****



**AKCE JE PODPOROVÁNA MĚSTEM PÍSEK**

**PRAVIDLA SOUTĚŽE**

**„MEZI MOSTY“**

**pod Záštitou starostky města Písek**

Zadání a termíny, kdy bude pro tuto soutěž vyhrazen plavecký stadion, 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. Každý účastník obdrží kartičku s logem soutěže, kterou si vyzvedne v SeniorPointu (boční vchod divadla). Touto kartičkou se prokáže v pokladně plaveckého stadionu, kde mu bude ve vyhrazený den a vyhrazený čas umožněn zdarma přístup do bazénu. Kartička pro vstup do plaveckého stadionu je číslovaná a je platná pouze v době pořádání soutěže.
3. Datum a čas vyhrazený pro konání soutěže je ve dnech: **úterý 4.9.2018 v 8-9hod, pátek 7.9. ve 12-13hod, úterý 11.9. v 8-9hod, pátek 14.9. ve 12-13hod, úterý 18.9. v 8-9hod, pátek 21.9. ve 12-13hod.**
4. Soutěžit mohou jednotlivci nebo družstva, každý ve své kategorii
5. Počítat se bude počet přeplavání vzdálenosti 300 m, což je délka mezi kamenným a novým mostem
6. Na plaveckém stadionu každý účastník obdrží monitorovací list, do kterého určená pracovnice zapíše jeho sportovní výkon (počet přeplavaných bazénů, tento počet se následně přepočítá na počet uplavaných vzdáleností mezi mosty)
7. 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, a je konaná v rámci běžného provozu plaveckého stadionu, dle Lázeňského řádu Plaveckého stadionu Písek. Pro tuto akci není zajištěna stálá zdravotní služba.
8. V poslední den soutěže každý účastník odevzdá určené pracovnici svoji monitorovací tabulku, určená pracovnice sečte sportovní výkon a provede závěrečný součet.
9. Vyhrává jednotlivec nebo družstvo, které přeplavalo nejvíce vzdáleností mezi mosty , bez ohledu na čas
10. Alternativa pro neplavce: ve **čtvrtek 6.9.2018 od 9 do 12 hod** proběhne soutěž pro účastníky, kteří se nechtějí nebo nemohou účastnit plavecké soutěže. V této části mohou soutěžit i účastníci plavecké soutěže. Počítat se bude počet odchozených vzdáleností mezi kamenným a novým mostem. Každý účastník obdrží monitorovací list, do kterého určená pracovnice zapíše jeho 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.
11. Závěrečné vyhodnocení bude ve **středu 3.10.2018 v 10 hod** na radnici, kde starostka města předá čestné uznání nejlepším účastníkům a třem nejlepším drobné ceny

****



**AKCE JE PODPOROVÁNA MĚSTEM PÍSEK**

**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**