



KreBul
obecně prospěšná společnost

SeniorPoint PRESS

Občasník nejen pro seniary SeniorPoint



Číslo: 3/2026

registrace MK ČR číslo MK ČR E 23215

2. července 2026

DĚKUJEME, ŽE JSTE U TOHO S NÁMI

Milí čtenáři bulletinu Senior PointPressu, dovoluji mi tentokrát malou osobní výjimku. Za dobu, kdy společně připravujeme PRESS, jsem si nikdy nevzala prostor pro úvodní slovo. Vždy jsem měla za to, že první stránka patří především lidem, příběhům, informacím a aktivitám, které společně tvoří život našeho POINTU. Tentokrát jsem si však dovolila být na chvíli osobnější.

Letošní rok pro mě přinesl mimořádnou radost. V červnu 2026 v Chomutově jsem převzala cenu „Cenu Mosty 2025“, ocenění,



kterého si nesmírně vážím. Neberu ji jako odměnu pouze pro sebe. Vnímám ji jako poděkování všem lidem, se kterými mám možnost dlouhá léta spolupracovat. Patří kolegům, dobrovolníkům, partnerům, organizacím i všem, kteří věří, že informace, pomoc a lidská blízkost mají být dostupné každému bez rozdílu.

Právě myšlenka zpřístupňování informací seniorům, lidem se zdravotním postižením, pečujícím je jedním z důvodů, proč SeniorPoint Press vznikl a proč mě jeho příprava stále tolik těší. Vedle tištěné podoby připravujeme již několik let také jeho zvukovou verzi. S redaktorem Václavem Malinou připravujeme podklady pro načítání tak, aby se informace dostaly i k těm, kterým

OBSAH:

Děkujeme, že jste	1. – 2.
Taxík MAXÍK, doprava	3.
KreBul, o.p.s informuje	4.
Poohlédnutí / výstavy	5.
Rady možná pro Vás	6.
Silné přátelství	6. - 7.
Výstavy, akce	8.

FOTOOHLÉDNUTÍ

OTEVŘENÍ ZAHRADY



výtvarný workshop

SOUTĚŽ:



Prachatice, které chceme žít

KONFERENCE



Dobrovolnictví ve zralém věku

už zrak neslouží nebo kteří dávají přednost poslechu. Věřím, že právě možnost sdílet informace bez bariér je jedním z malých mostů mezi lidmi.



A možná právě proto pro mě má letošní ocenění tak silnou symboliku.

SeniorPoint Press ale nikdy nebyl dílem jednoho člověka. Je výsledkem práce mnoha lidí. Velké poděkování patří Zdeňku Krejsovi, řediteli KreBul, o.p.s. který dal společně našemu bulletinu jeho podobu. Před lety mě naučil, jak sestavovat jednotlivé stránky, upravovat texty, vkládat fotografie i připravovat celé vydání. Díky jeho trpělivosti a podpoře dnes vzniká každé číslo s radostí a podle osvědčených pravidel. Stejně srdečně děkuji všem autorům článků, fotografům, ilustrátorům, spolupracov-

níkům i dobrovolníkům. Každý přináší svůj pohled, svůj talent a svůj čas. Díky tomu může být náš bulletin pestrý, živý a snad i užitečný.

Přeji si, aby SeniorPoint Press i nadále přinášel nejen informace, ale také inspiraci, povzbuzení a chuť setkávat se.



Aby v něm každý našel něco, co ho potěší – zajímavý příběh, radu, fotografii, soutěž nebo pozvánku na některou z akcí. A možná také pocit, že na nic nemusí být člověk sám.

Budu se těšit na vaše další nápady, fotografie, články i příběhy, které společně proměníme v další čísla.



Cena Mosty není cílem mé cesty, ale novým začátkem.

Povzbuzením pokračovat dál, hledat nové nápady, propojovat lidi a stavět další pomyslné mosty mezi generacemi i mezi těmi, kteří pomoc nabízejí, a těmi, kteří ji právě potřebují.

