

Vážení,

dovolte mi, abych vás i já přivítal v místech, ke kterým má většina z nás nostalgický vztah. Nemohu sice říct, že jsem rád, že jsme se sešli v hojném počtu, vážím si ale toho, že jsme se vůbec sešli. Nevedeme si žádné přesné statistiky, ale jistě mi potvrdíte, že se nás schází každý rok méně. Máme samozřejmě pochopení pro ty, kterým brání v setkání s kamarády a spolupracovníky třeba nemoc, nebo nenadálé rodinné těžkosti. Je nám ale zároveň líto těch, kteří uvízli u sjíždění seriálů na kabelovce a setkání jim již nestojí za odložení županu a trepek.

Z reakcí víme, že klesá i návštěvnost našeho webu a FB profilu, přestože se snažíme zveřejňovat zde aktuální a zajímavé informace. Z nabídky zveřejněných akcí vybíráme takové, které nejsou zpoplatněny a jsou pro nás odborně zajímavé. Abychom udrželi a podnítli zájem o informace na našem webu a zachovali tak nějakou komunikaci, rozhodli jsme se nabídnout vám proplacení vložného na zpoplatněné akce v případě, že účastník napíše krátkou, několikařádkovou informaci o tom, co ho na akci zaujalo. Takový příspěvek pak samozřejmě zveřejníme na našem webu. Nikoho však nelze k ničemu nutit.

Z osobních zkušeností v rodině vím, že senioři věří spíše sousedům a známým, než rodině, která to s nimi myslí obvykle dobře. Občas se může stát, že se člověk chytí nesmyslu, který někde zaslechne a obtížně si to pak doma nechává vymluvit. A tak se i já pokusím jeden takový nesmysl vám nasadit do hlavy. Jsme již povětšinou ve věku, kdy kondice a zdraví není samozřejmost a je nutno se o ně aktivně starat. Nemyslím tím ale zbytečné obcházení doktorů a ruinování zdravotních pojišťoven. Myslím tím rozumný a zdravý pohyb třeba v bazénu nebo s trekovými hůlkami někde v lesoparku. Každý by si měl vybrat takový pohyb, jaký mu vyhovuje a v míře, která ho nedevastuje. Pro nás průměrně stavěné je to okolo 7 tisíc kroků denně. Kdo by se chtěl sám před sebou vymlouvat, že nemá dostatečnou motivaci, ať si nechá od mladých koupit chytré hodinky, kde je možno délku chůze sledovat a ještě sklídíte pochvalu od vnoučat jak jdete s dobou.

Heslem uplynulého roku bylo „Setkávejme se, pokud je ještě s kým“ a každý si v duchu vyhodnoťme, jak jsme do naplnili. Pro následující rok by pro nás bylo užitečné vzít si k srdci zvolání „Kdo se hýbe, nemá čas stárnout“.

Děkuji za pozornost