



HARMONIE TŘETÍHO VĚKU

79. vydání

JARO 2020



vydává
Městská správa sociálních služeb v Mostě – příspěvková organizace



OBSAH

Ředitelství

Za dveřmi domovů	3
Výhra v soutěži Adventní dekorace 2019	4
Osobnosti roku Ústeckého kraje	4

Domov pro seniory, Domov se zvláštním režimem, Domov pro osoby se zdravotním postižením, Denní stacionář pro seniory a handicapované občany, ul. Barvířská 495, 434 01 Most

Krásný zážitek při poslechu smyčcového kvarteta	5
Strom splněných přání, Vánoční trhy	5
Besídka – čertíci, Kladenská heligonka	6
Předsilvestrovská zábava	7
Krásné prožití Nového roku	8
Sportovní dopoledne	9
Vzpomínka na moravskou zimu	10
Bingo a kavárnička	11
Novoroční zábava, Nulté gurmánské odpoledne	12
Kuželky	13
Masopustní zábava – skvělá část odpoledne	14
První gurmánské odpoledne, Masopust na Moravě – vzpomínky	15
Kvízové odpoledne	16
Druhé gurmánské odpoledne, Naši milí	17

Domov pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 404, 434 01 Most

Denní stacionář pro mentálně postižené klienty, příp. kombinovaně handicapované občany s ukončenou školní docházkou

Oslavy MDŽ, Společenské hry	18
Znovuotevření denního stacionáře pro handicapované klienty	18
Nálety, Gastro	19

Domov pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166, 434 01 Most

Vánoční posezení se žáky 18. základní školy	19
Vánoční jízda	20

Penzion pro seniory, ul. Albrechtická 1074, 434 01 Most

Masopustní zábava	20
Dochované vstupenky do Národního divadla	21

Penzion pro seniory, ul. Komořanská 818, 434 01 Most

Kavárnička v Komořanské, Světový den manželství	22
Cvrkáná – stříbro pro Komořanskou, Oslava MDŽ	23

Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180, 434 01 Most

Mikulášská v roce 2019, Poslední v roce	24
Co se povedlo v roce 2019	25
A zvony znějí, světla hoří, ó Vánoce, ó Vánoce	26
Kavárnička trochu jinak	27
Kavárnička s Bárou	28
Jak šel čas	29

Domy s pečovatelskou službou v Mostě

Červený Hrádek, Česko zpívá koledy	31
První posezení	32

Denní dětský rehabilitační stacionář, Středisko denní péče o děti do tří let věku, ul. Františka Malíka 973, 434 01 Most

Ježíšek naděloval s předstihem	32
Bílé dny	33
Masopust slavily i děti	34

Společné

Seniorská bowlingová liga, Vánoční turnaj seniorů MSSS v Mostě – p. o. v bowlingu	35
Rozloučení se starým rokem, 9. ročník turnaje ve Cvrkáně	36
Výlet na taneční odpolední čaje do restaurace a kavárny U Mnicha v Mníšku	37
Výsledky bowlingového turnaje, Přeplovme svůj La Manche 2020	38
Jedeme v tom společně 2020 – Zahájení, Narozeninový čtvrtek	39
Jedeme v tom společně 2020 – Třpytivý čtvrtek	40
Omluva za zrušení plesu	40

Za dveřmi domovů

Jsou v životě báječné chvíle a jsou v něm také po čertech těžké zkoušky. Zkoušky, ve kterých se člověk osvědčí nejlépe, pokud ví, že na ně nezůstává sám. Mohlo by někoho napadnout, že za zavřenými dveřmi domovů člověk přeci sám zůstává, ale není to pravda.

Za dveřmi domovů žijí lidé, kteří nejvíce z nás všech vědí, jak důležité je v nesnadných chvílích držet pospolu. Dovedou pochopit, jak moc důležité je v době zkoušky ohněm věřit druhým, přijímat je

a tolerovat jejich občasná vrtochy. Za dveřmi domovů žijí ti, kteří jsou v hlavě i v srdci nejlépe vybaveni ke zvládnutí toho, co se právě ve světě celém děje.

Za celou MSSS v Mostě – p. o. velice děkujeme vám všem, kteří nám pomáháte s tím tuto situaci zvládnout. Děkujeme za trpělivost, za stovky pomocných rukou, za čas a především za sílu. Vážíme si každého povzbuzujícího komentáře, každé ušité roušky i každé drobnosti, která nám byla darována. Zkouška ohněm započala období, ve kterém se ukáže, že otevřené srdce je mnohem víc než všechny peníze světa. Započala období, kdy lidé začnou opět spolupracovat ne pro zásluhy, ale pro vlastní vnitřní dobrý pocit.

Přejeme Vám, ať se v následujících dnech potkáváte s lidmi, kteří jsou tímto dobrým pocitem naplněni.

Martina Kameníková
asistentka



Výhra v soutěži Adventní dekorace 2019

Velmi příjemnou zprávou je pro všechny oznámení o výhře v soutěži „Adventní dekorace 2019“, která byla vyhlášena v rámci projektu Senioři mezi námi. Mezi dvacet nejlepších prací byly vybrány výrobky pana Josefa Tótha, Ing. Miroslava Žitného a Vítězslava Techlovského.

Výhercům gratulujeme jak my za MSSS v Mostě – p. o., tak předáváme dále gratulaci předsedy poroty Ing. Luboše Zábojníka. Těšíme se z každé tvůrčí činnosti našich uživatelů a obyvatel penzionů a všem přejeme odhodlání, velkou fantazii a dobrý pocit ze všeho, co jim projde rukama.

*Martina Kameníková
asistentka*

Osobnosti roku Ústeckého kraje

Tým oceněných pracovníků MSSS v Mostě – p. o. se opět zaslouženě rozrostl, a to dne 19. 2. 2020, kdy v Zahradním domě v Teplicích převzaly ocenění „Osobnost roku 2019“ za výjimečné počiny dvě pracovnice organizace.

Jednou z nich je paní **Helena Houšková**, kulturně výchovná pracovnice, která získala ocenění v kategorii Kultura za mimořádný přínos v kulturním a společenském životě seniorů na Mostecku. Její elán a nadšení při realizaci nápadů pomáhá zejména k obohacení života lidem v domovech a penzionech.

Další oceněnou je paní **Eva Onuščáková**, pracovnice v sociálních službách, která toto ocenění získala v kategorii Veřejná správa za mimořádné pracovní nasazení a prováděné aktivity s dětmi v dětském rehabilitačním stacionáři.

Této významné události se zúčastnily náměstkyně města Ing. Markéta Stará a ředitelka organizace Ing. Jarmila Kotyzová. Pro obě oceněné to byla velká pocta, že v tak významný den měly kolem sebe nejen známé, ale i zástupce vedení města a organizace. Oběma pracovnicím gratulujeme, vážíme si jejich práce a těší nás, že stále mají elán rozdávat radost a pohodu všem potřebným. Jsou pro mnohé inspirací a důkazem tvrzení, že dělá-li člověk to, co má opravdu rád, dělá to dobře.



Ředitelství MSSS v Mostě – p. o.

Krásný zážitek při poslechu smyčcového kvarteta

Na pozvání kulturně-výchovné pracovnice, Heleny Houškové, jsme v Domově pro seniory, Barvířská 495 přivítali Smyčcové kvarteto Filharmonie Teplice. Krátkého přivítání se ujala paní Houšková a poté se již hudebníci chopili svých hudebních nástrojů. Zazněly skladby J. S. Bacha, A. Dvořáka a W. A. Mozarta. Před každou skladbou byli senioři seznámeni s krátkým obsahem a částečně i s životopisem autora.



Nevím, jestli na každého působí poslech této vážné hudby jako na mě, obzvláště teď, v adventním čase. Při poslechu J. S. Bacha se zaposlouchám tak, že přestávám vnímat okolí. Tak tomu bylo i na sále, při produkci této hudby. Bylo naprosté ticho, nikdo nerušil, nikdo se s nikým ne bavil. Všichni poslouchali se zaujetím. Na závěr jsme si poslechli známé vánoční koledy a společně jsme si zazpívali. Ne každý znal slova písně. Pro ty byly k dispozici na každém stole koledy s texty písní. Všem se vystoupení kapely líbilo, o čemž svědčí skandovaný potlesk s voláním „ještě jednu“, kterému bylo vyhověno.

Všechno má svůj začátek a konec, tak tomu bylo i dnes. Za velkého potlesku opouštěli hudebníci pódium a v nás zůstává přání, abychom se opět sešli s tímto kvartetem zde, u nás v Domově pro seniory Barvířská. Já jsem odcházela s pocitem, že jsem si předčasně rozbalila dárek, který měl zůstat zabalen pod jedličkou či smrkem, protože od Štědrého dne nás ještě dělí 2 adventní neděle. Úplným závěrem – opět velké Děkuji.

*Anděla Karlíková
uživatelka Domova pro seniory Barvířská 495, Most*



Strom splněných přání

Čas vánočních svátků se blíží. I do Domova pro seniory Barvířská 495. V pondělí 16. prosince 2019 dorazil Ježíšek od hodných lidí. Ježíšek naděloval přes nadační fond Lucie Šafránkové – With love. Uživatelé dostali dárky, které si moc přáli, a radost z balíčků byla vidět ve všech rozzářených očích. Jménem uživatelů děkujeme všem dárcům a iniciátorům této krásné akce. Přejeme všem krásné Vánoce naplněné pohodou, láskou, radostí a spokojeností. Do nového roku 2020 přejeme hodně zdraví a vzájemné pospolitosti.

*Vendula Miletínová, DiS.
Ergoterapeutka Domova pro seniory Barvířská 495*

Vánoční trhy

V domově pro seniory Barvířská 495 v Mostě proběhly ve dnech 16. 12. a 17. 12. 2019 vánoční trhy. K vidění byla vánoční dekorace a aranžmá, kterou vyráběli uživatelé domova.



Besídka - čertíci

Dne 18. 12. 2019 se v Domově pro seniory, Barvířská 495 sešlo 19 čertíků se svítícími rohy, aby svým vystoupením potěšili babičky a dědečky (pozn. ti tam byli jen čtyři). Po krátkém uvítání ergoterapeutky Vendulkou Miletínovou se nástupem 19 čertíků naplnilo pódium a vystoupení mohlo začít. Byli to žáci ze 14. ZŠ v Mostě. Senioři očekávali vážný vánoční program, ale bylo tomu právě naopak. Každý, kdo se zaposlouchal a vnímal slova, neubrnil se pocitům, že program bude vtipný, což se potvrdilo. Za každým vystoupením následoval přímo huronský potlesk a smích. Užívali si to samotní žáci a také nadšené publikum babiček a dědečků.

Na vystoupení se podílela hlavně výborná choreografie. Žáci sešli z pódia a prošli mezi seniory, tak si každý mohl prohlédnout zblízka čertíka, který ho zaujal. Děkujeme paní učitelce Pavle Madarové, která toto vystoupení připravila a hudebně doprovázela čertíky.

Závěrem děti sešly z pódia a všem přítomným předaly ručně malovaný obrázek anděla s textem „**Každý z nás je někomu andělem**“.



A my všichni, kteří jsme byli účastni tohoto vystoupení, paní učitelce, která tuto choreografii připravila, a neposledně ergoterapeutkám přejeme šťastné a veselé svátky vánoční a šťastný nový rok 2020. Dětem bohatého Ježíška a úspěchy ve škole celý další rok.

*Anděla Karlíková
uživatelka Domova pro seniory, Barvířská 495, Most*

Kladenská heligonka

Dne 18. prosince 2019 k nám, do Domova pro seniory Barvířská 495, zavítala Ježíškova vnučata. Ježíškova vnučata jsou projekt Českého rozhlasu. Propojuje lidi v domovech pro seniory a dalších státních i nestátních zařízeních s dárci, kteří se rozhodnou jim na vlastní náklady splnit přání nebo poskytnout věčný dar.

Náš dárek v podobě hudebního vystoupení Kladenské heligonky podpořila firma Aisan Industry Czech, s.r.o. Pozvání přijala paní Veronika Salačová a pan Václav Douša, zástupci firmy Aisan. Dále náměstkyně primátora Ing. Markéta Stará, která nám společně s přáním zdraví a hezkého prožití svátků předala dárkové koše. Poté se slova ujala paní Ing. Lenka Maňáková, ta poděkovala dárcům, předala dárek a všem přítomným popřála krásné svátky a hodně zdraví v novém roce. Dále se slova ujal Pan Václav Douša, že je mu ctí tento dárek, nám seniorům předat.