Na závěr mi dovoluje ještě jednu osobní poznámku. Každé ocenění vyvolává různé reakce. Někoho potěší, někdo je přijme s radostí, jiný může mít odlišný názor. Pro mě je ale nejdůležitější vědomí, že za každým takovým oceněním stojí lidé, kteří věnovali svůj čas tomu, aby sepsali návrh, shromáždili potřebné podklady, fotografie, i argumenty. Dobře vím, kolik práce, to obnáší. O to více si vážím všech, kteří mě na Cenu Mosty navrhli. Patří vám moje upřímné a srdečné poděkování. Ocenění je i vaším oceněním a závazkem pokračovat společně dál. S úctou a poděkováním

Hanka RH+



TAXÍK MAXÍK



5.5. je Evropským dnem pro rovnoprávnost osob se zdravotním postižením, který zdůrazňuje právo osob se zdravotním postižením žít plnohodnotný a samostatný život. Hlavní myšlenky: • Nezávislost není izolace – znamená mít možnost volby (kde žít, s kým, jak). • Rovnoprávnost v praxi – přístup ke vzdělání, práci, veřejnému prostoru i službám. • Zapojení do společnosti – aktivní účast na komunitním a veřejném životě.



Také u nás dlouhodobě rozvíjíme aktivity, které podporují začleňování, vzájemné porozumění a dostupnost pomoci

pro ty, kteří ji potřebují. Významnou roli v této oblasti hraje město, poskytovatelé sociálně zdravotních služeb a péče, dobrovolníci, školy a další instituce a jednotlivci. Rovně příležitosti nejsou jen otázkou legislativy, ale především každodenního přístupu nás všech. I drobné projevy ohleduplnosti, ochoty pomoci nebo otevřenosti mohou zásadně ovlivnit kvalitu života lidí kolem nás.

TAXÍK MAXÍK NENÍ JEN OBYČEJNÁ DOPRAVA

Jak dále rozvíjet dopravu pro seniory a osoby se zdravotním postižením, sdílet zkušenosti z jednotlivých měst a hledat cesty ke zlepšování kvality života lidí, kteří potřebují podporu, bylo tématem setkání zástupců měst a provozovatelů služby Taxík Maxík na



pražském Výstavišti v Letňanech. Setkání se zúčastnili také zástupci města Prachatice a provozovatel služby, kterým je v současné době společnost KreBul. Doprava je jedním z klíčových předpokladů pro samostatný a aktivní život. U seniorů a lidí se zdravotním postižením často nerozhoduje pouze o cestě z místa na místo, ale také o možnosti navštěvovat lékaře, účastnit se společenských akcí, setkávat se s přáteli, vyřizovat běžné záležitosti nebo zůstat součástí života ve městě. Dostupná doprava tak významně ovlivňuje kvalitu života i možnost zůstat co nejdéle aktivní a nezávislý.

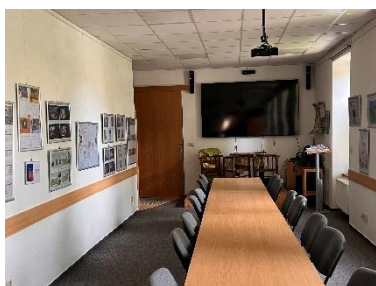
Informujte se, obdejte si jej na čísle: 736 647 337

Vyhodnocení soutěž z PRESSU č. 2/2026

Marie Bártová a Hana Kindlmanová správně odpověděly a získávají vstupenku na Maškarní bál 29.1.2027

KVALITNĚJI S KREBULEM

Díky výzvě MAS Šumavsko zrealizovala KreBul, o.p.s. další projekt, díky kterému se zkvalitňují naše prostory pro vás. V rámci projektu bylo pořízeno nové vybavení, např. velkoplošná TV pro prezentace, dovybavení relaxační místnosti, boxy na materiál a pomůcky, zdravotní židle pro pracovníky, nová technika pro natáčení videí, nová podlaha v jedné z místností...



