ZPRAVODAJ 2026

VÁŽENÉ ČTENÁŘKY, VÁŽENÍ ČTENÁŘI,

Přinášíme Vám **zpravodaj projektu Komunitní sociální práce v DSO Mikroregion urbanická brázda**, ve kterém se ohlížíme za realizovanými aktivitami, společnými setkáními a přínosy projektu pro obyvatele našich obcí.

SOCIÁLNÍ PRÁCE

Ozvěte se nám, pokud potřebujete:

- podat žádost o dávky na úřadu práce
- pečovatelskou nebo ošetřovatelskou péči
- vhodné pobytové zařízení
- podporu kvalifikované sociální pracovnice

V letošním roce projekt končí....

Během jeho realizace se podařilo naplnit hlavní cíle projektu – přiblížit sociální práci obyvatelům přímo v obcích, podpořit osoby v obtížných životních situacích, posílit komunitní vazby a vytvořit prostor pro setkávání, sdílení a vzájemnou pomoc. Projekt ukázal, že dostupná sociální práce má v našem území velký význam a je potřebné hledat možnosti, jak na ni navázat i v dalších letech.

SETKÁNÍ SENIORŮ URBANICKÉ BRÁZDY V PRASKAČCE 2026

Dne 16. května 2026 se v Sokolovně v Praskačce uskutečnilo **Setkání seniorů**, kterého se zúčastnilo přibližně 200 seniorů z území Mikroregionu urbanická brázda. Účastníci byli informováni o aktivitách projektu, možnostech individuální podpory a o tom, na koho se mohou obrátit v případě potřeby pomoci. Akce měla nejen informační, ale také významný komunitní přínos. Osobní kontakt se seniory se opět ukázal jako velmi důležitý způsob, jak předávat informace těm, kteří nemusí pravidelně sledovat web nebo sociální sítě. **Setkání seniorů přineslo informace i společný čas.**

Krásnou atmosféru doplnila malá šikovná zpěvačka Andrea Kuntová a živá hudba Hájkovi ze Ždánic.

KOŘENY SMYSLŮ PODPOŘILY RODIČE S MALÝMI DĚTMI

V Syrovátce pokračovala **prožitková smyslová aktivita pro děti a rodiče** s názvem Kořeny smyslů. Setkání byla zaměřena na společný čas rodičů a dětí, vnímání přírody, práci s přirozenými materiály a objevování světa prostřednictvím všech smyslů. Děti si rozvíjely zrak, sluch, hmat, čich, chuť, jemnou i hrubou motoriku a fantazii. Rodičům aktivita nabídla možnost vystoupit z každodenní izolace, potkat se s dalšími rodiči a sdílet zkušenosti spojené s péčí o malé děti. Setkání zároveň vytvářela bezpečný a neformální prostor pro navazování kontaktů a posilování rodičovských kompetencí.

LESNÍ ZÁVOD V LIBČANECH

PODPORUJEME AKTIVITY RODIČŮ A DĚTÍ

Dne 8. května 2026 se v Libčanech uskutečnil oblíbený Lesní závod, který nabídl příjemné dopoledne plné pohybu, zábavy a společného setkávání v přírodě.
Akce byla určena dětem, rodinám i dalším obyvatelům, kteří si chtěli užít aktivní čas venku. Účastníci plnili připravené úkoly, prošli trasu v přírodním prostředí a mohli si vyzkoušet různé dovednosti hravou formou. Lesní závod tak propojil pohyb, poznávání přírody i radost ze společného zážitku.
Podobné akce mají v obcích velký význam. Přispívají k tomu, aby lidé trávili čas společně, poznávali své okolí a posilovali vztah k místu, kde žijí.

SKUPINOVÉ AKTIVITY

EXKURZE ROZŠIŘUJÍ OBZORY A PROPOJUJÍ OBYVATELE

Součástí projektu byly v prvním pololetí také dvě exkurze, kterých se dohromady zúčastnilo 107 osob. První se uskutečnila do ČSOB v Hradci Králové a byla zaměřena na témata finanční gramotnosti, bezpečného nakládání s financemi a orientace ve službách důležitých pro každodenní život. Druhá exkurze vedla do Prahy, kde účastníci navštívili Valdštejnský palác, Senát Parlamentu ČR a Průhonický park. Exkurze nabídly nejen nové informace, ale také společný zážitek, možnost setkávání a posílení vztahů mezi obyvateli různých obcí mikroregionu. Pro seniory a osoby ohrožené izolací měly významný aktivizační přínos.

VALDŠTEJNSKÝ PALÁC

je první monumentální stavbou raného baroka v Praze, postavená v letech 1624-1630 pro Albrechta z Valdštejna. Palác je známá svými architektonickými prvky a je sídlem Senátu Parlamentu České republiky. Součástí komplexu Valdštejnského paláce je Valdštejnská zahrada a jízdárna.

