Nestárni Blbě! to bude téma konference o chytrém stárnutí v Libereckém kraji



31. 08. 2026 17:45

Stárnutí není téma jen pro odborníky! Dokazuje to akce, kterou může navštívit každý už za měsíc v Liberci. Akce Nestárni Blbě!, která se koná ve čtvrtek 1. října 2026 v historickém Paláci Liebieg v Liberci, dokazuje, že aktivní a zdravé stárnutí se týká nás všech — a že se o něm dá mluvit zajímavě, lidsky a s nadějí. Zájemci si mohou přijít poslechnout odborníky a inspirativní řečníky z Česka i ze zahraničí. Mohou se také zapojit do diskusí a workshopů, načerpat nové informace, a třeba i trochu přehodnotit, co stárnutí vlastně znamená. Organizátorem je spolek Nestárni Blbě! a Liberecký kraj. Dalším spolupořadatelem je Palác Liebieg.

Jedinečná konference o chytrém stárnutí — úterý 1. října v libereckém Paláci Liebieg

O co vlastně jde?

Česká republika stárne. A my s ní. Jenže jak stárnout chytře, důstojně a aktivně — to se ve škole neučí. Akce Nestárni Blbě přináší do Liberce odborníky, inovátory i nadšence, kteří se tímto tématem zabývají naplno. Program organizátoři rozdělili do tří bloků, které na sebe navazují jako příběh: od pohledu na to, že v tom nejsme sami, přes technologie a inovace budoucnosti, až po konkrétní příklady z přítomnosti.

Akci zahájí krajská radní pro sociální věci Anna Václavíková Provazníková. Liberecký kraj tím chce zahájit novou tradici a věnovat se tématu a tím podpořit všechny, kterých se dotýká.

Ze zahraničí dorazí Maria Mannerholm ze Švédska, která představí, jak skandinávské země zvládají podporu aktivního stárnutí, a proč by se z toho Česko mohlo inspirovat. Konferenci doplní panelová diskuze a odpolední workshopy.

Co vás čeká?

Blok I — Nejsme v tom sami

Zahraniční zkušenosti: jak funguje podpora zdravého stárnutí ve Švédsku

Dají se zahraniční modely přenést do českých měst? Představení modelu ACQQ a business modelu RoSa

Prostor pro dotazy a živou diskuzi

Blok II — Míříme do budoucnosti

Zrcadlo péče — jak technologie mění svět seniorské péče

Virtuální realita v sociální aktivizaci (LIBERA z.s.)

Asistivní technologie pro každodenní život — Aleš Richter

Blok III — Žijeme v přítomnosti

Dobrovolnictví jako smysl — inspirativní příklady

Biografická péče: PhDr. Eva Procházková, Ph.D.

Tyrkysová organizace v praxi — Jana Kuglerová

Odpoledne: panelová diskuze + workshopy + ukázky sociálních a zdravotních služeb

„Stárnutí je přirozená součást života. Chceme ukázat, že se na něj lze připravit, že existují nástroje, komunity i technologie, které z něj dělají dobrodružství — a ne břemeno."

Anna Ježková, spoluorganizátorka akce, zakladatelka Rezidence a Centra Rosa

Praktické informace:

Kdy: čtvrtek 1. října 2026, 9:00–17:00

Kde: Palác Liebieg, Liberec

Vstup: volný — akce je otevřena odborníkům i veřejnosti, dopolední přednášky je potřeba si rezervovat.

Rezervace na odkaze:
https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScyW6UOj37cODziw10wcoKyoc61ia4nDZZ2M-wJBcW8Lu0AUQ/viewform

Pro koho: sociální pracovníci, zdravotníci, starostové a zastupitelé, senioři, rodinní pečovatelé, studenti, novináři — zkrátka kdokoliv, kdo nechce stárnout blbě.

HARMONOGRAM AKCE

9:00 - 9:30 - uvítání, organizační informace a vstup paní radní

1. blok NEJSME V TOM SAMI

9:30 - 9:40 Martin Žárský - Pečovatelský vejminek a CUBSY – nové možnosti péče a bydlení pro seniory

Představí inspirativní koncepty pečovatelského vejminku a projektu CUBSY, které přinášejí nové pohledy na péči, podporu a smysluplné bydlení ve stáří.