Hudebníci se chopili svých nástrojů, dvojice zpěvaček zaujala své místo a zábava mohla začít. Již při první písničce bylo evidentní, že bude hodně veselo. A také tomu tak bylo. Senioři, jakoby pookřáli. Tleskali, zpívali písně nám známé. Každou písničku hudebník okomentoval. Zmínil se o jejím skladateli apod. Senioři, ti si někteří zazpívali, jiní se věnovali vánočnímu pečivu, které bylo připraveno na každém stole, spolu s nápojovým lístkem.

Sestřičky jako obvykle obsluhovaly a já jsem si pomyslela, kolik asi toho naběhají? Kdyby měly krokoměr, samy by se divily. Veselí kulminovalo a já jsem se rozhlédla sálem a viděla jsem, že se něco změnilo. Zřejmě se vánoční doba zapsala i do srdcí lidí, kteří měli k úsměvu daleko. Také hudba má na tom svůj podíl. Ten, kdo dříve viděl vše černé, vidí najednou bílé. Snad kouzlo Vánoc a i hudba změnil charakter. Jestli jen v době nejhezčích svátků v roce, kdo ví!

Písňe zněly jedna za druhou, veselí kulminovalo. Ale vše jednou končí, končil tříhodinový hudební maratón a zazněla poslední píseň „Lísteček z památníku“. Děkuji hudebníkům, ergosestřičkám za zprostředkování tohoto zážitku, za pozvání této skvělé kapely. Děkuji všem, kteří se jakkoli podílí na všech akcích pro nás, seniory a přeji jim a celým rodinám, hodně zdraví, štěstí, lásku, klid, ať letošní vánoční svátky, jsou jako sny do pohádky.

Máme naše krásné zvyky,
nechceme ty z Ameriky.
Žádný krocan, ani púl,
kapr patří na náš stůl.
Na Vánoce plná bříška,
dárky chceme od Ježíška.
Santa Klause můžeme jen,
poslat nazpět s úsměvem.

Šupinku pro štěstí, schovej si do dlaní,
radost prý přináší, smutek prý zahání.
Pro dobrou pohodu rozkojte jablíčko,
přeji Vám zdraví a také štěstíčko,
aby vše, o čem se Vám snilo,
o letošních svátcích vánočních se naplnilo.



*Anděla Karlíková
uživatelka Domova pro seniory, Barvířská 495, Most*

Předsilvestrovská zábava



Dne 30. prosince 2019 se v Domově pro seniory Barvířská 495 konala předsilvestrovská zábava. Už jak samotný název říká, každý senior také od ní očekával dobrou zábavu. Uvítání seniorů s popřáním šťastného nového roku se ujala Mgr. Radka Tížková a hned poté se ozvala i hudba Melodie, zpěvačka vzala do rukou mikrofon a zábava byla tím zahájena.

Jako obvykle bylo na všech stolech připraveno pohoštění. Každý si mohl vybrat z nápojového lístku, co chtěl. Písně se střídaly jedna za druhou a veselí gradovalo. Po úvodních písních zatančila sestřička Zdena Janoušková tanec ve stylu dvacátých let – charleston. Sklidila velký potlesk a zábava mohla pokračovat dál.

Nebývá to pravidlem ani zvykem, k pódiu vstoupily paní Mgr. Radka Tížková, úsekové sestry paní Monika Prknová a Magda Hanušová. Slova, která paní Hanušová pronesla, mě osobně rozplakala. V tento tak veselý den vzala do rukou mikrofon a oznámila všem, že se s námi loučí – končí tu zaměstnanecký poměr. Děkovala všem za práci, kterou odváděli, a oči měla plné slz.



Ano, plakala. Ve mně vzbudila takové emoce, že jsem od tohoto okamžiku nevnímala zábavu, slyšela jsem hlas, který se chvěl, a bylo evidentní, že v tom loučení bylo něco víc, než její ústa vyslovila. Obešla každý stůl a se všemi se ještě osobně rozloučila. Já touto cestou chci paní Hanušové poděkovat, protože jsem nebyla schopna to v té chvíli říci. Teprve teď mohu říci své veliké DĚKUJI.

Poté jsem chtěla odejít, nevnímala jsem silvestrovskou zábavu, ale nakonec jsem zůstala a dobře jsem udělala. Bylo ohlášeno překvapení. Světla v sále pohasla a do sálu „vplula“ orientální tanečnice. Nebyla ani oblečená, ale ani nahá, jak je známá pohádka O chytré horáckyni. Sporý oblek doplňovala světelná křídla, kterými doprovázela své taneční vystoupení. Krásný tanec, krásná tanečnice způsobila rozruch. Dobře jsem si všimla očí těch několika přítomných mužů, jak přímo hltají divoký tanec plný emocí. Děkuji, bylo to nádherné. Škoda jen, že vše jednou končí, a tak i dnešní zábava. Připili jsme si společně sklenkou šampaňského a popřáli si navzájem všechno nejlepší do nového roku 2020. Děkuji ergosestřičkám a těšíme se na další akce.

*Anděla Karlíková
uživatelka Domova pro seniory, Barvířská 495, Most*

Krásné prožití Nového roku

Píše se rok 2020, první den a po sněhu ani památky. Jako kdyby ani nebylo zimní období. Není už tomu tak, jako bylo za mého mládí, kdy nastoupila ta pravá ladovská zima. Tehdy nebyly tzv. kozačky a sněhu bylo tolik, že se nabralo do boty, kdy kam jste pohlédli, stál sněhulák s plechovkou na hlavě a děti se cestou do školy koulovaly. Takovou zimu si představuji. Podívat se z okna a vidět všude tu bílou krásu, která objímala svět. A sníh tehdy držel. Vytáhly se sánky a nastaly ty pravé zimní radovánky. Tak tomu bylo každý rok. Opravdu svatý Martin přijel na bílém koni 11. listopadu. A když vykoukly první sněženky, to už klepalo jaro na dveře.



Mládí už je nenávratně pryč a také svět se změnil. Provdáním jsem vyměnila rodnou Moravu za Severní Čechy a s úmrtím manžela i Litvínov za Most, kde žiji v prostředí seniorů. 1. ledna 2020 jsem byla pozvána manželou panem Ing. Koňáříkem a paní Dr. Magdalenkou Koňáříkovou do Litvínova. 1. ledna je Slavnost Matky Boží, Panny Marie. První naše cesta vedla do kostela na mši svatou.

Nestačila jsem se divit, jak se Litvínov změnil za těch 7 roků, co bydlím v Mostě. Detailně si pamatuji obchod vedle obchodu, Valdštejnský zámek, který je v této době hojně navštěvován. Kdo by neznal Litvínov, především tím, že tu jsou výborní hokejisté, spojený se jménem Ivana Hlinky. Je tam spousta míst, která obohacují kroniku města.

Odpolední posezení v příjemném prostředí s příjemnými lidmi rychle ubíhalo a v podvečer jsme všichni zasedli do auta a jeli jsme do Astry. Dívala jsem se na vánočně vyzdobený Litvínov. Ozdoby, svítící všelijaké obrazy, hvězdy atd. zaplňovaly téměř i každý dům. Atmosféra Vánoc poznamenala celý Litvínov. Dojeli jsme na náměstí a mně se zatajil dech. Nikdy jsem Litvínov neviděla v takové něžné kráse. Každý strom byl ověnčen svítícími žárovkami a na konci byly postaveny jesličky. Mé oči už mi tak neslouží, chtěla jsem zajet blíže, ale od Hvězdy byl přísný zákaz vstupu k Jesličkám. Zákaz je ještě zdůrazněn vysokou pokutou a kamerami. Policie přísně stráží toto místo se svatou rodinou před vandaly. Viděla jsem Jesličky sice mlhavě, ale i tak to ve mně zanechalo hluboký dojem. Podívala jsem se na oblohu a poté jsem viděla i kostel. Nad ním hodiny, ve volném prostoru, viděno mýma očima. Věž, na které jsou, vidět nebyla.

Vše jsem si zapsala hluboko do svého srdce. Děkuji manželům Koňářkovým, že díky nim jsem mohla být účastna na mši svaté a strávit s nimi hodiny času. Teď sedím ve svém pokoji a dívám se k hradu Hněvín, kde byl snad včera ohňostroj, který jsem nevnímala tak, jako obtěžující rány. Přála bych si, aby lidé byli více lidmi, aby v sobě uchovali tu atmosféru Vánoc, aby den každého z nás byl poklidný, nikdy hektický, aby každý byl ke každému slušný, aby nebylo falše, ale dobré vůle, jak si přejeme o Vánocích. Zkrátka, aby všem vydržela atmosféra Vánoc.

*Anděla Karlíková
uživatelka Domova pro seniory Barvířská 495*

Sportovní dopoledne

Uživatelé Domova pro seniory Barvířská 495 v Mostě si užili dne 14. 1. 2020 sportovní dopoledne. Soutěžilo se v několika disciplínách na přesnost, koordinaci, ale hlavně na štěstí. Uživatelé si akci užili a těší se na další setkání. Děkuje všem za účast.



*Vendula Miletínová
Ergoterapie - aktivizace*

Vzpomínka na moravskou zimu

Je leden, měsíc, jak už sám název napovídá, je měsíc ledu a sněhu. Zamrzlá kdejaká plocha, kde je voda, a prohánějí se na ní děti na bruslích. Každý rok se čekalo na 11. listopadu, kdy o půlnoci přijel svatý Martin na bílém koni a rozházel první sníh. Ráno se naskytla očím krásná podívaná. Sníh pokryl vše, každou větvičku – pokryl prostě naprosto vše do pohádkové krásy. Mládež se mohla „vyřádit“ do sytosti. Ne každý měl sáňky. Sjížděla se stráž v krabici, nebo jen na kousku „papundecku“. Papír je papír, rozmočil se a už se sjelo po kalhotách. Výprask byl jistý a kalhoty dostaly záplatu. Ale s tím se počítalo, tak tomu bylo rok co rok.

Vzpomínám na zamrzlá okna, na nichž mráz vytvořil takovou krásu, kterou by snad lidská ruka vytvořit neuměla. A sníh, ten vydržel až do prvních květů sněženek. A v této době se v každé chalupě dralo peří, hlavně tam, kde byla děvčata, aby měly peřiny do výbavy. Babička oslovila pár sousedek a ty přišly na draní. Před sebou měla každá hromádku peří s brkem, z kterého stáhla čisté peří. Toto nenáviděl děda a vždy litoval, že Šalmanovice, vesnička na Šumavě, nejsou na jihu, protože tam se nedralo. Měl také „utrum“ od kouření. Fajfka nebyla k dispozici, o to se babi postarala, protože by prý bafáním lítalo peří po kuchyni. A když tedy nesměl kouřit, o to víc byl naštvaný na to draní. Zapřísahal se, že v baráku nebude jediná husa, a když, tak na pekáči. Babička mlčela, ale to nevěstilo nic dobrého.

Děda dostal úkol uvařit čaj a obsloužit dračky. Děda navrhoval slivovičku, ale významný pohled očí babičky, dal jasně najevo, co si myslí. Přesto jednu štamprličku povolila a to stačilo, aby se všem rozvázaly jazyky. Vyprávěly se strašidelné historky, také se dostalo na světlo to, co byla senzace, např. kdo čeká rodinu, kde se cokoli událo a mluvilo se o tom šeptem. Děda byl jak na trní, nerad poslouchal ty „babské plky“. Čekal na chvíli, kdy se zvednou od stolu a půjdou domů a on si skočí na pivo. Říkal na jedno. Jen se za nimi zavřely dveře, děda popadl kabát a už držel v ruce kliku. Babi viděla, že nemá nic na krku, tak popadla svoji šálu a dědovi ji chtěla dát na krk, aby se nenastydl. To bylo pro něj ponížení, chlap a růžovou šálu! Strhl ji a odhodil tak daleko, že padla na rozpálená kamna a hned začala hořet.

Babička lamentovala, děda popadl na kamnech nejbližší hrnec a obsah chtěl vylít na tu šálu, jenže rozpálená kamna měla i horký 5litrový hrnec, děda jej chytil, ale jak s ním šmíkl po kamnech, spadl na zem a obsah polévky s kusy kuřete se ocitl na zemi až ke stolu. Na to čekal Ferda, tj. mrňavý pes, který v mžiku skočil a snažil se ukořistit kus masa. Jak ale skočil, hned vyskočil na židli, odtud zase na jiný kus nábytku a tou mastnotou „umyl“ kuchyň. Packy ho pálily, ale maso nepustil. Babi svolávala hromy blesky, lamentovala, co to má za muže, že to Pán Bůh vidí, co s ním má za život. Děda udělal takový lítostivý kukuč, sedl si, věděl, že si hospodu může nechat zdát a zazpíval babičce, plahočící se s hadrem a kbelíkem po kuchyni, písničku „Až já budu rukovat“. Když babi na to nereagovala, začal jinou, a to „Až já půjdu do nebe“. To už babi nevydržela, zasmála se a řekla, že půjde do pekla. Děda pohotově odpověděl, že babičku by si nevzal ani sám Lucifer, protože by ho tam dirigovala a narušila čertí morálku. Pak řekl, že ví, jaký těžký život to s ním má a to babička komentovala, že s ním má svatou trpělivost, ale až jí jednou pořádně rozčílí, tak nedostane klíč a může spát se slepicemi.



Tak se škádlili tito dva staříci. Měli se ale moc rádi a bál se jeden o druhého. Děda furiant, babička rozšafná hospodyňka se zlatým srdcem, v němž měla místo pro všechny. Žili spolu 72 let a děda přežil babičku o pouhé 4 měsíce. Tato dvě srdce se spojila v jedno obrovské a bylo v něm tolik lásky pro každého. Už dávno spí svůj věčný sen. Takovou lásku k sobě měli i rodiče, jen tatka nebyl takový optimista, spíš maminku ve všem poslechl, a pokud já si dobře pamatuji, jeden bez druhého neudělal ani krok.

*Anděla Karlíková
uživatelka Domova pro seniory Barviřská 495*

Bingo a kavárnička

Den 17. 1. 2020 je zapsán v mém deníčku, jako den radosti a smíchu. Ten den se konaly v Domově pro seniory Barvířská 495 hned dvě akce. V dopoledních hodinách to bylo oblíbené Bingo. Všechna místa u stolů byla obsazena a čekalo se na zahájení. Tomu, kdo hru Bingo nezná, snad krátké vysvětlení. Každý má před sebou lístek s 15ti čísly a 15 malých knoflíků. Je to něco jako tombola. Losuje se a knoflíčky postupně zaplňují herní políčka. Když jsou obsazena všechna čísla, ozve se BINGO.

Když jsem přistoupila ke stolu, hned mi blesklo hlavou – s těmito knoflíčky nemám šanci. Byly černé, různé velké, některý byl větší a byly trochu problémy s umístěním. Na čísla jakoby „tančily“. Má předpověď se splnila do puntíku. Zleva, zprava se ozývalo volání jen já a pan Tóth jsme drželi jeden knoflíček a ne a ne ho umístit. Když bylo ohlášeno poslední číslo, jsme i my měli splněno. Byli jsme první, ale odzadu. Naopak Jiřinka Trnková byla vysmátá. Jak by ne, vždyť si vybrala zelené knoflíčky! Jak známo, zelená je naděje. Vždyť se zpívá „Zelená je tráva, Bingo – to je hra“. Budu se snažit příště ukořistit tyto zelené a potom uvidíme, kdo z koho. Hodina uběhla jako nic a byl čas, jít k obědu.

A ve 13 hodin už jsme zase byli ve velkém sále, kde se konala kavárnička. Přítomné přivítala Mgr. Radka Tížková. Sál se zcela naplnil a senioři a seniorky se těšili na palačinky, které pekly naše uživatelky společně s ergosestřičkami. Při reprodukované hudbě sestřičky obsluhovaly přítomné, podávala se káva, čaj, víno a zmíněné palačinky. Tyto si mohli všichni, kterým chutnaly, koupit domů. Protože na jídelníčku se palačinky neobjeví, byly všechny prodány. Sálelem zněla hudba z reproduktorů, a když došlo na píseň Švadlenky, vždy tam bylo zdůrazněno slovo HEJ!. Tato píseň vyprovokovala natolik, že se hrála podruhé, a po výzvě Vendulky, aby všichni zvolali současně HEJ, což vyvolalo veselí a nebylo na nikom vidět, že by se nudil. Pan Tóth, ten zase představil tanec, který opět vyprovokoval hurónský smích. Škoda, že se těchto akcí zúčastňuje minimum mužů. Je to asi tím, že si rádi po obědě schrupnou.

Na sále bylo veselo, jak má být. Proto by si pánové měli na odpolední spánek v den, kdy se koná jakákoliv akce, si aspoň nařídit budíček. A být veselý. Vždyť i u lékaře je psáno, že nejen ticho, ale i smích léčí. Nevymlouvejte se na věk, to byste u mého dědečka neuspěli. Říkal, věk, to je jen číslo, nic víc. Každá taková akce rozežene případné chmury a svět kolem mění barvy. Děda vždy říkal, že při muzice má být veselo, i kdyby na chleba nebylo.

Za éry mého dědy nebyly ústavy pro seniory, ani žádné velké sály. Toto vše splňovala hospoda s výčepem piva, kde se dal spláchnout smutek nebo se zapíjelo vše, co se dalo. Děda, když jej babička kárala, že se chová někdy jak chuligán, udělal smutný výraz a prohlásil, že jde ke zpovědi. Zpovědnici uznával jen v hospodě, říkal, že nemusí šeptat do ucha. Babi byla hodně nábožná a nerada to poslouchala. Hned ho kárala, aby se nerouhal. Děda jen pošilhával, kam babi dala klíč od bytu. Jednou se snažil utéct oknem a zašprajcoval se, protože jak babi prohlásila „skrz ten břišní mozol“, vtáhla ho sice za nadávání dědy, že ho odřela. Babi prosila Pána Boha, aby jí řekl, co komu udělala, že s ním šla k oltáři.

No a když tato rozprava trvala déle, děda viděl, že s hospodou je ámen, tak aspoň šel, jak říkal do hajan, prý je mu nějak „šoufl“. A babi s ustaraným výrazem rozestlala a starostlivě, i když podezřívavě ho chodila kontrolovat, jestli nemá horečku. Děda, ten se potutelně smál, to ale za zády babičky. Ještě si vzpomínám, že babička se snažila, aby se děda vypotil a aby tedy byla spokojená, převrátil si na hruď hrneček s čajem a svlékl košili, že chce suchou a babi byla spokojená. Kdyby děda byl v Astře, to by leckteré bábince vyvětral faldy. Takoví byli babička a děda. Kéž by se vrátily ty zlaté časy mého mládí. Nebyly stroje, lidé odváděli těžkou práci, děti vedli k poslušnosti a povinností. Možná po přečtení tohoto článku, se i v Astře najdou „pánové“, kteří si rádi skočí při muzice.

Děkuji všem a za vše.

*Anděla Karlíková
uživatelka Domova pro seniory Barvířská 495*

Novoroční zábava

Ve středu 29. 1. 2020 se v Domově pro seniory Barvířská konala tradiční Novoroční zábava. Úvodního slova se ujala paní Mgr. Radka Tížková s přáním příjemně prožitého odpoledne. Prožili jsme pohodové odpoledne při poslechu písní hudební kapely Melodie. Na stolečkách byly připravené papíry a tužky, na které jsme si mohli napsat písničky na přání.



*Ergoterapie – aktivizace
Domov pro seniory Barvířská 495, Most*

Nulté gurmánské odpoledne

Píše se datum 11. 2. 2020, je úterý a za okny řadí uragán Sabina. Do malého sálu Domova pro seniory Barvířská 495 vstupují senioři a seniorky, aby si jako obvykle ve své kavárničce vypili svoji kávičku a věnovali se svým „koníčkům“. Někteří kartám, jiní různým výtvarným uměním, další pletení košíků atd. Jak je již zjevné z nadpisu tohoto příspěvku, dnešní den bude nějak výjimečný. Už jen slovo „gurmánský“, něco napovídá. Vysvětlení k tomu výrazu podala ergosestřička Vendulka Miletínová. Kavárnička dnes nebude taková, jako byla, ale je zde významná změna, dnes bude zmrzlinová. Místo zákusku – zmrzlina. Do sálu vstoupila ergosestřička Hanička Bruchtilová s táckem, na němž byly položeny šálky s kávou, šlehačkou a zdobené čokoládou a jako zákusek zmrzlina. Lžička, vedle položená, toto dílo zničila, nicméně chuti neubrala. Proto tedy dnešní den název Zmrzlinová kavárnička.

Při této příležitosti mě napadá, v čí hlavičce vznikl ten nápad, aby si senioři navrhovali sami, co ke kávě? Myslím, že ani není třeba hádat, že Vendulko a Haničko? Tak tedy se lze dočkat gurmánského odpoledne s palačinkami, bramboráčky, atd.



Když bylo vše zkonsumováno, senioři se opět vrátili ke svým koníčkům. Bylo veselo, hudba provokovala seniory ke zpěvu. U stolů se opět hrály karty, pletly košíky a já jsem si pomyslela, proč má taková příjemná hodina jen 60 minut. Jednoznačná odpověď. Když je člověku krásně, když má kolem sebe dobré lidi, chtěl by hodinu natáhnout, v opačném případě je někdy pouhá minuta delší než hodina. Ale to je jen sentiment a ten sem rozhodně nepatří.



Vše má svůj začátek i konec, tak je tomu i dnes. Kdo si tento příspěvek přečte, dostane snad i chuť zajít a přesvědčit se. Místo se vždy najde. A není to jen kavárnička, jsou další akce pro nás seniory. Budete se těšit na každé ráno, kdy se probudíte do nového dne. Vám, sestřičky, přeji hodně dalších nápadů a sil. A nemůže, ani nesmí chybět to slovíčko, jak jinak, než DĚKUJEME.

*Anděla Karlíková
uživatelka Domova pro seniory Barvířská 495*

Kuželky

V úterý 11. února 2020 se na malém sále Domova pro seniory Barvířská 495 sešlo 30 uživatelů, aby si zahráli kuželky a strávili zde příjemné dopoledne. Kuželky padaly nelítostně k zemi, napětí narůstalo. Z prvního místa se radoval pan Jan Szturc s nejvyšším počtem shozených kuželek a odnesl si tak cenu za vítězství. Na konec byli všichni odměněni sladkou odměnou.



*Ergoterapie – aktivizace
Domov pro seniory,
Barvířská 495, Most*

Masopustní zábava – skvělá část odpoledne

Dne 20. 2. 2020 se konala v Domově pro seniory Barvířská 495 další zábava s kapelou Melodie. Uvítání přítomných s představením paní ředitelky Ing. Jarmily Kotyzové se zhostila Mgr. Radka Tížková. Poté si vzala slovo i paní ředitelka, která se přivítala se seniory a popřála dobrou zábavu. Sál se naplnil a ergosestřičky roznášely občerstvení. Před každého seniora a seniorku byl položen na talířku vdoleček. Vdolečky pekla naše uživatelka paní Jiřinka Trnková. Nutno podotknout - vynikající. Škoda, že byl jen jeden. Ke vdolečku se podávala zdarma káva. Pomoc při roznášení poskytly sociální pracovnice. Jelikož je zákaz prodeje alkoholu, vyřešili to někteří senioři tak, že si své oblíbené víno nebo pivo přinesli s sebou.

Hudba a známé písně doplnily atmosféru. Bylo veselo a navíc se v kostýmech myslivce (Vendulka), Červené Karkulky (Hanička) a babičky (Zdenka) objevily ergosestřičky, což vyvolalo obrovský potlesk. A jako vždy vymyslely, jak nás pobaví. Mimochodem to Vendulce jako myslivci moc slušelo. Při vstupu do sálu mnoho z nás napadlo, že vstoupil skutečně muž. Utvořily společně hada, k nim se připojili další, včetně paní ředitelky a 2x prošli celý sál. Poté následovalo další překvapení. Změna masek! Vstoupil tygr, panda a klokan. Veselí nebralo konce. Taneční parket naplnili opět tito zaměstnanci, ergoterapeutky. A přišla na řadu soutěž – Naplň hladovou klokaní kapsu, které se rovněž zúčastnily i paní ředitelka s paní vedoucí. Vše probíhalo ve skvělé náladě a z vítězství se mohl radovat pan Žitný s paní Wüstovou.

Když už se lidé rozcházel, stala se mně nemilá příhoda. Převrhla jsem skleničku s červeným vínem. Oblečení, šálka, dokonce i boty byly obarvené. Víno steklo i po nohou a co bylo evidentní, bylo ze mě cítit. Kdybych odjízďela autem, při náhodném zastavení policií by jistě odebrali cestujícímu krev. Tak to bylo cítit. Vše už je v pořádku, nezůstalo stopy po víně, ale tím nechci říci, nebojte se červeného vína, ale dávejte skleničku trochu dál od sebe. Tak začínal a končil den a těšíme se na další překvápka, která znamenitě připravují ergosestřičky.



*Anděla Karlíková
uživatelka Domova pro seniory Barvířská 495*

První gurmánské odpoledne

Obrátili jsme list v kalendáři a zaznamenali datum 24. února 2020. V Praze začíná tradiční Matějská pouť, u nás v Domově pro seniory se konalo první gurmánské „bramboráčkové“ odpoledne. Vůně česneku se vyšplhala až do nejvyššího 12. patra a všichni, kdo mají rádi tuto pochutinu, se již sešli v sálku Domova pro seniory Barvířská 495 a těšili se na bramboráčky. Uživatelé pomohli s loupáním česneku, strouháním brambor a ostatní ingredience dodávaly ergosestřičky Vendulka Miletínová a Hanička Bruchtilová. O zapití čajem s citronem se starala Zdenička Janoušková. Jen tak mimochodem, je zákaz prodeje piva a já tvrdím, že k bramboráčkům neodmyslitelně patří „pivčo“.



Pečení se ujaly Vendulka a Hanička a měly k tomu patříčné kuchařské oblečení a moc jim to slušelo. Lidé netrpělivě čekali, až jim na talířku „přistane“ krásně pečený bramboráček. Kuchařinky ani nestíhaly, ale každý upečený bramboráček byl ihned dán před uživatele.

Znám člověka, který říkal „já bramboráky nemusím“. Bohupustě lhal, děda. Měl je rád, jen nemohl ten den do hospůdky, proto také babička je pekla častěji, než by chtěl. Do hospůdky nešel, že by tam vyhnal „kunšafty“, ale další den o to víc „splachoval“ zbytky česneku. My děti, jsme měly, jak se zpívá v jedné písničce, „mastný krk i uši“. Babi, ta měla hned přirovnání, že ona má tabákový ozón celý život.



To byla jen malá vsuvka o mých prarodičích do krásného bramboráčkového odpoledne a my se těšíme na další, druhé gurmánské odpoledne. Ale chudinky sestřičky, co ty s tím vším mají práce. Já jen dodávám, ještě že Vás, Vy naše ergosestřičky, máme!

*Anděla Karlíková
uživatelka Domova pro seniory Barvířská 495*

Masopust na Moravě - vzpomínky

Je únor, masopust a venku je nevlídno, ani zima, ani jaro, jen silný vítr. Za mého mládí jsme v této době zapadali do sněhu až po kolena. Beru do ruky tužku a vzpomínám na své dětství, kdy jsem moc ráda jezdila k babičce a dědovi do malé šumavské vesničky Šalmanovice. Zde jsem ráda trávila dny, kdy jsem nebyla ve škole. A protože je doba masopustu, obracím své vzpomínky na zabíjačku.

Než k ní došlo, bylo třeba spoustu příprav. Nakrájet rohlíky, aby byly do jitrnic, připravit česnek, majoránku, různé koření, střívka k plnění jitrnic, hrnce, kotel s vřící vodou, háky, špejle, kroupy do polévky atd. Smejčilo se, zavíraly se slépky do kurníku a byl objednan řezník. V chlívků chrochtal nic netušící Tonda (prase). Tonda měl kamaráda psa, jmenoval se Ralf. Nejde mi do hlavy, jak se může spřátelit pes s prasetem, ale tito dva jsou důkazem, že lze. Ralf jakoby tušil, že jde Tondovi o život, zaujal místo u chlívků a odmítl odejít. Babička se snažila Tonda dostat z chlívků, ale ten ne a ne se hnout.

A babi si s tou horou masa neuměla poradit, ač jí děda z bezpečné dálky dával rady, se kterými ho poslala k čertu. Když se jí povedlo hodit Tondovi kolem krku smyčku, Ralf skočil a zakousl se do sukně a cár látky mu visel z tlamy. Děda se nahlas smál, že se nebude fotografovat, anžto na to nemá sváteční ohoz, a tím babičku

vynervoval tak, že málem Tondu pustila. Děda patřičně ucouvl, protože viděl, že „přestřelil“. Ralf byl malý ošklivý podvraťák, jak říkal děda, zkřížený s vlčákem a „vembloudem“. Ale hlídač výborný.

Jeho štěkot byl tak hnusný, že mi připadal horší než hasičská ochraptělá siréna. Babičce se ho podařilo přetáhnout koštětem, ten se lekl, porazil kbelík a vzbudil kočku Mícu, která zřejmě někde spala a teď, když cítila ve vzduchu něco k snědku, rozvážným krokem šla přes dvůr, ale zahlédl ji Ralf a pustil se s příšerným štěkotem za ní. Ta se nahrbila a vyskočila, ale dopadla na hranici pečlivě složených polínek a ty se rozkutálely po dvorku. Zatím řezník, oblečený v bílém, dlouhým nožem zabil Tondu a všichni, co měli ruce, makali. Tondovo tělo už bez vnitřností viselo na tom obrovském háku. Děda stále jen kontroloval pracující. I já jsem musela míchat krev. A kdo to viděl, ví, o čem mluvím. Že jsem říkala, že je mi špatně, nikoho nezajímalo, jen děda prohlásil, že mám dlouhé ruce, tak ať míchám a nemudruji.

Vařila se polévka, dělaly se jitrnice, jelita, tlačěnka, prejt. Babička nebyla lakomá, dostala jsem příkaz roznášet sousedům. Dávalo se do všech chalup a oni zas to opláceli. Vesnice byla jako jedna velká rodina. Ale také tam byli sedláci, kteří pro kousek meze prosoudili statek. Paličáci – nechtěl ustoupit ani ten ani ten. Nikdy ale nepamatuji, že by se někdy někdo rozvedl. Muži se scházeli v hospodě, ženy v kostele. Nebyly rádia, televize, mobily, internet, pračky, ale byla pospolitost lidí a pomáhali si mezi sebou. Nebyly oračky, ale valchy, od jara do podzimu se chodilo bosky. Šetřily se boty a co se týká ještě zabíjaček? Jen se vše poklidilo a děda šel do Českých Budějovic na dobytčí trh a přinesl selátko – a zas je připravili na zabíjačku. Ještě se maso v komíně udilo a už se připravovalo další. Já jsem také měla povinnosti. Pásla jsem husy, dávala slepičkám, zametala dvůr. Ráda vzpomínám na opékání brambor v popelu. To byla mňamka.



Mládí je dávno minulostí, děda s babičkou spí svůj věčný sen na malém hřbitůvku v šumavském ráji. Zlatí babička a děda, kteří nikdy nevyvizí z mé paměti, tak jako rodiče a dcerka Marcelka.

*Anděla Karlíková
uživatelka Domova pro seniory Barvířská 495*

Kvízové dopoledne



V úterý 3. března 2020 se konalo na velkém sále Domova pro seniory Barvířská 495 kvízové dopoledne. Soutěžit přišlo dvacet uživatelů. Při luštění křížovky, přesmyček a jiných záhudností jsme si užili plno zábavy. Na závěr se vyhodnotili nejlepší soutěžící, kteří si odnesli sladkou odměnu.

*Ergoterapie – aktivizace
Domov pro seniory Barvířská 495*

Druhé gurmánské odpoledne

Za okny ani zima ani jaro, u nás v Domově pro seniory Barvířská 495 se plní seniory malý sál. Jako obvykle, někteří si rozdají karty, jiní se věnují hře Člověče, nezlob se, zkrátka se přišli pobavit. Atmosféra jak má být! Tu doplňuje tichá hudba z reproduktoru. Všichni se však těší na lívanečky. Podle nich je pojmenováno dnešní odpoledne. Pečení těchto dobrůtek se ujaly ergosestřička Hana Bruchtilová a uživatelka našeho zařízení, paní Jiřinka Trnková.

Vendulka Miletínová s Haničkou roznášely občerstvení. Podávala se káva, čaj capuccino a zmíněné lívanečky. Účast – 35 seniorů. Proč se zmiňuji o počtu seniorů? Z důvodu nebezpečí nákazy koronavirem se, jak víme, nesmí konat žádné akce, kde by počet přítomných přesáhl 100 osob. Proto nám byl zakázán i ples, na nějž jsme se všichni celý rok těšili.

Odpoledne se vydařilo, lívanečky už nebyly vidět na talířcích, kdo ale chtěl, mohl si odnést ještě domů, jako repete, ze zbylých zásob. Takové bylo lívanečkové odpoledne a už se těšíme na další. To bude škvarkové, ke kterému si zazpíváme „Bramborové placky se škvarkama, tak jako je pekla moje máma“ atd. Obvyklé velké DĚKUJEME ergosestřičkám.

*Anděla Karlíková
uživatelka Domova pro seniory Barvířská 495*

Naši milí,

je 18. březen, nádherný slunečný den. Sedím v pokoji a vnímám teplotu slunečních paprsků přes okenní sklo a myslím na Vás. Jistě se bojíte, abychom to vše zvládli ve zdraví. Nebojte se, je tu o nás dobře postaráno a každý, kdo respektuje doporučení a nařízení, může si být jistý, že je to nutné pro něj samého. Nemůžeme vycházet sice z areálu ven, ale je možnost využít zahrady. Mně to umožněno není, nohy nechtějí poslouchat. Ale abych se držela tématu. Máme tu vše, co potřebujeme. My vydržíme! „Mluvím“ za všechny seniory v Domově pro seniory, Barvířská 495 v Mostě. Každý z nás si to uvědomuje, víme, čím teď náš stát prochází. Máme oči, které vidí a uši, které slyší. Z toho také jednoznačně vyplývá, že vám všem, kteří máte o nás strach, vzkazujeme: **Nebojte se!** Jsme v péči zodpovědných pracovníků zařízení. Koronavirus není neporazitelný, i jeho dny budou sečteny a vše se vrátí do starých kolejí. Stěžujeme si, jak čas rychle utíká, teď si přejeme, aby utíkal ještě rychleji, a vše bude, jako dříve. Teď říkáme „VYDŽAŤ“!

Můj děda, když byla válka, říkal: „Nejsme žádný mejdla“ a dodal k tomu: „Když já vydržím vedle sebe tu moji“ (a než stačil říci pravděpodobně bábu) tak už bylo v ruce babičky koště. To jen tak pro pobavení. Děkuji paní ředitelce, celému vedení, soc. a zdravotním pracovníkům, ergosestřičkám a ostatnímu personálu za péči v této době a my naopak slibujeme, že každé nařízení budeme brát zodpovědně a rodiny nás všech – **volám, nebojte se.**

*Anděla Karlíková
uživatelka Domova pro seniory
Barvířská 495 v Mostě*

Oslavy Mezinárodního dne žen v Domově pro seniory Jiřího Wolкера v Mostě



Na pátek 6. března 2020 jsme připravili pro naše seniorky a seniory oslavu Mezinárodního dne žen. U té příležitosti jsme měli domluvenou návštěvu dětí z Mateřské školy Bělehradská.

Ale vzhledem k situaci, která nastala, kdy byl nařízen zákaz návštěv, museli jsme vystoupení dětí zrušit. Ale přesto naše seniorky o kousek oslavy nepřišly. Jednak děti poslaly našim seniorkám dárečky - vlastnoručně zasazené kytičky doplněné o jarního ptáčka. Také dárek ve formě nádherného karafiátu od naší paní vedoucí hodně potěšil. Mnohé oko nezůstalo suché a seniorky byly za tyto dárečky moc vděčné. Rády jsme jim tu radost dopřály a jejich radost se přenesla i na nás.

*Helena Houšková a Věrka Hampejsová
Domov pro seniory J. Wolкера 404, Most*

Společenské hry

Společenská hra bingo a různé druhy kvízů patří k našim oblíbeným aktivitám na našem zařízení. Pravidelně se scházíme v naší tělocvičně při skupinovém cvičení, v ergodílně při tvoření a nyní i jízdě na rotopedech. Tentokrát jsme se sešli v ergodílně při společenských hrách. Dobrou náladu nám nezkazila ani napjatá situace kolem dění v naší zemi. Páteční dopoledne jsme si společně příjemně užili. Všichni se těšíme na další setkání zase při nějaké společenské hře.

*Věra Hampejsová, DiS
ergoterapeutka*

Znovuotevření denního stacionáře pro handicapované klienty

Všichni se těšili, až se zase sejdou a povyprávějí si, jaká byla dlouhá doba bez kolektivu. Den D nastal ve čtvrtek 2. ledna 2020. Po rekonstrukci byl opět v provozu pro všechny klienty denní stacionář. Zahájení provozu jsme začali společnou oslavou. V současné době nás čeká, kromě denních činností, například beseda v knihovně, návštěva muzea, bowling. Výhledově připravujeme také rekondiční pobyt.

*Monika Soukupová
Denní stacionář pro mentálně postižené klienty,
příp. kombinovaně handicapované občany s ukončenou školní docházkou
J. Wolкера 404, Most*

Nálety

S firmou Hasman jsme si postavili maličký dřevěný domeček pro ptáčky, který je upevněný na stromě jehličnanu. Rodiče nám pravidelně přispívají s krmením pro ptáčky. Slunečnice i ptačí zob jim velice chutná. Než obejdeme dům okolo, což je chvilíčka, tak v krmítku nezbyde ani jedno zrníčko. Koule s ptačím zrním, které jsou zavěšeny na větvích stromů, jsou vždy plně obsazeny. Ptáčkové se na nich houpají. My si sedneme a díváme se jak, ptáčci přilétají a odlétají. Někteří ptáčci jsou pestře zbarveni.

*Monika Soukupová
Denní stacionář pro mentálně postižené klienty,
příp. kombinovaně handicapované občany s ukončenou školní docházkou
J. Wolкера 404, Most*

Gastro

Každé úterý si rádi přivstaneme a se skupinkou jdeme na nákup. V klidu si rozmyslíme, a po schválení si dobrotu uvaříme či upečeme. Střídáme jednou za týden sladké a pak zase slané. Je to zajímavé, při práci si zpíváme, vyprávíme různé historky, posloucháme písničky a pak zvědavě nakukujeme do kastrůlku, vnímáme vůni každého uvařeného pokrmu. Stoly připravíme a servírujeme vždy čerstvě připravené pokrmy, které jsme si předem naplánovali. U nás je vaření a pečení jenom pro radost, vždy se nám to povede.

*Monika Soukupová
Denní stacionář pro mentálně postižené klienty,
příp. kombinovaně handicapované občany s ukončenou školní docházkou
J. Wolкера 404, Most*

Vánoční posezení se žáky 18. základní školy



Dne 17. 12. 2019 nás v Domově pro seniory A. Dvořáka opět tradičně jako každý měsíc navštívili žáci 9. ročníku z 18. ZŠ v Mostě s paní učitelkou Editou. Tentokrát se jednalo o Vánoční posezení, kdy se uvařil horký voňavý čaj a žáci donesli našim uživatelům pečivo či oplatky. Všichni společně poseděli a povídali si o Vánocích, jak je prožívali naši uživatelé a jak je prožívá dnešní mladá generace.

Jelikož to byla už několikátá návštěva, bylo citelné, že jsou rozhovory velmi uvolněné a příjemné, což jistě potěšilo jak naše obyvatele, tak žáky, kteří za námi dorazili. Jsme velmi rádi, že tato naše mezigenerační spolupráce bude nadále pokračovat i v dalším roce a každý měsíc budeme moct přivítat tuto velmi příjemnou třídu s nápady, které si pro nás připraví. Velmi si této spolupráce vážíme a za vše děkujeme.

*Taťána Sklenářová, DiS.
sociální pracovnice
Domov pro seniory A. Dvořáka 2166, Most*

Vánoční jízda

Dne 16. 12. 2019 se v Domově pro seniory A. Dvořáka konala pro 3 vybrané uživatele Vánoční jízda po městě. Nejprve jsme společně vyrazili na náměstí na vánoční trhy, kde všichni mohli nasát předvánoční náladu a prohlédnout si krásnou výzdobu města a stánky se zbožím, kde si mohli dát něco dobrého na zub, nebo ochutnat borůvkový svařák.

Poté jsme šli navštívit kluziště, které je vytvořené přímo vedle magistrátu města. Zde uživatelé zavzpomínali na to, jak chodili bruslit na rybník, když byli malí, jaké brusle vlastnili a kolik zábavy si v zimních měsících užili. Poté se konala projížďka městem, kde se všichni kochali výzdobou v jiných částech města, kam by se sami nedostali, a konec naší cesty byl na Hněvíně, kde byl večer opravdu nádherný výhled na celé osvětlené město.

Jsme rádi, že si to naši uživatelé užili a mohli jsme jim alespoň tímto způsobem přiblížit Vánoce v Mostě.



*Tatána Sklenářová, DiS.
sociální pracovnice
Domov pro seniory A. Dvořáka 2166, Most*

Masopustní zábava na



Při chystání MASOPUSTNÍ ZÁBAVY jsme se obávali, že se naši obyvatelé málo zúčastní, protože je v poslední době vůbec nic nebaví, ale byli jsme překvapeni. Dokonce po agitaci naší Věrušky Hampejsové se sešla spousta vtipných masek. Povedla se i licitace netypické škrabošky, tu vedla naše p. vedoucí Veronika Jakubcová a vyhrála nová p. ředitelka Jarmila Kotyzová.

Samozřejmě, že velkou zásluhu na dobré náladě měl náš muzikant p. Březina a zpívala pracovnice penzionu Monika. Výsledek byl, že se všichni báječně bavili a odcházeli domů velice spokojeni. Těšíme se, že i příště se nám dobře povede. Děkujeme všem zúčastněným.

*Anna Trojáková
Penzion pro seniory, Albrechtická 1074, Most*

Dochované vstupenky do Národního divadla

Zprostředkováváme Vám velmi zajímavý článek ohledně dochovaných vstupenek do Národního Divadla v Praze. Autorem textu je pan Pavel Vaňout, obyvatel penzionu v Albrechtické.

Kolem Národního divadla v Praze.

Trochu vzpomínání snad neuškodí. Již prof. Palacký se snažil kolem roku 1845 dát základ českému kulturnímu stánku podobnému divadlu. Revoluční rok 1848 vše poněkud zastínil. Ale přesto z rozsáhlé sbírky byl zakoupen pozemek v místech, kde stávala stará solnice. Sklad soli pro Prahu. Tady architekt Ignác Ullmann dal možnost vystavět a otevřít Divadlo Prozatímní a to v roce 1862. Byla to pak skupina kolem Tyrše, Nerudy, Háalka a dalších, kteří iniciovali položení základního kamene velkého kamenného divadla a 16.5.1868 vyzvali prof Josefa Zítka aby vyprojektoval definitivní stavbu divadla. Josef Mánes dodal skvělou výzdobu a po devíti letech bylo divadlo pod střechou. Mezitím probíhaly sbírky, diskuze a hádky tak typické pro českou povahu. Kdo má a může dát peníze, kdo ne. Nakonec dali všichni co mohli a i mocnář přidal nemalou částku, nakonec dát peníze na neskutečně honosnou stavbu pro tuto dobu patřilo k bontonu nejen v Praze ale v celém mocnářství.

Nakonec se v ještě nedostavěné budově konalo slavnostní otevření a to dne 11. června 1881, které slavnostně provedl Korunní princ Rudolf. Následovalo jedenáct představení a mezitím se stále budovalo, dostavovalo. V horkých dnech 12. srpna téhož roku jak známo divadlo ve střešní části vzplálo. Hasební možnosti minimální, voda se brala z Vltavy. Škody značné. Dlužno dodat, že pro stavbu byl po neshodách všech zainteresovaných stran nakonec navržen a schválen žák původního architekta Ullmanna profesor Josef Zítek. Ten odvedl neskutečně nadčasovou práci s trvalou hodnotou.

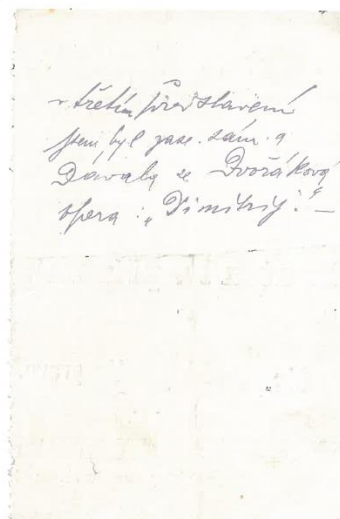
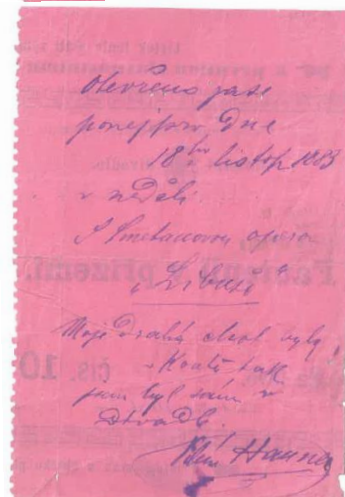
Po požáru nastal šok, obviňování všech všemi. Zase typicky české. Ale, veřejnost se vzpamatovala, mám za to, že tentokrátě většinou ta česká veřejnost. A za necelé dva měsíce se vybralo opravdu od všech co měli zájem opět pomoci asi milion zlatých (snad tedy kolem 150 milionů na dnešní přepočítání v korunách).

A tak došlo k novému otevření Národního divadla v Praze, tentokrátě snad ještě velkolepějším vzhledem k dramatickému průběhu stavby a okolnostem kolem ní. Divadlo bylo osvětleno elektrickými (!!!) světly, některé stroje napájeny el. proudem (!), což bylo v té době velmi unikátní. 18. listopadu už od rána proudily davy zájemců a pozdějších přímých účastníků. Má se za to, že bylo opery Libuše účastno asi 880 lidí, kteří navíc uhradili poměrně vysoké vstupné již dávno předem. Ke vstupence byl vydáván zvláštní v tehdy módní secesní úpravě provedený pamětní list. Vstupné činilo 10 Zlatých. Uvažme, že dneska by se jednalo o částku kolem 8 000,- Kč! Mistr na tuto částku pracoval půl měsíce a nádeník více jak měsíc. Abychom si mohli udělat představu o ceně stavby, celkový součet nákladů stavby činil 3 204 129,- Zlatých a roční plat státního úředníka v té době činil cca 300,- Zlatých.

Bedřich Smetana s rodinou se také účastnil a s ním celá elita národa. Má se za to, že do dnešní doby se dochovalo asi 3 až pět kusů vstupenek – památek na tento den. Po jedné je ve Vídni a Mnichově a jedna je v trezoru v Praze (Mostě). Poznámka na té první uvádí, že je rezervována pro pana Smetanu! Lze tedy s jistotou předpokládat, že tuto vstupenku Bedřich Smetana určitě držel v ruce! V téže rodině, respektive v majetku potomků velkého Mistra setrvala skoro 140 let! Veřejnosti nebyla vystavena více jak 80 let. Reprint originálu máte tady možnost vidět po letech i vy.

Pavel VAŇOUT, MOST

Pavel Vaňout



Kavárnička v Komořanské



Není nutno, není nutno, aby bylo stále veselo, ale v penzionu v Komořanské je nám milo. Hlavně při kavárničce, kde při bingu není o tu veselost nouze.

Kávička a zákusek nám zpříjemní ty ošklivé mlhavé dny, osvěží mysl a tentokrát při „Kloboukové“ byla přehlídka nejen veselá, ale i vynalézavá. Proto se nás schází stále víc a příjemné posezení a povídání skončí legrací, co se komu přihodilo apod. A tak příští kavárničce přejeme ještě více nápadů a legrace.

*Kavárníci z penzionu
Penzion pro seniory
Komořanská 818, Most*

Světový den manželství

Světový den manželství ještě nepatří mezi známé světové dny, ale i tak má už své důležité místo. Vznikl za účelem uctění ženy a muže jako hlav rodiny v roce 1983 v USA. V následujících letech se rozšířil i mimo Spojené státy. Nemá pevně stanovené datum, připadá vždy na druhou neděli v únoru a po ní následuje Národní týden manželství. Samotný den letos oslavíme 9. února, týden manželství proběhne ve valentýnském týdnu, tedy od 10. do 16. února, a jeho smyslem je pracovat na rozvoji a kvalitě instituce manželství v České republice. Je to příležitost pro různá občanská sdružení, sbory, spolky apod. pořádat akce pro upevnění manželství. Tyto prospěšné aktivity mohou manželům připomenout důležitost jejich svazku.

Aby bylo manželství dlouhodobě spokojené, vyžaduje od obou partnerů dodržovat běžné sociální dovednosti. Mezi ty nedůležitější pro manželství patří např.: nehádat se, nechat druhého hovořit, usmívat se, být trpělivý při řešení problému, zacházet opatrně s kritikou a příkazy, uznat svou chybu, pochválit druhého, zajímat se o jeho potřeby, neurážet se, nevést spor, jakoby šlo o život, šetřit osobnost partnera, přiznat jeho dobré úmysly, postavit do popředí to, co oba spojuje, nikoli to, co je rozděluje a mnoho dalších. Manželství je ekonomicky, sociálně, právně i nábožensky uznáváno jako základní společenská instituce pro výchovu dětí, a proto má stále nezastupitelné místo. Připomeňme si tedy i letos Světový den manželství jako jeden z důležitých dnů v roce.

*Bc. Iva Macudzinská
vedoucí Penzionu pro seniory, Pečovatelské služby,
Poradny pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy, ul. Komořanská, Most*

Cvrnkaná – stříbro pro Komořanskou

19. 2. 2020 pořádalo MSSS v Mostě již devátý ročník turnaje ve cvrnkané, Náš penzion získal stříbrnou medaili. Soutěžilo sedm družstev po třech hráčích a každý měl pět kuliček a pětkrát cvrnkal. Bylo to zase moc hezké dopoledne a těšíme se na další ročník, to bude již desátý.



*Vlasta Bundová
obyvatelka Penzionu pro seniory, Komořanská 818, Most*

Oslava MDŽ v Komořanské

V úterý 10. 3. k nám zavítaly děti z mateřské školy v Komořanské ul., aby s našimi ženami oslavily nedělní Mezinárodní den žen. Přišly s kyticí narcisů a tulipánů a hlavně s vystoupením plným tanečků a písniček. Jako vždy to všechny přítomné ženy velice potěšilo a za odměnu přinesly dětem nějaký ten sladký dárek. Ze spolupráce tamní MŠ s naším penzionem máme velikou radost.



*Bc. Iva Macudzinská
vedoucí Penzionu pro seniory, Pečovatelské služby,
Poradny pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy, ul. Komořanská, Most*

Mikulášská v roce 2019



6. prosince se v našem penzionu uskutečnila Mikulášská zábava, ve které k tanci a poslechu hrála kapela Duo Silver s kapelníkem Petrem Šimůnkem. Když Mikulášská, tak nesmí chybět Mikuláš s čertem. Ti se také dostavili a sklidili velký úspěch.

Aby také ne, když přišli s nadílkou a hezkým přáníčkem. Ty nezbedné chtěl čert vzít s sebou do říše pekelné, nevzal, byli jsme všichni hodní a ani básničku jsme nemuseli předříkávat.



Ale k této dvojici patří také anděl, kde je? Dorazil, a to v převleku za náměstkyni primátora paní Markétu Starou. Anděl Markétka nás mile překvapil nejen svou přítomností, ale i krásným dárkovým košem. Dobře jsme se bavili a díky čertovi v osobě Ládi Bauera a Mikulášovi, kterého každoročně předvádí paní Jana Svobodová, jsme se na malou chvíli vrátili do svých dětských let, jó, to bývaly časy. Ale byl to krásný večer a jen tak dál.



*Josef Neumann
obyvatel Penzionu pro seniory, Ke Koupališti 1180, Most*

Poslední v roce



Je to slavnostní schůze Klubu seniorů č. 8, která se konala dne 9. 12. 2019. Byla to slavnostní příležitost rozloučení s rokem a přiblížení si blížících se Vánoc. To se vedení Klubu skutečně povedlo. To již kladně zhodnotila ve svém příspěvku paní Houšková v minulém čísle Harmonie.

Já bych chtěl trochu více přiblížit atmosféru slavnostního posezení, která ji provázela, a tím i poděkovat panu Houškovi, paní Houškové a ostatním, kteří se celý rok starají o naše pravidelná měsíční setkání. Že se blíží období vánočních svátků nám připomnělo Mostecké kvarteto, které vystoupilo na začátku schůze. I když chyběli dva členové filharmonie, tak se nám jejich vystoupení moc líbilo a s chutí jsme si zazpívali Vánoční koledy, které mj. filharmonie zahrála.



Ani na čerta s Mikulášem se nezapomnělo a čertíka Ládíka a Mikuláše Janičku jsme přivítali mocným potleskem.

Čertík dělal „ramena“ a zaměřil se na paní Irenku Niečovou, kterou chtěl odnést do pekla. Zde však narazil, když ho hlas, asi Boží, upozornil na to, že na tu by nestačili ani všichni pekelníci, jak je ona dáma aktivní. Tak to raději vzdal.

Dál jsme se dobře bavili, jedli, pili, vyhrávali v tombole a nakonec vše skončilo k naší velké spokojenosti. A já všechny zdravím v objetí s čertem a Mikulášem!



*Josef Neumann
obyvatel Penzionu pro seniory, Ke Koupališti 1180, Most*

Co se povedlo v roce 2019

Úvodem několik čísel. Penzion pro seniory Ke Koupališti byl postaven v roce 1993 ve dvou budovách, a to budova A (má 6 poschodí) a budova B (má 5 poschodí) s 99 bytovými jednotkami. Tudiž slouží nám, obyvatelům, již 26 let. Za ta léta došlo k různým opotřebením, a proto v letošním roce došlo v rámci investičních akcí ze strany MSSS v Mostě – p. o. k několika investičním akcím či požadavkům, z nichž se zaměřím na ty, které se týkají našeho penzionu.

Co se povedlo:

1. Dochází k výměně kuchyňských linek a je předpoklad, že budou všechny do konce roku vyměněny. Zbývá jich vyměnit jen několik v budově B.



2. Rovněž velká investiční akce se týká výměny lina na chodbách 11. pater. Jak jsem se dočetl v Mosteckém deníku, je její cena vyšší než 1,25 milionu Kč. Ono to také není jednoduché. Zhruba popíši, co se vše s výměnou lina musí provést:

- strhnutí lina, odstranění prahů a hrubý úklid.
- příprava na stěrkování (zarovnání povrchu chodby hmotou na stěrkování), kde probíhá penetrace a vyplnění větších prasklin, úklid.
- stěrkování. Tento úkon předpokládá tuhnutí stěrkové hmoty cca 5. hodin a v této době se v příslušné chodbě nesmí nikdo pohybovat.
- položení lina, zabudování prahů a lišt. To se provádí z mého pohledu (v našem patře) asi po 10 dnech.



Co se má ještě udělat:

Odstranění koberce a jeho nahrazení linoleem ve společenské místnosti. Také to nebude žádná legrace, ale peníze na to jsou, tak věřme, že k výměně dojde. Již v loňském roce to bylo v plánu, ale nedopadlo to k naší spokojenosti.

Co se nepovedlo:

1. Provést zadělání otvorů nad 6. patrem v budově A. V těchto otvorech si udělali hnízda holubi, vyvádějí v nich své potomky, ruší svým stálým vrkáním a jsou přenašeči různých nemocí. Bylo nárokováno na jaře v minulém roce. Snad k zadělání otvorů dojde v roce 2020.



2. Odstranit suchý strom u příjezdové komunikace ve dvoře penzionu. Zde jsou zaparkovaná auta, jezdí sem sanitky, stěhováci, rovněž je zde pěšina, která vede pod stromem. Suché větve opadávají, ale k odstranění stromu stále nedochází. Proč? Údajně zodpovědní pracovníci za udržování zeleně (chci upozornit, že to nebyli žádní aktivisté, ti by si dali velký pozor, aby na takový strom lezli) zjistili zelenou halůzku, a tak dle nich je strom zelený a k jeho pokácení nedojde. Asi se čeká, již druhý rok, až spadlá větev někoho zraní, či poničí zaparkovaná auta.



Dnešní příspěvek zakončím refrénem známé písničky: „... kdo to ví, kdo ví, kdo ví, co se může stát, jen osud to ví a nám, zbývá jen se ptát, kdo to ví, kdo ví“. Končím a zase někdy příště se ozvu. Tak ahoj!

*Josef Neumann
obyvatel Penzionu pro seniory, Ke Koupališti 1180, Most*

A zvony znějí, světla hoří, ó Vánoce, ó Vánoce



Tímto veršem z básně Jaroslava Vrchlického „Vánoce“ se blížíme k nejkrásnějším svátkům roku, k Vánocům. Je to ten čas, kdy rodiče dětí nakupují poslední dárky, shánějí vánoční stromečky, odevšad je cítit vůně pečeného cukroví a znějí Vánoční koledy. Samozřejmě, že nakupování dárků není jen pro děti, ale těm hlavně patří náš Český Ježíšek.

To je krátce úvodem a dostávám se k tématu článku. Je tu 11. 12. 2019 a skupina části našeho zpěvného lidu se shromažďuje v předsáli penzionu, paní Bauerová rozdává texty k Vánočním koledám a za chvíli se začíná zpívat. Je to den, kdy „Česko zpívá koledy“, a to již od roku 2012. V našem penzionu zpíváme s Českem o rok

později, takže již po sedmé. Zpíváme bez hudebního doprovodu, jsou to známé koledy, melodie známe, naše sestřička paní Vacková nás společně s panem Bauerem fotí na památku a také pro článek Harmonie. Dozpívali jsme doporučené koledy, přidali jich ještě několik i dalších písní jen tak, pro naše potěšení a spokojeně jdeme domů. Jak krásné slovo, domov.



„Domů, domů, tak znějí srdce zvonů, jen dál zvoňte dál, vždyť jsou Vánoce. Sněží, sněží, a naše koně běží...“. Úryvkem z písně, kterou zpívá Waldemar Matuška, se dostávám k Vánocům našeho dětství. I když dnešní mládež tomu moc nevěří, tak mé vzpomínky jsou o sněhu, sněžení, oknech, které krásnými květy zdobil mráz, takové ty Ladovské Vánoce. Trochu toho sněhu, aspoň jako vzpomínka, napadlo v odpoledních hodinách 13. 12., škoda, že skutečně jen jako vzpomínka.

Dost vzpomínání a jdeme na vánoční trhy na 1. náměstí v Mostě. Voní zde svařák, kupujeme si trdelník, pod krásným vánočním stromem si potichu pobrukuji znějící koledy. Hlavní ulice je vánočně vyzdobena a snaží se konkurovat i naší výzdobě, kterou si uživatelé našeho penzionu zdobí své chodby. Kdo může, odjíždí ke své rodině, nikdo by o Vánocích neměl být sám.



Konečně přišel den, kdy světýlka vánočních stromků se rozsvěčují a jakoby hoří, zvonky oznamující příchod Ježíška zvoní, jsou to zvonky štěstí a radosti našich dětí i nás všech lidí, kteří mohou vítat Štědrý den a žít v míru a spokojenosti... jen dál, zvoňte dál, vždyť jsou Vánoce...

*Josef Neumann
obyvatel Penzionu pro seniory, Ke Koupališti 1180, Most*

Kavárnička trochu jinak

Je tu konec roku 2019, zítra je Silvestr a proč si tedy i na Kavárničce neudělat více legrace a zábavy. Organizátor Kavárniček, naše samospráva, přišla s nápadem obléknout fešandu Báru do maškarního, a tím i naše Kavárnička je maškarní. Sešlo se nás kolem čtyřiceti v sále, kde již proběhla výměna letitého koberce za krásné linoleum. Masek bylo asi polovina a byly to pěkné maškary!





Po zahájení a přípitku oslavencům narozeným v prosinci začíná představování masek. Nejprve se maškary, podotýkám, že i hezké, trochu ostýchají, ale přece si dodaly odvahy a je tu jejich „rej“. Ano, líbí se! Porota, kterou jsme všichni přítomní, dostává lístečky, kam se napíše jedna maškara, která by měla, podle každého z nás, být ta nejlepší. A je to tady. Paní Miluška Bauerová, coby hlavní pořadatel, sečetla hlasy a vyhláší vítězné masky.

Zlatá je paní Janička Šrámková, coby Cikánka, ta krásná, na stříbrné příčce je Jaro, které přišlo s paní Janičkou Šotolovou, mě připomíná Makovou panenku (chybí jí ale květ z vlčího máku) a konečně je vyhlášeno místo bronzové, kde statný Junák, kterého představuje paní Marienka Svobodová, je jistě idolem všech přítomných žen.



Předání medailí, poděkování maskám, potlesk a je tu další program. Zazpívali jsme si s Kapelou Lada, zahráli bingo a veselili se až do pozdního večera. Představte si, že tato Kavárnička byla ukončena po čtyřech hodinách! Jó, senioři se umí bavit. Ať nám veselí a radost ze života vydrží i v roce 2020!

*Josef Neumann
obyvatel Penzionu pro seniory, Ke Koupališti 1180, Most*

Kavárnička s Bárrou



Je tu rok 2020 a konec ledna a s ním přichází i námi oblíbená Kavárnička. A proč s Bárrou? Parádnice Bára je náš maskot a podle toho, jak se oblékne, tak bude vítat návštěvníky, pokud možno, v náznaku své parády. Dnes je to tedy Kavárnička kuchařská.