To vše za finanční podpory Evropské unie, Strategického plánu SZP a MAS Šumavsko. Děkujeme!

MULTIKULTURA JIŽ PO 19

V říjnu letošního roku nás čeká již 19. ročník konference o multi-

kulturní výchově a celá řada zajímavých přednášek, aktivit, realizovaných v rámci projektu Vzpomínka pro lidskost. O všech akcích vás budeme blíže informovat.

PŘIPRAVTE S NÁMI VÝROČÍ KREBULU

Naše organizace oslaví v příštím roce již 20 let svého fungování. A tak... zavzpomínejte a buďte spolu s námi součástí oslav. Napište, nakreslete, vyfoťte nebo jinak ztvárněte vaši vzpomínku na jakoukoliv naši akci, kterou jste navštívili, či to, jak se vás KreBul „dotkl“, a buďte tak trvale součástí našeho příběhu.



např.: 2015 / budování mezigenerační zahrady

Zasílat můžete na adresu krebul@krebul.cz, případně zanést přímo do kanceláře, Zlatá stezka 145.

POMOHLI JSTE

Mezigenerační zahrada slouží nám všem. Zahrada ožívá díky společné energii. **Všem vám**, kteří jste se zapojili do její úpravy, **děkujeme** za • sběr šišek v lese a nařezání kůlků pro hmatový chodníček • zametení prostoru • shrabání listí a větví • umytí parapetů • očištění sloupků od mechu • posekání zahrady • přesypání a doplnění zeminy ke květinám • vysazení letniček •....



Zahrada tak znovu potvrdila, že není jen místem péče o rostliny, ale především prostorem, kde se lidé přirozeně setkávají, navazují vztahy, tráví spolu čas, na který se nezapomíná.



POOHLÉDNUTÍ ZA VÝSTAVAMI v SeniorPointu

Duben – Dřevěné kouzlo: výstava, která přilákala desítky návštěvníků, představila tvorbu seniora Josefa Bartzoka z Prachatic,



Na vernisáž dorazily desítky seniorů, přátel i zvědavců, kteří chtěli na vlastní oči vidět, jak vznikají dřevěné skvosty. Výstavu připravila organizace Senioři ČR, MO Prachatic v rámci cyklu Um seniorů. K vidění byly modely Bílého domu, kostela sv. Jakuba, amerického jeepu a další precizně zpracované výrobky. Každý z nich je ukázkou poctivé ruční práce, která vzniká často „na koleně“ v dílně autora.



Květen – výstava „Brusel očima Ivy Jeřábkové“ a povídání Zdeňky Hrůzové při vernisáži.



Výstava vznikla jako poděkování za možnost zúčastnit se cesty do Evropského parlamentu, kam byla Ivana Jeřábková společně se Zdeňkou Hrůzovou vyslána za město Prachatice díky Krajské radě seniorů Jihočeského kraje. Prachatice.



Ivu nejvíce vystihuje její pohled na svět i citlivá duše – plná obdivu ke květinám, architektuře, historii a drobným krásám všedních okamžiků. Ve fotografiích bylo vidět zákoutí bruselských ulic i okamžiky zachycené

během zastavení v kavárnách a při ochutnávkách belgických specialit. Během vernisáže vyprávěly obě ženy o samotné cestě, o místech, která je překvapila, i o tom, co v nich zanechalo nejsilnější dojem. Navštívily také muzeum v blízkosti EP a měly možnost poznat fungování evropských institucí.

Červen – Tvoříme Prachatice, které chceme žít“ - výstava



SeniorPointu byly předány ceny a diplomy účastníkům soutěže a zároveň



byla zahájena výstava prací, která ukázala, jak obyvatelé vnímají naše město a co pro ně Prachatice znamenají.

DOKUMENTY, KTERÉ MÍT „PŘI RUCE“

radu, tipy a informace pro seniory a
rodinné příslušníky.

vybíráme z brožurky
SeniorPointu.cz

1) **Občanský průkaz**
– základní
identifikační dokument
(i v mobilu)

2) **Karta pojištěnce
zdravotní pojišťovny**

3) **Kopie zdravotní
dokumentace** –
seznam aktuálních
lékařských diagnóz,
léků a alergií

4) **Dokumenty
o majetku a finanční
situaci** – vlastní
majetek, bankovní
účty, investice,
důchodové příjmy a
pojistné smlouvy

5) **Plány pohřbu
nebo poslední vůle** –
dokumenty, které
specifikují přání ohled-
ně pohřbu, rozdělení
majetku nebo záleži-
tostí souvisejících
s koncem života

6) **Plná moc**
a zastoupení pro
zastupování při
právních záležitos-
tech, včetně zdravot-
ních rozhodnutí

7) **Kontakty na blízké
osoby** – seznam
rodinných členů,
blízkých přátel a
důvěryhodných osob,

které by měly být
kontaktovány
v případě nouze nebo
důležitých rozhodnutí
8) **Důležitá telefonní
čísla** – včetně čísel
zdravotníků,
záchranné služby,
hasičů a policie.

9) **Pojištění a důležité
smlouvy** (nájemní,
pojištění domácnosti,
osob, energie...)

KRÁSNÉ CHVÍLE, PLNÉ POHODY



Krásné chvíle plné
pohody, květin a lidské
sounáležitosti prožili
senioři z Domova
seniorů Mistra
Křišťana při návštěvě
renesančního zámku
Kratochvíle nedaleko
Prachatic. Akce se
uskutečnila v rámci
projektu Cvičení šité
na míru a nesla se v
duchu radosti ze
společně stráveného
času i vzájemné

pomoci, pohybu. Na
výlet seniory
doprovázeli
dobrovolníci nejen z
MěÚ Prachatice, ale i
dobrovolníci společnosti
KreBul, členové
sociální komise. Tako-
vá setkání ukazují, jak
důležitou roli mají
dobrovolníci v životě
seniorů. Nejde jen o
pomoc při pohybu či
organizaci, ale
především o lidskou
blízkost, rozhovor,
sdílení zážitků a pocit,
že člověk není sám.
Tedy nejen vzhlednutí
interiéru zámku
s květinami,
procházka zahradou,
návštěva Sloní
cukrárny, ale i zpěv
sester Šimových
umocnil celou
atmosféru.

SILNÉ PARTNERSTVÍ

Prachatice, KreBul a
Chelčický domov sv.
Linharta: Některá
partnerství nevznikají
na základě
podepsaných smluv,
ale díky společným
hodnotám, vzájemné
důvěře a ochotě
pomáhat. Právě
takové je dlouholeté
propojení Senior
Pointu Prachatice,
společnosti KreBul, o.

p. s. a Chelčického domova sv. Linharta. Společně dokazujeme, že když se propojí lidé s otevřeným srdcem, vznikají projekty, které obohacují všechny zúčastněné. Jedním z příkladů byl letošní



Fialkový bál ve Stožicích. Večer plný radosti, tance, hudby a přátelských setkání opět ukázal, že lidé s hendikepem mohou být skvělými hostiteli i organizátory. Senior Point Prachatice a KreBul se do akce zapojily nejen finanční podporou, ale také prostřednictvím Zdeňky Krejsy, který se ujal moderování.



Nedílnou součástí bálu byla i dražba obrazů vytvořených klienty Chelčického domova sv. Linharta.

Každý zakoupený obraz představoval nejen podporu autorům, ale také ocenění jejich talentu a tvořivosti.

Dalším významným společným zážitkem byla **účast na festivalu Mental Power v Praze**, kde proběhla slavnostní premiéra filmu *Poutníci*, který



citlivě zachycuje život z Chelčického domova. Film zaujal odbornou porotu a získal tak „Cenu poroty“. Bombónkem byla druhý den plavba lodí, kde byl představen další projekt „ARCHA CHELČICE“, kde opět dobrovolníci pomohli.