9:40 - 9:50 Maria Mannerholm - Inspirace ze švédska, překlad zajištěn

9:50 - 10:00 Anna Ježková - Business modely jako inspirace

Dají se zahraniční modely přenést do českých měst? Představení modelu ACQQ a business modelu RoSa

10:00 - 10:15 PROSTOR PRO DOTAZY

10:15 - 10:45 COFFEE BREAK

2. blok MÍŘÍME DO BUDOUCNOSTI

10:45 - 10:55 Jakub Žákavec - Beáta – když data pomáhají lépe vidět péči

Beáta je malé zařízení u lůžka, které přináší anonymní data o průběhu péče, pohybu klienta a prostředí pokoje. Ukážu na konkrétních zkušenostech z domovů, že data nemusí sloužit ke kontrole lidí, ale mohou otevřít úplně nový rozhovor o péči – pomoci ocenit práci týmu, hledat souvislosti a někdy odhalit věci, kterých bychom si jinak vůbec nevšimli. Data jsou jen zrcadlo.

Rozhodující je vždy člověk.

10:55 - 11:05 Zuzana Wildová - sociální aktivizace s Virtuální realitou Představení využití virtuální reality jako nástroje sociální aktivizace a rehabilitace, který podporuje aktivitu, motivaci a zapojení seniorů.

11:05 - 11:15 Aleš Richter za Fakultu zdravotnických studii a Vendula Macháčková za Krajskou nemocnici Liberec - Inteligentní asistivní technologie v běžném životě

Co nám přináší neúměrná, každodenní osobní monitorace životních funkcí komerční elektronikou?

A jaké technologie monitorace mohou být přínosné při využití digitálních a telemedicínských technologií u pacientů s některými diagnózami často se objevujícími v pokročilém věku? Dva příklady projektů využívajících digitální technologie v Krajské nemocnici Liberec - CE-VITA Interreg Central Europe a DORIAN GRAY Horizon Europe.

11:15 - 11:30 PROSTOR PRO DOTAZY

11:30 - 12:00 STUDENÝ OBĚD formou sendvičů aj

3. blok ŽIJEME V PŘÍTOMNOSTI

12:00 - 12:10 Lucie Nováková - Dobrovolnictví jako smysl - inspirativní příklady

Dobrovolnictví může být mnohem víc než jen pomoc druhým – může přinášet smysl, radost, nové vztahy a pocit, že jsme prospěšní.

12.10 - 12:20 Eva Procházková - biografická péče

Biografická péče staví na poznání životního příběhu člověka a ukazuje, jak může jeho využití v péči přispět k důstojnosti, porozumění a kvalitnějšímu životu ve stáří.

12:20 - 12:30 Jana Kuglerová - když vedení přestane všechno řídit

Tyrkysová organizace staví na důvěře, sdílené odpovědnosti a větší samostatnosti týmů, přičemž vedení se z kontrolora stává spíše průvodcem. V rozhovoru ukážeme, jak tato změna funguje v běžném provozu domova pro seniory, co přináší, s čím se potýkáme a co nás překvapilo.

12:30 - 12:45 PROSTOR PRO DOTAZY, zakončení a prostor pro networking

Odpolední program pro širokou veřejnost plný aktivit, informací, síťování a rozhovorů.

Panelová diskuze: Proč se nebát jít do důchodu?

Představení služeb působících v Libereckém kraji

Workshopy (virtuální realita, gerontooblek, aktivity od Krajské vědecké knihovny)

Volnočasové aktivity Paláce Liebieg které je nutné si rezervovat na místě - recepci.

☒ Keramická dílna - keramika

☒ Výtvarný ateliér - malování, tvoření

☒ Velký pohybový sál - Joga, Břišní tance, Zumba Gold

Malý pohybový sál: 14:00 - 17:00

☒ Šipky

Před palácem: 14:00 - 17:00

☒ Pétanque

Zadní zahrada:

☒ i-hřiště – Palác Liebieg

Tisková zpráva a kontakt pro média: Hana Tietze, Mobil: 602 349 483, Email: hana.tietze@email.cz