Po úvodním přípitku oslavencům narozeným v měsíci lednu dostáváme od paní Bauerové testík přímo kuchařský. Napište vám známá koření. No, to byl pro nás chlapi (spíše už dědečky), nadlidský úkol.

Při vyhodnocení však někdo, nepochytil jsem kdo, napsal 26 druhů koření. To je síla, co? Nakonec však na celé čáře vyhrálo koření života, úsměv. Ale ne takový, který přímo odsuzuje Michal Tučný v písni Ústa do podkovy: „Kdybych měl mít ústa do podkovy, zalezu do sklepa a nebo do podkroví...“. Tak pánové a dámy, když úsměv, tak ne do podkovy.



To byl takový můj krátký úvod k vlastnímu programu Kavárničky. Sešlo se nás čtyřicet a z toho skoro polovina v kuchařském. Po představení kuchtíček na kuchtíků došlo k jejich vyhodnocení a zde jsou vítězové.



První místo obsadila paní Margitka Nezbedová, na druhém místě pan Voitišek Strauss (správný reprezentant naší pánské menšiny v penzionu, v roce 2018 byl dokonce vítěz) a na třetím místě paní Jituška Ehmigová (pravidelná účastnice všech akcí). Vítězové obdrželi diplomy a zlatá paní Margitka navíc bábovku. Vítězové si nakonec vysloužili mohutný potlesk.

Následoval další pravidelný program, hezky jsme se pobavili a na příští Kavárničce Ahoj!

*Josef Neumann
obyvatel Penzionu pro seniory, Ke Koupališti 1180, Most*

Jak šel čas



Zima se nám blíží ke svému konci, ale v našem penzionu začíná Kavárnička. Je 25. 2. 2020 a jak nám ukazují Baruška a Miluška, tak v pruhovaném. Dnes bych se však zamyslel nad tím, kdo z našich penzionů přišel s nápadem, takto pojmenovat měsíční setkání nás seniorů s možností oslavit narozeniny, zazpívat si, procvičit svojí paměť, zahrát si různé hry, v našem případě velmi oblíbené BINGO.

Pamatuji si na Kaviareň Slávia, kterou před mnoha lety vysílala čsl. televize, kde moderoval a vystupoval zpěvák Peter Stašák (známý ze Šlágru TV). Ten si právě do svého pořadu zval známe zpěváky a zpěvačky, zván byl i Karel Gott.

Pořad byl značně oblíbený, tak mě napadlo, nebyl název převzatý? Ozve se autor?

Opouštím měsíc únor a budu se věnovat měsíci březnu. Máme také co slavit, blíží se 8. březen, a tak hurá na oslavu MDŽ. Ta se koná v předstihu 6. 3. a na ní nás vítá paní Miluška Bauerová, předsedkyně naší samosprávy.

Vítá mezi námi také ředitelku MSSS v Mostě paní Ing. Jarmilu Kotyzovou, naši vedoucí paní Mgr. Veroniku Jakubcovou a paní Helenu Houškovou (co vše dělá naše Helenka ani nevím, protože ta snad zvládne vše).



Uvedené dámy nás mile překvapily svojí přítomností, popřály přítomným ženám, ale pozdravily i nás, několik mužů, aby nám to nebylo líto. Přišlo také přání ženám od pana Ládi Bauera, člena samosprávy, poté předání sladkostí ženám a také mužům (těm však něco jiného než sladkostí). Podáno občerstvení, s tím pomohly i sestřičky, a začala zábava s hudební skupinou SILVER DUO. Oslava se vyvedla, tančilo se, zpívaly se lidové písně a co víc si přát.



Březen nekončí, s ním však přichází vyhlášení nouzového stavu, který vyhlásila vláda ČR. Kovid- 19 přichystal i povinné nošení roušek, či jiné zakrytí nosu a úst. Kde vzít roušky, každý nemá možnost si je ušít, či čekat, že je někdo přinese.



Na tuto situaci okamžitě reagovala obyvatelka našeho penzionu paní Irenka Niečová a během dvou dnů, kdy šila roušky od rána až do pozdní noci, ušila a předala jich na služebnu cca 50 kusů. Tím to neskončilo, šije dále, a to bez nároků na jakoukoliv odměnu. Na stanicích TV se uvádějí poděkování všem, kteří se podílejí nejen na šití roušek či jiné pomoci, my však máme svojí konkrétní osobu, které můžeme aspoň poděkovat.

Děkujeme Ti, paní Irenko, moc a moc.

Dnes, 24. 3., jsou k dostání na služebně roušky za 30 Kč. Přeji všem hodně síly, zdraví a věřím, že tato, pro nás těžká a výjimečná situace co nejdříve skončí a příště bude můj příspěvek do Harmonie mít veselejší závěr. Končím a těším se na další naše setkání a doufám, že mi někdo odpoví na můj dotaz ohledně názvu Kavárničky.

*Josef Neumann
obyvatel Penzionu pro seniory, Ke Koupališti 1180, Most*

Červený Hrádek

15. prosince 2019 se vydalo 45 seniorů na adventní návštěvu Červeného Hrádku. Prohlídka začala nejdříve občerstvením v místní vinárně při svařeném vínečku, čaji a dobré vánočce. Ve vinárně byla velmi příjemná atmosféra. Poté začala prohlídka ve velké společenské místnosti, kde nás přivítala zámecká paní kněžna. Tato místnost byla vánočně vyzdobená včetně stromečku. Paní kněžna hodinu a půl velmi poutavě vyprávěla o vánočních zvycích nejen u nás, ale i v jiných zemích. Také jsme si zazpívali s místním pěveckým sborem, ale někteří si i zatančili. Poté jsme šli za paní kněžnou do zámecké kaple, kde jsme si zazpívali koledy a odešli jsme na nádvoří, kde na nás čekala spousta čertů.

Při zpáteční cestě sice přšelo, ale to nás neodradilo, abychom jeli do Horního Jiřetína, kde nás v restauraci našeho pana řidiče čekal velmi chutný oběd, který se protáhl do večerních hodin. Také jsme si pochutnali na zabíjačkových hodech, kde jsme si i část výslužky odvezli domů. To byla krásná tečka z naší akce v letošním roce 2019.

*Komárová Růžena
Bytové domy ul. U Parku bl.566*

Česko zpívá koledy 2019



Dne 11. prosince 2019 se zapojilo 10 žen do akce Česko zpívá koledy. Nejdříve jsme věnovaly minutu ticha za oběti ostravské tragédie. Poté jsme u našeho vánočního stromečku zpívaly naše známé koledy jako: Nesem vám noviny, Narodil se Kristus Pán, Půjdem spolu do Betléma a Vánoce, Vánoce. Zpívání koled jsme si náramně užily, byla u nás nádherná atmosféra.

Při šampusu, vánočním cukroví a povídání o vánočních zvycích nám ten čas tak rychle utekl, že jsme se odebraly do svých domovů dobře naladěny.

*Komárová Růžena
Bytové domy ul. U Parku bl.566*

První posezení

9. ledna 2020 u nás proběhlo první posezení v novém roce 2020. Přišla mezi nás paní náměstkyně Ing. Markéta Stará. Jako každý rok tak i letos přinesla bohatě naplněný dárkový koš. Společně s paní náměstkyní jsem pogratulovala a předala kytičky paní Novotné, Jandové a Walterové k narozeninám, které slaví v tomto měsíci, v lednu.

Všechny jsem seznámila s plánem na I. pololetí roku 2020 a pak už nastalo jen příjemné povídání s paní náměstkyní, vzpomínali jsme, co se nám v loňském roce líbilo, ať to byla rekreace nebo jednodenní zájezdy či různé akce. Bylo nám všem dobře i občerstvení chutnalo, byl to krásný den. Už se těšíme na další společná setkání a děkujeme paní náměstkyni za návštěvu.

*Komárová Růžena
Bytové domy ul. U Parku bl.566*

Ježíšek naděloval s předstihem

Dnes se v herně dětského rehabilitačního stacionáře sešly všechny děti, aby si společně rozbalily dárky pod stromečkem. Dárky byly zakoupeny díky MSSS v Mostě – p. o., která nezapomíná ani na ty nejmenší a nejmladší uživatele služeb.

Prekvapení a radost dětí nebraly konce. Kluci vyzkoušeli všechna nová auta, holčičky se zase pomazlily s panenkami. Dětem se líbily i didaktické hry, stavebnice a magnetické tabulky, na které lze kreslit. Na závěr děti ochutnaly cukroví, které pro ně tety nachystaly. Čas s dětmi utíká velmi rychle a tak jsme se všichni rozešli v dobré náladě.



Přejeme všem krásné Vánoce a věříme, že v roce 2020 spolu prožijeme ještě mnoho krásných chvil.

*Jaroslava Puntová
vedoucí zařízení
Denní dětský rehabilitační stacionář
a Středisko denní péče o děti do tří let
Františka Malíka 973, Most*

Bílé dny



Když se řekne zima, jistě se většině z nás vybaví sníh a mráz. Naším největším přáním je, aby nám napadl sníh a my si pořádně užili koulování a bobování. Zatím si o pořádné zimě jen povídáme, vyrábíme krmítka pro ptáčky, kreslíme sněhuláky, rukavičky, čepice a koule.

Ve dnech 11. 2. a 17. 2. 2020 probíhaly v dětském rehabilitačním stacionáři a jesličkách v Malíkovce bílé dny, zaměřené na sníh a radovánky se sněhem. Všechny děti měly za úkol přijít v bílém oblečení, kdo chtěl, mohl si přinést i bílou hračku. Ohotně se zapojily i tety, a tak oba dny, byli všichni v bílém.

Když si hrají děti a tety je povzbuzují, je vždy veselo. Legrace, smích dětí a dobrá nálada vydržela celé dopoledne. A taky nám pořádně nasněžilo z papírových koulí, které děti s chutí vyrobily.



*Jaroslava Puntová
vedoucí zařízení
Denní dětský rehabilitační stacionář
a Středisko denní péče o děti do tří let
Františka Malíka 973, Most*

Masopust slavily i děti

Každý den máme důvod k dovádění. Tentokrát se děti z jesliček a dětského rehabilitačního stacionáře v Malíkovce chystaly na masopust. Přípravy na závěrečný rej masek trvaly dva dny. Nejdříve bylo potřeba upéct koláče, které si malí cukráři za pomoci tet ozdobily. Hlavně nepoplést čím je který koláč, a po upečení pak správně předat. Nechyběly ani papírové čelenky, které si děti skládaly a následně lepily s tetami tak, jak se jim líbilo.

V den D na děti čekala společná hra – „ Hod jitrnicí jakou svět neviděl“, přehlídka masek a hlavně tanec na známé písničky. V herně stacionáře bylo možné setkat se s vodníkem, indiánem, klaunem, ale také tu pobíhalo několik karkulek, kočiček, princezen a mnoho dalších. I tety si nenechaly ujít příležitost parádně se vyšňořit.



Na děti a jejich dovádění se přišla podívat i paní ředitelka Ing. Jarmila Kotyzová spolu s Ing. Lenkou Maňákovou, hlavní ekonomkou. Po vzájemném představení se do tance a hry zapojili i hosté. Pohyb při hudbě baví děti nejvíce a je to vidět, naučily se spoustu písniček i tanečků. Všechno ukončil čas oběda, a tak bylo nutné se rozloučit. Společné foto zakončilo dnešní masopustní dovádění. Odměnou nám byla radost a spokojenost dětí. Hlavně, že jsme všichni byli spolu.

Děkujeme za návštěvu milým hostům, věříme, že se v budoucnu potkáme ještě mnohokrát.

*Jaroslava Puntová
vedoucí zařízení
Denní dětský rehabilitační stacionář
a Středisko denní péče o děti do tří let
Františka Malíka 973, Most*

Seniorská bowlingová liga

V pátek 13. prosince 2019 se konalo v klubu seniorů vyhodnocení bowlingového ligy seniorů 2019. Celkem bojovalo 8 družstev skupiny A a 8 družstev skupiny B. Družstva byla složená ze seniorů města Mostu, kteří docházejí do klubu seniorů.

Náš klub číslo 8 získal za skupinu A stříbrnou medaili a za skupinu B bronzovou medaili. Jsme zkrátka dobří. To byla družstva a v jednotlivcích jsme také měli 2. a 3. místo v mužích a dvě místa u žen. Samozřejmě to byla naše Eliška Chocholoušková a Jana Svobodová.

Letošní sportovní klání jsme zakončili moc hezky jednak těmi sportovními výkony, jednak společnou zábavou při vyhodnocení bowlingové ligy seniorů 2019 v pátek 13. prosince v klubu seniorů. A už se zase těšíme na příští rok, kdy začneme nanovo.



Vlasta Bundová a Helena Houšková, kulturně výchovná pracovnice

Vánoční turnaj seniorů MSSS v Mostě - p. o. v bowlingu 2019

V pátek 13. prosince 2019 se konal ve Sportovce Most Vánoční turnaj seniorů MSSS v Mostě 2019. Tento turnaj je vlastně vyvrcholením celoročního hraní bowlingu, kde se senioři našich domovů a penzionů setkávají jedenkrát měsíčně a společně si zahrají bowling.

Jako vždy atmosféra byla plná emocí, sportovního zápolení, ale i kamarádského uznání výkonů. Sešlo se na 18 účastníků turnaje. Ceny do turnaje věnovalo vedení organizace: Děkujeme.



Všichni si užili krásné dopoledne plné sportu a kamarádství. Bowling je mezi našimi seniory velmi oblíbený a tento turnaj uzavřel letošní bowlingový rok.

Helena Houšková, kulturně výchovná pracovnice

Rozloučení se starým rokem



Moc hezké rozloučení se starým rokem a přivítání nového roku 2020 zažili naši senioři při setkání předposlední den roku 2019 v restauraci Pohoda v Mostě. Sešlo se nás 18 ze všech našich penzionů a společně jsme prožili pár posledních hodin předposledního dne roku 2019.

Něco dobrého k zakousnutí, něco dobrého na napití, výborná nálada a radost ze setkání přispěly k úspěchu celé akce. Na závěr setkání jsme si popřáli hodně hlavně zdraví a spokojenosti do nového roku a společným přípitkem akci zakončili. Budeme se společně těšit na vzájemné setkávání a aktivity v novém roce 2020.

Helena Houšková, kulturně výchovná pracovníce

9. ročník turnaje MSSS v Mostě – p. o. ve Cvrnkané



Ve středu 19. února 2020 pořádala Městská správa sociálních služeb v Mostě - příspěvková organizace pro své seniory již 9. ročník turnaje MSSS ve Cvrnkané. Senioři přišli přivítat a podpořit i naše nová paní ředitelka Ing. Jarmila Kotyzová, která svým úvodním slovem hru odstartovala. Turnaj se konal tradičně v tělocvičně Domova pro seniory Jiřího Wolkera v Mostě a zúčastnilo se ho 7 družstev po třech hráčích z každého zařízení MSSS v Mostě – p. o., to je 21 soutěžících. Všichni měli možnost si hru přijít předem vyzkoušet.

První tři vyhlášená družstva a jednotlivci obdrželi medaile, které byly vytvořeny v Domově pro seniory Jiřího Wolkera, dále pamětní list a dárek věnovaný do soutěže vedením organizace. Za ceny děkujeme. Cenou útěchy pro posledního závodníka byla medaile, diplom „Čulibrka“ a sladká odměna. Ceny předávala Mgr. Lenka Makovcová, DiS., vedoucí pořádajícího domova.

Závěrem akce proběhla i soutěž doprovodů za ztížených podmínek (kuličky nebyly kulaté). Tuto atraktivní soutěž vyhrála letos Helena Houšková, organizátorka soutěže, a to po poctivém boji s ostatními kolegyněmi. Atmosféra během



celého herního dopoledne byla vynikající, přátelská, ale i bojovná. Soutěžící se mezi sebou navzájem povzbuzovali a fandili si a zažili také mnoho legrace. A o tom to také je.

Závěrem bych chtěla poděkovat své kolegyni Věrce Hampejsové, DiS., která mi s organizací celé této akce pomáhala. Všem vítězům blahopřejeme, všem zúčastněným děkujeme za hru a všem dohromady přejeme, ať se daří a všichni ať si užívají každého hezkého dne, který prožijí.

*Helena Houšková, kulturně výchovná pracovníce
Věra Hampejsová, DiS., ergoterapeutka*

Výlet na taneční odpolední čaje do restaurace a kavárny U Mnicha v Mníšku

V pátek 21. února vyrazila 50tka seniorů Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace na pozvání do restaurace a kavárny U MNICHA v Mníšku u nás v Krušných horách. Nikdo nevěděl, co nás čeká, a všichni byli velice mile překvapeni. Každá skupinka našich seniorů byla osobně přivítána ještě před vstupem do restaurace a všichni dostali malý dáreček na uvítanou ve formě obrázku od paní Zmatlíkové. Po uvedení na místo byl podáván pozdní oběd dle přání seniorů a následovala hudební produkce kapely PDF.

Naši to na parketu i mimo něj pěkně roztočili. Svedli k tanci i jiné, pravděpodobně německé návštěvníky. Parket nebyl ani chvíli prázdný a do tance se zapojili skoro všichni senioři z našich domovů i penzionů.

Vše vyvrcholilo „Mašinkou“ a restaurace byla naše. Ten čas uletěl ani nevíme jak a už jsme museli jet kolem 20. hodiny domů. Kdyby už nebyl domluvený čas odjezdu, tak by tam všichni rádi zůstali. Krásné prostředí, příjemná hudba, skvělé jídlo a příjemný personál – to nemělo chybu.

Domluvili jsme se, že do restaurace a kavárny U MNICHA znovu pojedeme. Taneční čaje se zde budou konat pravidelně 1x za měsíc. Děkujeme za super akci.



Helena Houšková, vedoucí zájezdu



Výsledky bowlingového turnaje

28. února 2020

Sportovka Most

1.	Jirka Ch.	146 bodů
2.	Jirka Č.	134
3.	Honza	122
4.	Václav	117
5.	Eliška	113
6.	Vlasta	97
7.	Irena	90
8.	Helena	86
9.	Hana	82
10.	Láďa	76
11.	Olena	74
12.	Blanka	72
13.	Maruška	68
14.	Jitka, Nad'a	67
15.	Jitka, Nad'a	67
16.	Břeťa	60
17.	Jana, Franta	59
18.	Jana, Franta	59

Přeplavme svůj La Manche 2020


V rámci programu Aktivní život vyhlásila společně s Nadací Charta 77 a SenSen – Senzační senioři měsíc únor měsícem plavání – plavání pro jednotlivce, celé skupiny, ale i štafetové plavání. Nejde o závod v pravém slova smyslu, plavci nesoutěží mezi sebou, ale sami se sebou, se svou pohodlností. Patronkou soutěže byla i v letošním ročníku plavkyně Lucie Leišová. Tato naše skvělá dálková plavkyně překonala Gibraltar ve svých 18 letech. Radí všem zájemcům o zdravé plavání, aby netrpěla krční páteř, je potřeba hlavu potápět nebo to aspoň zkoušet.

Mořská úžina – kanál La Manche je část Atlantského oceánu, která odděluje Velkou Británii od Francie. Měří 34 kilometrů. Vzdálenost je pro plavce ztížena silným přílivem a odlivem a protiproudy u francouzského pobřeží. Ve skutečnosti tak plavec překoná vzdálenost okolo 50 km. Počítá se až s 20 hodinami pobytu ve vodě o teplotě 9 - 16 °C. Dosud se kanál pokusilo přeplavat přes 5 000 plavců. Uspělo 580 z nich. Mezi nimi také šest plavců českých (4 muži a 2 ženy).

Akce Přeplavme svůj La Manche se plave po celý měsíc únor, a to od 1. února do 29. února 2020. Letos se jedná již o 7. ročník. Mezi přihlášenými byli letos také senioři Městské správy sociálních služeb – příspěvkové organizace opět společně se ženami tělovýchovné jednoty Slavie Most. Celkem 19 osob této skupinky uplavalo na mosteckém aquadromu dohromady 2 092 bazénů, což je naplavaných 52 300 metrů. V letošním ročníku jsme naplavali méně metrů, protože ze začátku nás sužovala chřipková onemocnění, a pak také nám generace seniorů pomalu stárne, tak už takový počet nechodí plavat anebo výkony již nejsou takové. Ale přesto našim plavcům patří velké poděkování. Teoreticky jsme kanál La Manche letos překonali.

Určitě budeme plavat i v dalších měsících. Plavání přináší našemu tělu samá pozitiva. Posiluje srdeční sval, snižuje riziko cévních příhod, hladinu cholesterolu a krevní tlak. Pomáhá zvládnout stresové situace lepším výdejem energie. Je osvěžující.

Helena Houšková, kulturně výchovná pracovnice



Jedeme v tom společně aneb jedeme v tom společně 2020 - Zahájení

A je to opět po roce tady. Projekt na podporu aktivizace klientů domovů pro seniory **Jedeme v tom společně 2020** žije. V Domově pro seniory Jiřího Wolкера v Mostě jsme se rozhodli pokračovat v započaté aktivitě a 2. března v 9:00 hodin odstartovat již 5. ročník **Jedeme v tom společně**. Akce spočívá v tom, že po dobu jednoho měsíce, a to od 2. března do 1. dubna, každý pracovní den pojedou senioři na rotopedu pomyslnou trasu 1 000 kilometrů z Mostu do Mostu. Zapojení mohou být nohy nebo ruce.

Letošní ročník je zvláštní tím, že svoji pořadatelskou činnost ukončil dříve pořádající Domov pro seniory Vrbno pod Pradědem a nikdo už se organizace této krásné akce neujal. Proto jsme se rozhodli v Domově pro seniory Jiřího Wolкера v Mostě, že my pojedeme. Přizpůsobíme si podmínky letošního ročníku našim potřebám a možnostem. Zkrátili jsme dobu jízdy na měsíc březen a tím pádem i vzdálenost. Abychom celou jízdu našim seniorům zpříjemnili, rozhodli jsme se pomyslně navštívit jejich rodná místa. Vždycky, když dorazíme na místo určení, budeme si o tom místě vyprávět, zavzpomínáme na dětství toho příslušného rodáka. Pravidelně bychom také chtěli zpříjemňovat našim seniorům nějakou legráckou čtvrtky. Startujeme v Mostě, jedeme přes Čepirohy, Litvínov, Bystřany, Prahu, Rosičku, Třešť, Vrbno pod Pradědem (abychom dodrželi tradici), Litomyšl, Hradec Králové, Liberec, Varnsdorf, Děčín, Ústí nad Labem a končíme opět v Mostě.

Celou akci zastřešila a podpořila paní náměstkyně Ing. Markéta Stará. Tak nám držte palce, abychom vydrželi a ve zdraví dojeli do cíle.

Helena Houšková, kulturně výchovná pracovnice a kolektiv

Jedeme v tom společně 2020 – Narozeninový čtvrtek



V rámci akce *Jedeme v tom společně* jsme se setkali na prvním z několika společných čtvrtků. Tento první čtvrtek ze série, a to 5. března, jsme si nazvali jako narozeninový. Pro naše seniory byla připravena pomyslná narozeninová párty včetně odpovídajícího oblečení.

Tomu také odpovídala i nálada. Všichni jsme si tuto společnou hodinku užili povídáním, smíchem a dobrou pohodou. Tak uvidíme, jak bude naše *Jedeme v tom společně* pokračovat dále.

Helena Houšková, kulturně výchovná pracovnice

Jedeme v tom společně 2020 – Třpytivý čtvrtek



Po startu akce Jedeme v tom společně na Domově pro seniory Jiřího Wolкера 2. března, kdy naši zájemci o jízdu na rotopedu jedou každý všední den počítané kilometry na rotopedu, zpřijemňujeme našim seniorům pobyt v zařízení. Chtěli bychom dobrou náladou a smíchem zvyšovat imunitu našich uživatelů.

Barevnými čtvrtky se snažíme navodit příjemnou a veselou atmosféru. Setkáváme se a bavíme, smějeme se a užíváme si to společně s našimi seniory. První barevný čtvrtek byl narozeninový, zatím druhý byl třpytivý. No, to jsme si teda užili. Třpytivé oblečení, třpytivé doplňky a třpytivé dekorování.

Blýskali a třpytili jsme se pak celý den. Tolik smíchu jsme již dlouho nezažili. Příští čtvrtek máme Pepíkovský. Už se těšíme.

Helena Houšková, kulturně výchovná pracovnice

OMLUVA

**Omlouváme se našim seniorům
za zrušení plesu MSSS – p. o.
vzhledem k nastalé komplikované situaci.
Děkujeme za pochopení.**

Za organizátory plesu

*Helena Houšková,
kulturně výchovná pracovnice*



HARMONIE TŘETÍHO VĚKU

Časopis Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace. Připomínky a příspěvky posílejte na adresu: sekretariat@msss-most.cz, tel.: 476 768 973, 602 177 666.