**PRAVIDLA SOUTĚŽE**

**„O NEJAKTIVNĚJŠÍHO SENIORA“**

**pod Záštitou starostky města Písek**

Zadání a termíny budou uveřejněny v tisku, dále na webových stránkách [www.mesto-pisek.cz](http://www.mesto-pisek.cz), [www.pspisek.cz](http://www.pspisek.cz), [www.centrumkultury.cz](http://www.centrumkultury.cz)

Informační letáky budou k dispozici ve všech jídelnách Městského střediska sociálních služeb (nábřeží 1.máje, Topělecká, Harantova, Čechova, Hradiště), na obou podatelnách Městského úřadu Písek, v Městské knihovně, v SeniorPointu, na recepci Sladovny

1. Soutěže se může zúčastnit každý senior města Písku, věková hranice 60+
2. Soutěžit se bude v 6 kategoriích, každý účastník si může vybrat mezi jednotlivými kategoriemi, nebo se zúčastnit všech kategorií. Určená porota bude přidělovat body od 1 bodu do 5 bodů. Vyhodnocení (nejvyšší počet získaných bodů) bude pro nejúspěšnější účastníky v jednotlivých kategoriích a pro účastníky, kteří se zúčastní všech kategorií bez ohledu na výsledek.
3. Soutěž bude probíhat ve dnech **2.5.2018 – 30.6.2018** , termíny jednotlivých kategorií jsou uvedeny a průběžně budou zveřejňovány.
4. Pro kategorii III.- sportovní výkon každý účastník podepíše Prohlášení, že zná svůj zdravotní stav a že je si vědom skutečnosti, že tato akce není krytá speciálním pojištěním v rámci pořádající organizace. Pro tuto akci není zajištěna stálá zdravotní služba.
5. Po skončení soutěže bude provedeno celkové závěrečné vyhodnocení - sečtení bodů, kterých účastník dosáhl v jednotlivých kategoriích a dále vyhodnocení účastníků, kteří se zúčastnili soutěže ve všech kategoriích, bez ohledu na výsledek.
6. Oficiální slavnostní vyhodnocení bude provedeno ve **středu 26.9. 2018 v 10 hod.** Starostka města přijme nejaktivnější seniory na slavnostním setkání na radnici, kde jim vysloví uznání a předá drobné ceny a certifikát nejaktivnějšího seniora města Písku.
7. **Literární soutěž na téma „Já senior“**

Krátký článek, vyprávění, básnička – zhodnocení toho, jak se mi žije v důchodu. Po odevzdání určená porota přidělí jednotlivým literárním výtvorům body od 1 bodu do 5 bodů)

Zadání dne **2.5.2018**

Odevzdání **do 15.6.2018** (MSSS)

Vyhodnocení dne **20.6.2018**

1. **Můj vlastní výrobek**

Výroba nějakého předmětu dle vlastní fantazie (obrázek, pletený či háčkovaný výrobek, drátkování, mýdlo nebo svíčka, keramika, výšivka, šperk, batikování……). Po odevzdání výrobků bude uspořádaná výstava, určená porota přidělí body od 1 bodu do 5 bodů)

Zadání dne **2.5.2018**

Odevzdání **do 15.6.2018** (MSSS)

Vyhodnocení dne **20.6.2018**

1. **Sportovní výkon**

Olympiáda v plnění sportovních úkolů – Lesní pěšinou podél řeky Otavy (stezka u Smetáka)- na měřený čas projít celou stezku s využitím všech cvičebních prvků). Určený pracovník bude měřit a zaznamenávat výkony.

Akce a vyhodnocení proběhne dne **24.5.2018 od 10 do 13 hod**, pak následuje opékání buřtů a společné odpoledne u ohniště s kytarou

1. **Fantazie v kuchyni**

Účastníkům soutěže bude pořadatelem zakoupeno několik druhů základní suroviny. Každý účastník doma udělá studenou kuchyni – pomazánku, těstovinový nebo zeleninový salát dle svojí fantazie. Následný den bude v jídelně pro seniory na nábřeží 1. máje provedeno vyhodnocení (bude připraven „studený bufet“ a proběhne degustace a určenou porotou přidělení bodů od 1 bodu do 5 bodů)

Zadání dne 2.5.2018, přihlášky do 28.5.2018, ve **středu 29.5.2018** si přihlášení účastníci vyzvednou suroviny

Vyhodnocení dne **30.5.2018** – degustace a studený bufet od 10.30hod v MSSS

1. **Mě paměť nezklame**

V rámci pravidelného středečního trénování paměti (sociálně-aktivizační služba) bude zadáno 5 různých písemných testů a kvízů. Určená pracovnice vyhodnotí, který účastník udělá v zadaném časovém limitu nejlepší výsledek, bodování od 1 bodu do 5 bodů

Akce a vyhodnocení proběhne dne **30.5.2018 od 8.30 do 10 hod** (poté studený bufet) v MSSS

1. **Můj Písek**

Fotografická soutěž o nejzajímavější fotografii, která se týká města Písku a života ve městě. Fotografie lze pořizovat mobilním telefonem nebo fotoaparátem, určená pracovnice může snímky prezentovat i na počítači, bodování od 1 bodu do 5 bodů

Zadání dne **2.5.2018**

Odevzdání dne **do** **15.6.2018** (MSSS)

Vyhodnocení dne **20.6.2018**