



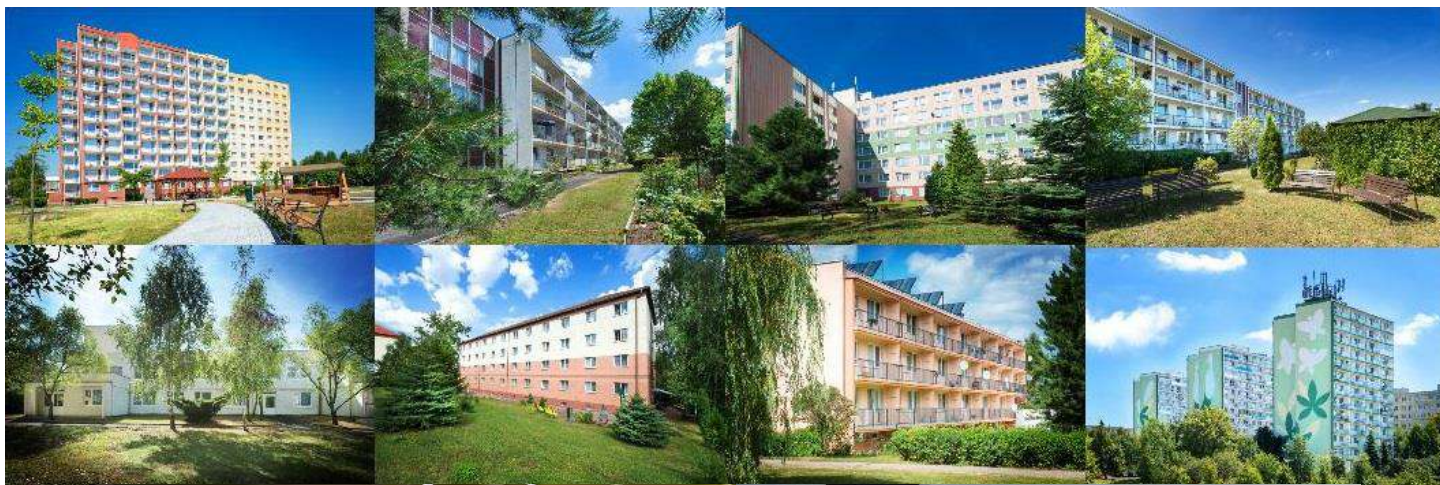
HARMONIE TŘETÍHO VĚKU

75. vydání

PODZIM – ZIMA 2018

vydává

Městská správa sociálních služeb v Mostě – příspěvková organizace



Ředitelství	
Cena kvality v sociální péči za rok 2018.....	3
Vyhodnocení retro kvízu.....	3
Kalendář Minulost versus současnost.....	4 – 5
Předvánoční setkání v Marienbergu.....	6
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	
Senior olympiáda v Chomutově.....	7
Cvrkaná.....	8
Hudební zážitek.....	9
Smutná vzpomínka na TGM.....	10
Zase ty vzpomínky.....	11
Zábava v duchu babího léta.....	12
Astrácká kavárnička.....	13
Tvoření se studenty ze Střední školy diplomacie a veřejné správy, s. r. o.	13
Tvořivé dopoledne seniorů s dětmi z mateřské školy.....	14
EKO spotřebitelství.....	14
Taneční pro seniory.....	14
Prevence tak trochu jinak.....	15
Svatomartinská zábava.....	15
Domov pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 404, 434 01 Most	
Kuželky pro seniory.....	16
Výstava Mostecké paličky.....	16
Tvořivé dílničky.....	17
Tvoření se studenty.....	17
Podzimní zábava.....	17
Kavárnička.....	18
Den seniorů v Městské knihovně v Mostě.....	18
Poděkování.....	18
Zdobení perníčků.....	19
Vánoční pečení.....	20
Denní stacionář pro mentálně postižené klienty, příp. kombinovaně handicapované občany, ul. Jiřího Wolкера 404, 434 01 Most	
Oslava narozenin.....	20
Domov pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166, 434 01 Most	
Zahradní slavnost.....	21
Nadílka.....	21
Penzion pro seniory, ul. Komořanská 818, 434 01 Most	
Výlet obyvatelů.....	22
Václavská zábava.....	22
Světový den laskavosti.....	23
Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180, 434 01 Most	
Seniorský žolík.....	24
Říjnová kavárnička.....	25
Kavárnička v září a v pruhovaném.....	25
Táboráku, plápolej!.....	26
Kdo šetří, má za tři.....	27
Výlet do Klášterce nad Ohří.....	28
Hudební zábava s tancem a výherní výstavou.....	29
Co nového v Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti?.....	30
Kdo si tu písničku zazpívá...?.....	31
Penzion pro seniory, ul. Albrechtická 1074, 434 01 Most	
Mezigenerační olympiáda.....	32
Štrůdlování.....	32
Oslava devadesátníků.....	33
Cesta „Kominiků“.....	34
Denní dětský rehabilitační stacionář, Středisko denní péče o děti do tří let věku, ul. Františka Malíka 973, 434 01 Most	
Národní cena sociálních služeb – Pečovatelka roku 2018 má své vítěze.....	35
Ústecký kraj oceňoval pracovníky v sociálních službách.....	35
Malíkovské dýňování.....	36
Kaštánkový den.....	36
Domy s pečovatelskou službou v Mostě	
Listopad.....	37
Zájezd do Hořovic.....	37
Rekreace v Krkonoších.....	38
Celoroční hodnocení akcí v roce 2018.....	38
Vánoční besídka, Tajemství prstů na rukou.....	39
Společné	
Ocenění jednoho z našich seniorů.....	40
Mezigenerační setkávání.....	40
Oslava devadesátiletých a víceletých uživatelů v Klubu seniorů v Mostě.....	41
Babčí mažoretky.....	41
Festival Mezi městy Chomutov.....	32
Po čem muži touží.....	43
Babičko, dědečku, vyprávěj.....	43
Výlet na zámek a do zámeckého pivovaru v Chýši u Karlových Varů.....	44
Mostecké hudební pondělky.....	44
Projekt „Virtuální univerzita 2“.....	45
Výlet seniorů do Litoměřic na oslavy 100 let vzniku Československa.....	45 – 46
Galakonzert ke 100. výročí vzniku Československa.....	46
Světový muzikálový hit Děti ráje.....	47
Mezigenerační olympiáda.....	47

Cena kvality v sociální péči za rok 2018

Dne 8. listopadu 2018 obdržel Ing. Martin Strakoš, ředitel Městské správy sociálních služeb v Mostě v budově Senátu ČR prestižní ocenění „Cena kvality v sociální péči“ za rok 2018 v kategorii jednotlivců a to „Cenu sympatie“. Cílem toho projektu je hledat, podporovat a každoročně morálně oceňovat ty jednotlivce a instituce, kteří v této náročné době vytvářejí komfortní prostředí a stabilní zázemí pro uživatele všech typů sociálních služeb.

Výjimeční jsou poskytovatelé zejména tehdy, když svým postojem k práci potvrzují, že kvalita je především v profesionalitě a osobním přístupu.



Vyhodnocení RETRO KVÍZU



Dne 19. listopadu 2018 se na ředitelství Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace uskutečnilo příjemné posezení u kávy s ředitelem organizace Ing. Martinem Strakošem. Při této příležitosti byly předány ceny výhercům soutěžního RETRO KVÍZU. Kvíz byl vyhlášen v časopisu Harmonie třetího věku (vydání č. 74).

Výherkyním, Růženě Komárové, Mileně Matesové a Jindřišce Samulové, gratulujeme.

SPRÁVNÉ ODPOVĚDI

K čemu sloužil „magič“? K poslechu hudby.

Jak se jmenovala oblíbená plyšová hračka 80. let? Mončičák.

Jak se říkalo odběrným poukázkám, které opravňovaly jeho držitele uhradit kupní cenu zboží, prodávaného jménem podniku zahraničního obchodu Tuzex za devizové prostředky? Bony.

Co byla hračka „Klik klak“? Dvě kuličky na provázku.

Kterému vozu se říkalo hadraplán, hadrák, netopýr, hadrolet, či prchající stan? Velorex.

Kdo dodával na trh oblíbená „céčka“? Bižuterie z Jablonce.

*Bc. Michaela Stahlová, DiS.
sociální pracovnice*

Kalendář MINULOST VERSUS SOUČASNOST

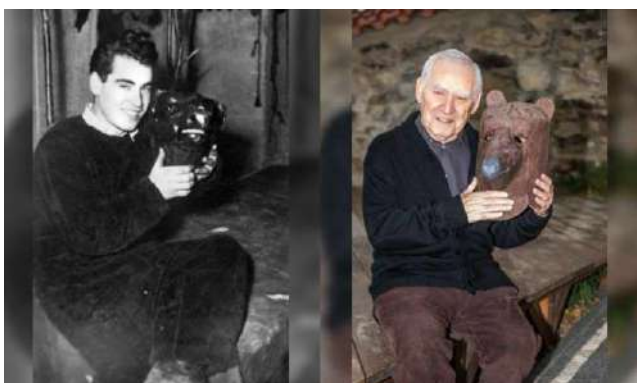
MSSS v Mostě – p. o. vydala stolní kalendář na rok 2019 s názvem „Minulost versus současnost“.

Na fotografiích jsou zachyceni senioři z domovů a penzionů pro seniory v totožné situaci, a to na dvou fotografiích, na jedné z minulosti a na druhé ze současnosti. Původní snímky jsou pořízeny z dětství či mládí aktérů. Senioři si focení užívali a na památku si odnesli nevšední vzpomínku v podobě dvou fotografií s mnohaletým časovým rozdílem.

Senioři jsou na fotografiích zvěčněni při různých aktivitách, např. u narozeninového dortu, v divadelním prostředí, s dechovým hudebním nástrojem, u rybníku, s panenkou, na koloběžce či společně s dospívající dcerou.

Fotografie ze současnosti byly pořízeny v ateliéru Daniela Šeinera, se kterým organizace tradičně spolupracuje na tvorbě kalendářů. Dále na zámku v Korozlukách, na hradě Hněvín, na mosteckém vrchu Ressler či na jedné z mosteckých ulic.

Poslední kusy kalendářů je možné zakoupit na sekretariátu MSSS v Mostě – p. o., ul. Barvířská 495 v Mostě v ceně 60 Kč. Zakoupením kalendáře podpoříte služby pro seniory, osoby se zdravotním postižením a děti.





Předvánoční setkání v Marienbergu

Projekt „Otevřené dvory – Krušnohorské vánoční zvyky a tradice ze Saska a Čech“ podala organizace sociálních služeb Sozialbetriebe Mittleres Erzgebirge gGmbH se svým partnerem Městskou správou sociálních služeb v Mostě – příspěvkovou organizací. Senioři z Mostu a Marienbergu se sešli v sobotu 15. prosince 2018 v budově Seniorenresidenz „Am Markt“, která se nachází přímo na marienbergském náměstí, kde se konají vánoční trhy, které jsme také společně navštívili. Pro seniory byl připraven bohatý program včetně prohlídky německého zařízení sociálních služeb. Senioři si společně popovídali o vánočních tradicích a zvycích, ochutnali místní speciality a na dvoře zařízení hrála k poslechu česká hudební kapela. Nádhernou předvánoční atmosféru tomu dodával čerstvě napadaný sníh. Nakonec jsme si všichni zazpívali vánoční koledy, na klavír nás doprovodila uživatelka z Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolkera.

Všichni si tuto návštěvu náramně užili a velké

poděkování patří našemu německému partnerovi Sozialbetriebe Mittleres Erzgebirge gGmbH a Euroregionu Krušnohoří.



*Ing. Lucie Budilová
metodická pracovnice*



Europäische Union. Europäischer
Fonds für regionale Entwicklung.
Evropská unie. Evropský fond pro
regionální rozvoj.

Senior olympiáda v Chomutově



Dne 5. září 2018 se tři uživatelé z domova se zvláštním režimem zúčastnili Senior olympiády v Chomutově.

Celou akci jsme pojali jako krásný výlet, sluníčko nám svítilo a akce byla završena medailovým oceněním. Uživatelé se umístili na 3. místě. Neskutečná radost a slzičky štěstí byly tím nejhezčím okamžikem.

*ergoterapie – aktivizace
Domov pro seniory, ul. Barvířská, Most*

Cvrnkaná



Dne 6. září 2018 se sešlo na tři desítky uživatelů Domova pro seniory, ul. Barvířská, aby prožili společné dopoledne plné soustředění, napětí a štěstí v podobě hraní CVRKNANÉ. Nálada byla veselá, všichni jsme si fandili a přáli co nejvíce bodů.

Na stupních vítězů se umístili

- 1. místo:** Karel Čermák
- 2. místo:** Věra Deylová
- 3. místo:** Jiřina Trnková

Přejeme všem mnoho radosti a štěstí v dalších společných hrách.



*Vendula Miletínová, DiS.
ergoterapeutka Domova pro seniory, ul. Barvířská, Most*

Hudební zážitek

Dne 21. září 2018 se konalo v Domově pro seniory, ul. Barvířská hudební odpoledne. Pozvání přijali: náměstkyně primátora Ing. Markéta Stará a pan Alois Malý. Akce se ujali: Ing. Martin Strakoš – ředitel organizace a Mgr. Radka Tížková – vedoucí zařízení.

Po krátkém uvítání, kterého se ujala Ing. Stará, se ujal slova pan Malý. Seznámil přítomné s navýšením důchodů od 1. ledna 2019. Po této příjemné informaci seznámil seniory s dnešním programem. Jak už název "Hudební odpoledne" říká, měl náš pan ředitel připraveno spousty písniček, vesměs známých a vybídl přítomné,

aby si zazpívali. První píseň byla známá - "Jen pro ten dnešní den", již byl současně i interpretem. Již při prvních tónech mě to donutilo zavřít oči a poslouchat. Pod zavřenými víčky se mi zjevil známý herec Oldřich Nový, kterého pan ředitel naprosto přesně vystihl pohyby i zpěvem. Nejinak tomu bylo i v další písni "Mackie Messer" (král londýnského podsvětí) v podání pana ředitele. Kdybych neotevřela oči, mohla bych si být zcela jistá, že přišel sám pan Miloš Kopecký, aby vzbudil v lidech trochu pocitu strachu, jak už obsah písně říká.



Veselosti bylo "neurekom".

Jako vše má svůj začátek, tak má i svůj konec, tak i toto hudební odpoledne neúprosně končilo. Ale my věříme, že to nebylo naposled a protože naše ergoterapeutky jsou nápadité, jistě spolu i s dalšími něco zase vymyslí, aby nás potěšily a povzbudily. Věřím tomu, že při podobných akcích přestanou lidé pociťovat jakoukoliv bolest.

Děkuji všem, kteří se podíleli na tom, abychom se vymanili z občasného pocitu osamění.
DĚKUJI.

*Anděla Karlíková
Domov pro seniory, ul. Barvířská, Most*



Smutná vzpomínka na TGM

Psal se rok 1937, 14. září. Bylo mi tehdy 12 roků. Obyčejný úterní den. Počasí, jak vzpomínám, bylo velice nepříjemné a deštivé. Cestou do školy jsem se potkávala s dalšími spolužáky. Všichni jsme se pak setkali u šaten, v nichž se mnohdy vyřizovala různá nedorozumění. Jakmile zazvonil zvonek, oznamující počátek vyučování, žáci velmi rychle opouštěli šatnu. Byl to přímo úprk po schodech, aby nepřišli pozdě, neboť naše paní učitelka byla velmi přísná. Všichni jsme očekávali obligátní větu: "sednout a tiše." Paní učitelka vstoupila do třídy a pokračovala ke stolu, kde obvykle vzala do ruky třídní knihu, aby si ověřila účast žáků. Tento den tomu tak ale nebylo. Zůstala stát uprostřed třídy a zlomeným hlasem a uplakanými očima oznámila větu, kterou nikdy nezapomenu: "děti, zemřel nám tatíček Masaryk." Stála, bez dalšího slova, s očima upřenými do okna. Nevím, kdo první opustil lavici a přistoupil k ní. Ihned tak učinili i ostatní chlapci a děvčata. Seskupili jsme se kolem ní a stále jsme nechápali smysl paní učitelky. Jedna její velká slza vyprovokovala 35 žáků k tichému pláči. Do dveří vstoupil pan řídící a černou stuhou označil roh portrétu prezidenta Masaryka a beze slova opět odešel. V naprostém tichu a nevysvětlitelném strachu jsme seděli.



Paní učitelka se zvedla, pohládila beze slova ty nejbližší, při ní stojící žáky a propustila nás domů. Tak ukázněný odchod ze třídy jsem ještě nikdy neviděla. Dokonce ani Vladimír Menšík nepronesl jediné slůvko, což se u něho nikdy nestalo.

Při prvním výročí úmrtí pana prezidenta jsem zazpívala v rozhlase tři jeho oblíbené písně: "Tatíčku starý náš", "Ach synku, synku" a "Rožnovské hodiny". Pozvání naší třídy do brněnského rozhlasu nebylo poprvé a já jsem zpívala sólo tři jmenované písně. K tomu nutno podotknout, že za jednu písničku jsem obdržela honorář ve výši 70 Kčs, a to byly v roce 1938 velké peníze. Ke zpěvu mě přivedl pan učitel Mikša, který mojí maminku neustále přesvědčoval, aby mě dala na konzervatoř, až přijde čas. Ale maminka si neuměla představit, že bych odešla do Brna a tam studovala bez dohledu rodičů. Zpěvu jsem však zůstala věrná dodnes.

To jsou nezapomenutelné okamžiky, které nezapadnou, naopak se vybavují víc a více. Končím svůj příspěvek větou: **NIKDY NEZAPOMENU.**

Děkuji všem: vedení, sestřičkám, za další příjemně prožitý den, pro mě také významný.

*Anděla Karlíková
Domov pro seniory, ul. Barvířská, Most*

Zase ty vzpomínky!

Nedovedu si vysvětlit, co mě nutí poslat tento příspěvek do Harmonie. Je to asi tím, že mé zdravotní problémy mi zatím nedovolí víc, nežli sedět v křesle a zahánět bolest vzpomínkami na své mládí a na tolik milované rodiště Ivančice. Snad můj článek, bude-li uveřejněn, bude někoho nudit, jiného třeba upoutá a dočte ho do konce. Slibuji, že už těmto vzpomínkám dám tečku. Příště bude jiného zaměření.

Jak jsem již v minulém příspěvku uvedla, narodila jsem se v Ivančicích u Brna. Po skončení školní docházky jsme se odstěhovali a jako spolužáci jsme se nejdříve po třech, pak po pěti letech scházeli. Při posledním setkání mě požádala paní učitelka Sekaninová, abych jim zazpívala árii z Rusalky. Výborná akustika sálu, aplaus. Já jsem ale cítila, že tam byla velká tréma při zpěvu po tolika letech svým učitelům a spolužákům.



Tehdy už nežil pan učitel Mikša, který mě hudebně vedl po celá léta a jak jsem se již zmínila v minulém příspěvku, přemlouval moji maminku, aby mě nechala studovat konzervatoř v Brně. Maminka měla ale nepřekonatelný odpor vůči velkým městům, a tak mi to nedovolila. Jinak to bylo vždy milé posezení, stisky rukou, objímání, radost, že jsme se opět setkali. Při každém setkání nás však bylo méně a méně a na zdi visel seznam těch, kteří se nedožili. Na mých setkáních mne vždy doprovázela sestra Maruška a já jí to vracela při jejích setkáních.

Toto poslední setkání zůstalo v živé paměti. Navštívili jsme místa našeho mládí, prohlédli muzeum, výstavu Alfonse Muchy, rodáka z Ivančic a zaposlouchali se do perfektního výkladu pana učitele Husáka. Prošli jsme obrovským parkem "Réna", kterou už s městem nespojuje dřevěná, houpající se lávka, kterou každý rok odnášela velká voda. Z rozhledny A. Muchy jsme si prohlédli Ivančice a celé okolí. Dá se pochopit, že tyto vzpomínky velice zabolí, a to proto, že jsem se tak vzdálila svému rodišti. Také vzpomínám na naše koupání na "Malovansku", v "Pancířích" a u splavu. Tehdy se dalo koupat ve všech čtyřech řekách, které protékají městem. Jak nevzpomenout na pekařství pana Bučka a pana Beštera. Jejich pečivo rozváželi mladí učňové na kolech a vůně pečiva zahltla celé město. Ještě pamatuji bubeníka. My děti jsme mu byly v patách a zvědavostí nám hořely uši. Když odložil své dvě paličky na obrovský buben, ozvalo se: "na vědomí se dává".

Komenského náměstí mě připomněl velký jarmark a také kašnu, která tam už teď není. K té jsme chodili s kbelíky pro vodu na vaření - tehdy ještě nebyl všude vodovod. Pro vodu na praní, tzv. měkkou, se muselo až k mlýnu za kostelem. Celé náměstí roubily krásné růžové stromy a mezi nimi stála staříčká pošta, kterou nahradila nová, prostorná, chlubicí se svým interiérem. Vybuďovalo se i sídliště. K tomu nutno podotknout, že bylo jako posazené do pohádkové zeleně. A také důležité bylo to, že tam nedocházelo a dosud nedochází, jak jsem informována, k vandalismu. Je to práce školy, která informuje děti, aby milovaly přírodu a ctily práci lidí, kteří se o ni starají.

Také při vzpomínce na jakubskou pouť mě vytryskne slza, když si vzpomenu, jak jsme drželi v dlani drobný peníz a odvraceli hlavy od návnad moří stánků. Uškudlit na kolotoč znamenalo nedívat se kolem. S lítostí vzpomínám na své rodiče, kteří se proměny Ivančic nedožili. Slibovala jsem si, že budu častěji navštěvovat své rodné město, ale zůstalo jen při slibu. Nastaly povinnosti, starosti o děti a vzdálenost byl ten hlavní důvod, který mi v tom bránil. Vzpomínky z hlavy však nelze vymazat, ty zůstanou se mnou do konce života. Ale není třeba se rmoutit a vzpomínat na to, co nelze již vrátit.

Celému vedení a všem, kteří se starají o to, aby nám, seniorům, zpříjemnili pobyt, děkuji za čas, který nám věnují. Jen akcí by mohlo být více, abychom se nevěnovali pouze vzpomínkám, ale žili také přítomností.

Anděla Karlíková, Domov pro seniory, ul. Barviřská, Most

Zábava v duchu babího léta



Dne 18. října 2018 jsme v Domově pro seniory, ul. Barvířská v Mostě ukončili babí léto zábavou, která se nesla v duchu radosti, dobré nálady a veselí.

Uživatelé domova pro seniory mohli vidět kostým dýně, strašáka do pole a brouka. K tanci a poslechu hrála hudební skupina Melodie, soutěžilo se v zametání listí a zručnosti v podobě namotávání šišky.

Uživatelé se dobře bavili, zpívali a tancovali. Opět se těšíme na další zábavu, kterou společně prožijeme.

Krásný podzimní čas přeje

*ergoterapie – aktivizace
Domov pro seniory,
ul. Barvířská, Most*

Astrácká kavárnička



Dne 22. října 2018 se v Domově pro seniory, ul. Barvířská konala velmi oblíbená Kavárnička.

Při vstupu do sálu padly naše oči na stůl, bohatě pokrytý dobrotami. Pro tuto akci upekly naše ergoterapeutky spolu s uživatelkami různé druhy koláčů. Byla tam roláda, větrníčky, švestkové a meruňkové koláče, štrúdl. Vůně pečiva zahltila kdejaký kout. K tomu byla podávána káva. Atmosféru vylepšila hudba různých skupin, reprodukováná prostřednictvím velké

obrazovky. Nezpívalo se, lidé se věnovali právě spíše dobrotám, které jim s ochotou roznášelo několik pracovnic. Těžko bylo odolat tomu, co tak krásně vonělo a ještě více chutnalo. Poprvé jsme měli možnost zakoupit si některé z těchto dobrot i domů.

Zase tedy kousek z odpoledního úterý je za námi a my se těšíme na „opakování“ nebo pravidelné setkávání se v přátelském posezení v Kavárničce. Děkuji všem, kteří se podíleli na této akci a vyplnili tím některým seniorům jejich samotu.

Anděla Karlíková

Domov pro seniory, ul. Barvířská, Most

Tvoření se studenty ze Střední školy diplomacie a veřejné správy, s. r. o. v Domově pro seniory, ul. Barvířská v Mostě



ergoterapie – aktivizace, Domov pro seniory, ul. Barvířská, Most

Tvořivé dopoledne seniorů s dětmi z mateřské školy

Dne 1. listopadu 2018 jsme prožili společně s dětmi z Mateřské školy, ul. Hutnická v Mostě tvořivé dopoledne. Dětičky si připravily broučky, které vybarvily a od nás dostaly draky, které si odnesly do školky. Tvořivého dne se zúčastnilo na dvě desítky uživatelů z Domova pro seniory, ul. Barvířská v Mostě a 22 dětí z mateřské školky.

Na závěr nám děti krásně zazpívaly a my jsme s hřejivým pocitem odcházeli do svých byteků.

Těšíme se na další setkání.



*ergoterapie – aktivizace
Domov pro seniory, ul. Barvířská, Most*



EKO spotřebitelství

V Domově pro seniory, ul. Barvířská v Mostě se konala akce "EKO spotřebitelství", kterou pořádalo Ekologické centrum Most pro Krušnohoří a statutární město Most.

*ergoterapie – aktivizace
Domov pro seniory, ul. Barvířská, Most*

Taneční pro seniory



V Domově pro seniory, ul. Barvířská v Mostě se dne 6. listopadu 2018 konala akce „Taneční pro seniory s Kamilou Hlaváčikovou“.

*ergoterapie – aktivizace
Domov pro seniory, ul. Barvířská, Most*

Prevence tak trochu jinak



V Domově pro seniory, ul. Barvířská v Mostě se uskutečnila akce „Prevence tak trochu jinak“ pod vedením Divadla VeTři.”

*ergoterapie – aktivizace
Domov pro seniory, ul.
Barvířská, Most*

Svatomartinská zábava



Dne 15. listopadu 2018 se v Domově pro seniory, ul. Barvířská v Mostě konala Svatomartinská zábava.

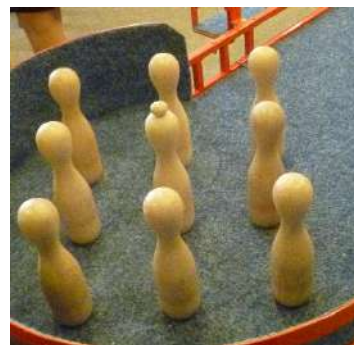
*ergoterapie – aktivizace
Domov pro seniory, ul. Barvířská, Most*

Kuželky pro seniory

U nás v Domově pro seniory, ul. Jiřího Wolкера jsme se pořádně zaměřili na hru kuželek na kuželkové dráze, která je vyrobena našimi pracovníky údržby přímo na míru seniorům. Dráhu máme zapůjčenou z Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti.

Hra na kuželkové dráze naše seniory natolik zaujala, že jsme se začali při kuželech scházet pravidelně, abychom možnost zapůjčení dráhy na našem zařízení plně využili. Během hry zažívají senioři spoustu legrace a nepředvídaných situací jako například hod koule pod dráhou nebo do místa určeného pro vrácení koule. V každém případě si tuto aktivitu moc pochvalujeme a těšíme se na ni.

Je moc prima, že dráhu mohou používat i naši vozíčkáři, což také senioři našeho domova využili. A konečné výsledky? Na konečném výsledku až tolik nezáleží, štěstěna je vrtkavá, jednou vyhrává ten podruhé zase někdo jiný, ale jisté je, že si tuto aktivitu naši senioři na domově užívají plnými doušky.



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

Výstava MOSTECKÉ PALIČKY



„Mostecké paličky“ je společenství kreativních žen, které se zabývají paličkováním. Ve dnech 19. – 20. listopadu 2018 prezentovaly výsledky své tvořivosti na výstavě v Domově pro seniory, ul. Barvířská. Také my, senioři z Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolкера v Mostě, jsme se moc rádi přišli na výstavu podívat. Byla nás hezká skupinka, dokonce i tři vozíčkáři s doprovodem personálu.

Všichni jsme si tu krásnou výstavu užili a byli jsme moc rádi, že jsme si mohli tak krásné výrobky prohlédnout. Dokonce si jeden z našich seniorů aktivně pod odborným dohledem práci s paličkami vyzkoušel.

*Helena Houšková
kulturně výchovná pracovníce*

Tvořivé dílničky

Letos mezi nás opět zavítali studenti ze Střední školy diplomacie a veřejné správy, s. r. o. se svými tvořivými dílničkami. Při našich setkáních jsme vyráběli vždy něco z papíru. Ať to byly dýně, andílci či stromečky, vždycky nás to bavilo. Při posledním setkání jsme ani nechtěli jít domů a nechat na stolech rozdělanou práci. Tvoření se studenty pro nás bylo milým potěšením.

Chtěli bychom poděkovat všem zúčastněným studentům, ale především paní učitelce Mgr. Marcele Rudolfové, která stojí v pozadí tohoto projektu. Každý rok se těšíme zase na mladé tváře, které mezi nás zavítají, ale hlavně na to, co si pro nás zase připraví.

kolektiv seniorek z „Wolkerovky“



Tvoření se studenty

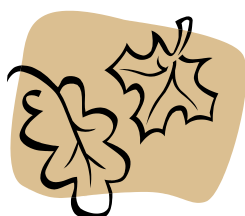
V rámci spolupráce se Střední školou diplomacie a veřejné správy, s. r. o. jsme se celý podzim scházeli se studenty v ergodílně Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolкера. Studenti s paní učitelkou pro nás vždy připravili nějakou činnost, která nás všechny zaujala a pobavila. Naučili jsme se skládat papírové origami, patchworkové koule a 3D vánoční ozdoby. Rozšířili jsme si tak své znalosti a dovednosti a přítomnost mladých studentů nás vždy potěšila. Děkujeme jim tímto, že mezi nás již pravidelně docházejí a vždy si pro nás připraví něco nového. A již se těšíme na další spolupráci s výše zmiňovanou školou.

Za kolektiv tvořilek

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



Podzimní zábava



V říjnu jsme se zase sešli na naší již třetí taneční zábavě. K poslechu a tanci nám hraje již několik let skupina Melodie. Ta už ví, které písničky máme rádi a které nás zvednou ze židlí. Tanečníků máme sice málo, ale tanečnic dostatek. Naše sestřičky nás nenechají sedět a protáčí nás, jako někde na plese. Vždy se dobře pobavíme a těšíme se na další podobné setkání. Příští prosincové, bude v tomto roce poslední. Ale nám to nevadí, hned v únoru nás čeká Masopustní zábava, a ta je ze všech nejhezčí a nejveselejší.

kolektiv seniorek z „Wolkerovky“

Kavárnička

Poslední kavárničku v tomto roce jsme si společně užili 31. října 2018. Naše chuťové pohárky tentokrát okouzly ananasovo – ořechové řezy. Zase další vynikající moučník, který upekly a nazdobily naše obyvatelky v ergodílně pod vedením naší ergo Věrky. Té patří největší zásluha, kavárničku si pro nás vždy perfektně připraví a my si připadáme jak v opravdové kavárně. Dokonce si můžeme zbylé kousky odkoupit domů a vychutnat si ještě jednu skvělou zákusek doma při odpolední kávě.



Škoda, že konec roku se blíží a naše kavárnička má přes zimu zavřeno. Tím více se těšíme na její opětovné otevření v příštím roce.

kolektiv seniorek z „Wolkerovky“

Den seniorů v Městské knihovně v Mostě

Ve středu dne 10. října 2018 jsme se jako již tradičně sešli v Městské knihovně v Mostě při oslavách Dne seniorů. Tuto tradiční akci jsme si nenechali ujít. Knihovníci si pro nás připravili sportovní, kvízové a vědomostní soutěže. Při příchodu jsme obdrželi startovní lístek a vyrazili jsme na jednotlivá stanoviště. Pro velký zájem mosteckých seniorů se tvořily u jednotlivých stanovišť i malé fronty. To nás však neodradilo a s plným nasazením jsme se pustili do soutěží. Po absolvování všech úkolů na nás čekala odměna. Odměnu si mohl každý vybrat sám podle počtu nasbíraných bodů. A bylo z čeho vybírat, např. zajímavé knihy, keramika, hrnečky apod. Pro všechny bylo také připraveno malé pohoštění. A nakonec to nejdůležitější – soutěž v makovém pečení, které se naše „pekařky“ také zúčastnily. Všechny upečené moučníky lahodily nejen chutí, ale i krásně vypadaly. Bylo opravdu těžké se správně rozhodnout a dát hlas tomu nejlepšímu. Naše pekařky z Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolкера se umístily na 2. místě s makovo – tvarohovým koláčem.



Děkujeme všem, kteří se na přípravě koláče podíleli. Ale největší poděkování patří knihovně za to, že si „nejen“ pro seniory připravila toto zajímavé odpoledne a již nyní se těšíme na další ročník.

*Věra Hampejsová, DiS.
ergoterapeutka*

Poděkování



Milou povinností pro mě je poděkovat Městské správě sociálních služeb v Mostě za rekonstrukci stávající ergodílny v Domově pro seniory, ul. Jiřího Wolкера. Dosavadní prostory a vybavení bylo již nevyhovující.

Zatím ještě probíhají drobné úpravy v ergodílně, a tak ji nemůžeme plně využívat. Ale již nyní se těšíme, až se budeme moci v nové ergodílně scházet. Doufám a věřím, že v novém roce 2018 se naše řady rozrostou a na tvoření, posezení a další akce se nás bude scházet čím dál více.

*Věra Hampejsová, DiS.
ergoterapeutka*

Zdobení perníčků



Ve čtvrtek 22. listopadu 2018 nás v rámci dlouhodobé spolupráce s Mateřskou školou, ul. Antonína Sochora opět přišly potěšit děti svoji návštěvou. Tentokrát jsme si pro ně připravili něco vánočního. Naše perníkářky jim napekly plnou krabici perníčků různých tvarů. S dětmi jsme se sešli v jídelně, kde pro ně bylo už vše připravené. S nadšením se pustily do malování, polévání a zdobení. Perníčky zdobily kokosem, čokoládovým drobením, rozpuštěnou čokoládou a bílkovou polevou. Naše seniorky dětem pomáhaly

a malovaly perníčky společně s nimi. Některé děti nás překvapily svou zručností a šikovností. Nazdobené perníčky překvapily i paní učitelky.

Na závěr nám děti zarecitovaly pár básniček a zazpívaly několik písniček. Příští týden se těšíme na další setkání s nimi, nazdobené perníčky jim osobně odvezeme přímo do školky, kam jedou naši senioři číst dětem před spaním pohádky.

*Věra Hampejsová, DiS.
ergoterapeutka*

Vánoční pečení

Vánoční pečení se nevyhnulo ani našemu zařízení. Naše pekařky – cukrářky se opět pustily do pečení medovníků, rozinkových placiček, pudinkového a lineckého cukroví. Vůně z pečení se nesla po všech patrech našeho domova. Kdo šel okolo, zastavil se a nasával vánoční atmosféru. Pečení jsme si všichni užili a nechyběla ani malá ochutnávka. Teď nás ještě čeká slepování a závěrečné zdobení. Upečené cukroví budou moci ochutnat naši uživatelé, kteří se zúčastní Mikulášské zábavy. Tak snad jim cukroví bude chutnat a zábava je dostane do vánoční nálady jako nás.



*Věra Hampejsová, DiS.
ergoterapeutka*

Oslava narozenin ve stacionáři

Jeden z podzimních dnů ve stacionáři byl neobvyklý. Konaly se zde hned dvoje narozeniny. Příprava byla rychlá a pestrá, protože se na přípravě zúčastnili všichni klienti. Občerstvení od obou rodičů bylo velmi dostačující pro všechny, kteří byli přítomni ve stacionáři. Pilo se šampaňské, soutěžilo se a tančilo.

Všem se to líbilo. Každý oslavenec si odnesl domů pěkné dárečky. Vůbec nikomu nevadilo, že venku bylo sychravé počasí.

*Monika Soukupová
Denní stacionář pro mentálně postižené klienty,
případně kombinovaně handicapované občany s ukončenou
školní docházkou, ul. Jiřího Wolкера, Most*



Zahradní slavnost



Již třetím rokem pořádáme pro uživatele Domova pro seniory, ul. Antonína Dvořáka na konci léta Zahradní slavnost a vždy se nese v konkrétním tématu. Tento rok se konala Zahradní slavnost v barvách české trikolory na počest oslav 100 let od založení Československa. Pro tuto příležitost jsme pozvali hudebníka Martina Krulicha, který nám celou slavnost příjemně zpestřil a oživil svým hudebním programem „Hudební cesta časem“. Uživatelé si zavzpomínali a zaspívali písně jim blízké a známé. Nechybělo ani tematické tedy české občerstvení, a to čokoládový perník s českou vlaječkou na vrchu, české sýry, klobásy a další, tak jak to má na správné české hostině být.

Slavnost se náramně vydařila, panovala opravdu příjemná nálada a naštěstí jsme stihli ještě jeden z posledních slunečných dnů. Poděkování patří všem, kteří se podíleli na přípravách i klidném průběhu celé akce a to včetně uživatelů, kteří chystali výzdobu a odvedli velký kus práce.

*Bc. Petra Hreňuková, DiS.
sociální pracovnice*

Nadílka v Domově pro seniory, ul. Antonína Dvořáka



Dne 5. prosince 2018 se v Domově pro seniory, ul. Antonína Dvořáka v Mostě uskutečnila MIKULÁŠSKÁ NADÍLKA.

Zaměstnanci, v převleku Mikuláše, čerta a anděla, navštívili jednotlivé uživatele na bytových jednotkách a předali jim mikulášskou nadílku.

Uživatelé zároveň potěšil svou návštěvou pan primátor Mgr. Jan Paparega, který jim přinesl dárkový potravinový koš, za který moc děkujeme. Dárkový koš uživatelé využijí při společném posezení.

Výlet obyvatelů z Penzionu pro seniory, ul. Komořanská



Dne 10. října 2018 jsme si vyjeli na společný výlet do Ústěku. Počasí bylo nádherné, nálada všech zúčastněných byla skvělá. Navštívili jsme muzeum čertů, které bylo velmi zdařilé, všichni se skvěle bavili. Potom jsme se šli podívat na „Ptačí domky“, které se nám moc líbily. Výlet jsme zakončili v Litoměřicích v restauraci Dobrá Bašta, kde jsme měli objednaný oběd. Po dobrém obědě jsme odjeli domů.

Celý den byl opravdu super.

Vlasta Bundová
Penzion pro seniory, ul. Komořanská, Most

Václavská zábava v Penzionu pro seniory, ul. Komořanská



Již tradičně se u nás v penzionu pořádá Václavská zábava. Tradičně se v celé naší zemi pořádají zábavy, poutě a nyní i celostátní svátek na uctění památky sv. Václava, knížete a ochránce země české. Také v našem penzionu jsme tradičně pořádali zábavu s tradiční výherní výstavou, kde se hrálo o ceny, jako jsou čokolády, drogistické zboží, káva, nějaká malá lahvinka a jiné. Tradiční byla také káva a zákusek, chlebičky, a kdo z pánů chtěl, dostal sklenku piva. K tanci a poslechu hrál pan Chlapec a ke konci zábavy nás navštívil a pozdravil ředitel MSSS v Mostě – p. o. Ing. Martin Strakoš, který si stačil i zatančit.

Bylo to hezké a příjemné odpolední posezení.

Václav Václavík
Penzion pro seniory, ul. Komořanská, Most

Světový den laskavosti v Komořanské



Na 13. listopad připadá Světový den laskavosti, v rámci kterého Nadace Karla Janečka spustila projekt JSEM LASKAVEC. Jeho hlavním posláním je naučit děti školního věku 6 – 15 let dělat nezištně laskavost lidem kolem sebe. S nápadem udělat laskavost právě obyvatelům našeho penzionu, přišla paní učitelka Mgr. Leona Štěpánková z 18. Základní školy v Mostě. Se svými dětmi ze 4. A připravila pro obyvatele besídku s písněmi, básněmi a společným tvořením obrázku

s podzimní tematikou. Děti s velikým elánem připravily na stoly v jídelně, kde se akce pořádala, veškerý potřebný materiál. Po úvodních slovech paní učitelky, která vysvětlila význam jejich návštěvy v penzionu, zazpívaly děti za jejího doprovodu na kytaru pár písní a některé také vystoupily s humornými básněmi. Už to samotné bylo pro všechny přítomné velice dojemné a milé. Po této první části vyzvaly děti obyvatele, aby společně vytvořili lepený obrázek opadaného listí a koštěte, které je bude „zametat“. Společně se všichni pustili do díla. Děti v roli „učitelů“ se tvářily velice zodpovědně a mile pomáhaly přítomným s tvorbou. Všechny přítomné činnost opravdu bavila. Děti mezitím také podávaly občerstvení, které pro ně připravily jejich maminky – upekly bábovku a mini pizzy.

Akce se velice povedla. Všichni odcházeli nadšení a spokojení. Byla to naše první zkušenost s dětmi z této školy, ale shodli jsme se, že určitě ne poslední.

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

Seniorský žolík 2018

Ve čtvrtek dne 4. října 2018 se v Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti uskutečnil 3. ročník turnaje v kartách „Seniorský žolík“. Turnaj pro své uživatele uspořádala MSSS v Mostě – p. o. Sešlo se zde 24 hráčů, jak z penzionů pro seniory, tak i z domovů pro seniory. Turnaj zahájila vedoucí zařízení Mgr. Veronika Jakubcová, Helena Houšková a pan Alois Malý. Paní Houšková přečetla pravidla hry. Hráli se tři kola po třiceti minutách, osmi členné semifinále a čtyř členné finále. Během turnaje se dostavila náměstkyně primátora paní Ing. Markéta Stará, která měla připravené pro seniory sladké dárečky a ředitel organizace Ing. Martin Strakoš, který přivezl ceny pro vítěze. Hry probíhaly svižně bez připomínek hráčů a z turnaje vzešli tři vítězové.

Vítězové obdrželi medaile a hodnotné ceny od ředitele organizace. Všichni účastníci si odnesli pamětní list a krásné zážitky. Turnajem se nesla příjemná soutěžní atmosféra a příští rok se sejdeme znovu.



1. místo

Stanislava Veselá – Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti

2. místo

Drahomíra Lišková – Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti

3. místo

Květoslava Moulisová – Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti

*Mgr. Veronika Jakubcová
vedoucí Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická a ul. Ke Koupališti, Most*

Říjnová kavárnička



Ke konci desátého měsíce léta páně 2018 se konala pravidelná kavárnička v Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti. Nyní však v „kuchařském“. Tomu posléze po tradičním uvítání a popřání říjnovým oslavencům paní Bauerovou, následoval vědomostní test, a to pěkně zapeklitý. Ani ne tak vědomostní, ale zaměřený spíše na paměť. Jo, ono se to řekne vzpomenout si ve slavnostní atmosféře třeba na „zákusek, jídlo, nápoj, koření atd.“ na písmeno K (jídlo např. karbanátek),

či B a těch písmen bylo asi 6. Test byl připraven již výše jmenovanou právě ke kulinářské atmosféře a oblečení. Po zápolení s pamětí došlo k přehlídce těch nejskvělejších kuchařů a kuchařek a došlo k všeobecnému hlasování. Z toho vítězně vyšel šéfkuchař pan Vojta Strauss a na stříbrné a bronzové pozici se umístily kuchtičky paní Irenka Niečová (v modrém) a paní Janička Šrámková. Následovalo oblíbené bingo, z něho vyšli dva spokojení vítězové a za zvuku reprodukované hudby následovala volná zábava. Na další shledanou v Kavárničce v prosinci!

*Josef Neumann
Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti, Most*

Kavárnička v září a v „pruhovaném“



Blíží se podzim, sluníčko venku svítí a hřeje jako o závod a u nás doma se scházíme na pravidelnou měsíční kavárničkou. U nás doma, to je Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti, a je to skutečně náš domov. Přesto, že je takové vedro, tak se nás sešlo 34 obyvatel, a to je dost, neboť deset pravidelných účastníků setkání je na rekreaci. Přivítání obyvatel s hezkou básničkou přednesla paní

Bauerová a už program mohl začít. Nejdříve se popřálo narozeným v měsíci září, těm se rovněž připilo na zdraví a po krátkém našem vypovídání došlo k hlavnímu hřebu setkání „bingo“. Zde jde nejen o výhru, ale i o vtipné hlášky k průběžným výsledkům hry. Vítěz vyhrává láhev vína a hra se opakuje ještě jednou. A došlo k rekordu binga, neboť vítězkou se na stejný tiket v obou hrách stala paní Eva Neumannová.

Po skončení hry došlo ke společnému vyfotografování a poté k volné zábavě. „V dobrém jsme se sešli, v dobrém se rozejdem.....“.

*Josef Neumann
Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti, Most*

Táboráku, plápolej!



A ten se skutečně rozplápolal 11. října 2018 na zahradě Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti. Proč? No přece kvůli opékání buřtů! Krásný podzim vyburcoval samosprávu penzionu k této akci a po nahlášení hasičům mohlo dojít k přípravám. Té se ujmul dva kluci (s jejich souhlasem použiji toto oslovení, je vžitě, už můj tatínek po padesátce výraz kluci používal, čemuž jsem se usmíval) Lád'a Bauer a Vojta Strauss. Den předem připravili táboráček a v uvedený den vše připravili k posezení a mohla vypuknout očekávaná hodina H. Táboráček vzplanul a postupně se připojilo k radostnému očekávání opékání 37 obyvatelů, kluků a holek. Snad se neurazí. Ale přece v našich srdcích i vzpomínkách jsme těmi mladými, krásnými a zamilovanými holkami a kluky, i když je nám dost přes sedmdesátku. Plameny postupně rozžhavyly malou pyramidu dřeva, a tak připravené buřtíky se napichují na vidlice a začíná opékání. Jó, ta vůně opékaných buřtíků a praskání ohně v některých vyvolává vzpomínky na mládí, kdy se při kytarě a zpěvu Askalóny, Písně severu a dalších krásných trempských písní po boku vedle sedící milé č i milého.... Dost vzpomínání a už se musím věnovat tomu, jak se buřtíky rozvíjejí. Nemohu se vyhnout poznámce, že mi to připomíná písničku Rozvíjej se poupátko....., nemusím připomínat z které naší pohádky je. