

# František Prášek

21.11.2012

projektant, pedagog, trenér a předseda Svazu důchodců

„Důležité je nebýt ve stáří sám,“ říká František Prášek, nově zapsaný do Knihy cti

Dobrovolník roku 2011, František Prášek, zasvětil život vedle svého povolání projektanta hlavně práci s dětmi, trenérské činnosti a později také práci se seniory v turistickém oddíle při Základní organizaci Svazu důchodců Praha 3. Aby se v důchodu nenudil, už šestý rok je jejím předsedou. Vedle toho je také místopředsedou Svazu důchodců ČR. Od 21. listopadu je zapsán do Knihy cti.

Není ale téměř dne, aby nebyl k zastížení v ústředí Svazu důchodců ČR nebo na některé z mnoha pracovních schůzek. „*Ty chodíš do práce? Ještě teď, když už jsi byl léta doma?*“ diví se prý mnozí a nevěří, že všechnu práci pro důchodce vykonává zadarmo. Při práci pro nejlepší pražskou základní organizaci jsou mu odměnou vedle radosti z práce a setkávání každoroční ocenění, která dostávají.

Rodák z jižních Čech František Prášek bydlí na Žižkově rovných padesát let. Po celý život jej provází pohyb, sport a práce s dětmi, se kterými jezdil po dlouhá léta na skautské a dětské tábory. Ještě dnes, ve věku 76 let, vyjíždí každý pátek spolu se skupinou seniorů na výlet mimo Prahu, při kterém všichni nachodí deset až patnáct kilometrů. „*Zájem je velký, i když to chvíli trvalo, než jsem je přesvědčil. Dnes už ho vedu dvanáctý rok,*“ říká. Je pro něj nemyslitelné, že by některý den zůstal jen tak doma, díval se na nekonečné seriály a nudil se. „*Chtěl jsem rozpohybovat hlavně seniory. Naším heslem je nebýt sám. Zarazí nás jen extrémní teploty, jinak jdeme za každého počasí,*“ doplňuje předseda, který má pro své turisty připraveno přes 70 tras na výlety.

A životní filozofie Františka Práška? Inspiraci našel už v mládí v Knize lesní moudrosti Ernesta Thompsona Setona. „*Protože jsem poznal trýzeň žízně, snažil jsem se vyhloubit studnu, aby i jiní z ní mohli pít.*“ Tímhle heslem se snažil řídit se celý život. „Do jaké míry se mi to povedlo, to musí posoudit jiní,“ uzavírá.