Návštěva účastníkům přiblížila nejen historii této významné památky, ale také fungování Senátu a význam veřejných institucí.

SWAPY

VĚCI DOSTÁVAJÍ DRUHÝ ŽIVOT, LIDÉ PROSTOR K SETKÁVÁNÍ

V Praskačce a Roudnici proběhly komunitní SWAPy, tedy sousedské výměny věcí. Lidé mohli přinést čisté a funkční oblečení, vybavení domácnosti, dětské potřeby, knihy nebo další předměty, které už sami nevyužijí, ale mohou ještě posloužit ostatním. Účastníci si zároveň mohli zdarma odnést věci, které potřebují. SWAP má nejen ekologický, ale také sociální rozměr. Pomáhá snižovat finanční zátěž domácností, podporuje vzájemnou pomoc a vytváří přirozený prostor pro setkávání napříč generacemi. Akce tak přispívá k sousedské soudržnosti, solidaritě a odpovědnějšímu přístupu k věcem.

JAK MŮŽE SWAP FUNGOVAT I V DALŠÍCH OBCÍCH?

SWAP se v našem mikroregionu ukázal jako jednoduchá, ale velmi účinná komunitní aktivita. Jeho přínos nespočívá pouze v tom, že věci dostanou druhý život. Důležité je také to, že se lidé potkají, povídají si, sdílejí zkušenosti a často si navzájem pomohou i jinak než jen výměnou oblečení nebo vybavení domácnosti.

SWAP může být novou inspirací i pro další obce. Není potřeba složitá organizace ani velké náklady. Stačí vhodný prostor, několik aktivních dobrovolníků, jasná pravidla a chuť vytvořit místo, kde mohou lidé přinést to, co už nevyužijí, a odnést si něco, co jim poslouží. Zbylé věci je možné následně předat charitě, sociálnímu šatníku nebo jiné pomáhající organizaci.

Pro obec může být SWAP praktickým nástrojem, jak podpořit sousedské vztahy, solidaritu a odpovědnější přístup ke spotřebě. Zároveň pomáhá rodinám, seniorům i jednotlivcům snížit výdaje za běžné věci a přirozeně propojuje různé generace. Dobře připravený SWAP tak není jen ekologickou aktivitou, ale také formou prevence sociální izolace a podpory komunitního života.

Velkou výhodou je, že každá obec si může SWAP přizpůsobit podle svých možností. Někde může jít o výměnu oblečení a hraček, jinde o knihy, potřeby do domácnosti, školní pomůcky, sazenice, dekorace nebo drobné vybavení pro děti. Důležité je začít jednoduše, zapojit místní obyvatele a postupně vytvořit tradici, na kterou se lidé budou těšit.

KOMUNITNÍ SOCIÁLNÍ PRÁCE V MIKROREGIONU URBANICKÁ BRÁZDA

Každá životní situace má své řešení. Nejste na to sami.

CZ.03.02.01/00/22_009/0002076

www.urbanicko.cz

www.facebook.com/urbanicko

Spolufinancováno Evropskou unií

Eva Vašáková, Jana Štěpánková, Ludmila Valešová, Valerie Kahudová a Michaela Virtová

email: socialni@urbanicko.cz, tel.: 774 079 192

CO BUDE DÁL PO SKONČENÍ PROJEKTU?

Projekt Komunitní sociální práce v DSO prokázal svou potřebnost. Pomohl vytvořit síť spolupráce mezi obcemi, školami, sociálními službami, odbornými organizacemi a místní komunitou. Ze strany Ministerstva práce a sociálních věcí však bylo potvrzeno, že projekt nebude v dalších letech pokračovat ve stávajícím způsobu financování. Proto nyní probíhají jednání se starosty členských obcí, Magistrátem města Hradec Králové, Mikroregionem Nechanicko a MAS Hradecký venkov. Cílem je hledat možnosti, jak v území zachovat alespoň základní dostupnost individuální sociální práce a navázat na aktivity, které se osvědčily.

VIRTUÁLNÍ UNIVERZITA TŘETÍHO VĚKU

VU3V nabízí řadu kurzů, v rámci kterých poskytuje seniorům možnost, aby se kvalifikovaně a na univerzitní úrovni mohli systematicky vzdělávat v oblasti vědy, historie, politiky a kultury. Studium má velký význam nejen pro rozvoj znalostí, ale také pro duševní pohodu, sebevědomí a prevenci sociální izolace. Senioři se při společných setkáních mohou potkávat s lidmi podobných zájmů, sdílet zkušenosti a aktivně trávit volný čas. **Střediska máme v Libčanech, Roudnici, Osicích, Lhotě pod Libčany, Praskačce a Syrovátce.**

Chcete také studovat? Chcete konzultační středisko ve vaší obci? Ozvěte se nám!