Spolupráce ale není jen o slavnostních chvílích. Velkou hodnotu mají i obyčejné dny, kdy se

lidé spojí pro dobrou věc. Dobrovolníci a pracovníci z Městského úřadu Prachatice zapojení do firemního dobrovolnictví, dobrovolníci z KreBulu i další přátelé pomohli při brigádě v areálu připravovaného projektu **Archa Chelčice** v Chelčicích. Společně uklízeli, upravovali okolí a pomáhali připravovat prostor pro nový skleník, ve kterém se budou pěstovat bylinky, květiny i další rostliny. Právě podobné chvíle ukazují, že dobrovolnictví není jen o odpracovaných hodinách, ale především o společně stráveném čase, vzájemném poznávání o radosti z pomoci.

Přátelství však funguje oboustranně. Klienti Chelčického domova sv. Linharta jsou pravidelnými účastníky řady akcí pořádaných v Prachaticích. Aktivně se zapojují do kulturních, společenských i vzdělávacích programů Senior Pointu a dalších

organizací. Naposledy se úspěšně představili také ve výtvarné soutěži „Tvoříme Prachatice, které chceme žít“, kde svými originálními pracemi ukázali, že Prachatice nejsou jen městem, které navštěvují, ale místem, ke kterému mají skutečný vztah. Jejich pohled na město byl plný barev, optimismu a radosti ze života.

Partnerství Senior Pointu Prachatice, společnosti KreBul a Chelčického domova sv. Linharta je důkazem, že spolupráce mezi organizacemi může přinášet mnohem víc než jen společné akce. Přináší přátelství, nové příležitosti, vzájemnou podporu a pocit sounáležitosti. A právě tyto hodnoty jsou tím nejpevnějším základem pro komunitu, ve které se dobře žije všem – bez ohledu na věk, zdravotní stav nebo životní příběh.

VÝSTAVY

ČERVENEC

Barevné malování

Jany Fronové,
výstava obrazů členky
klubu Aktiv České
Budějovice

SRPEN

Život mezi filmem a divadlem -

Jiřina Kozlová,
sbírka programů
z divadel

ZÁŘÍ

Když obal vypráví a vůně vede

výstava ze sbírky
obalů/mýdel /
**Daniela Bžochová a
Hanka RH+**

Venkovní výstava
v Mezigenerační
zahradě – 2026

BLEŠÍ TRHY

15. 9. 2026 v čase od
9:00 do 16:00 hodin
můžete opět po
prázdninové pauze
vybírat a zakoupit ze
zboží, které máme v
nabídce a dát tak
věcem druhý život.
Těšíme se na vás –
Zlatá stezka 145,
vchod zahradou

AKCE

9.7. (čtvrtek) 2026 14 hodin

Vernisáž výstavy
Barevné malování
Jany Fronové

18.7.2026 v 18hodin
odjezd autobusu
z Malého náměstí
z PT na Kratochvíli –
TANČÍRNA – KABARET

**1. 8. (sobota) 2026
10 hodin** setkání
s maskérkou České
televize Jiřinou
Kozlovou u příležitosti
otevření výstavy Život
mezi filmem a
divadlem

3.9.2026 15 hodin
Když obal vypráví a
vůně vede –
workshop výroby
mýdel / výstava

NOVÁ SOUTĚŽ

Čím se má nejlépe
zapíjet léky? První dva
získávají „něco
z lékárny“

NAPIŠTE NÁM:

prachatice@seniorpointy.cz

Krásné léto a
připravme se na
příchod podzimu.

SeniorPoint PRESS vydala KreBul, o.p.s., Zlatá stezka 145, Prachatice, IČ 285 53268, červenec 2026
Odpovědní redaktoři: Hanka RH+ Rabenhauptová, Zdeněk Krejsa, senioři, dobrovolníci KreBul, o.p.s.
Zvuková podoba: Václav Malina a příznivci SeniorPointu (ke stažení na www.krebul.cz)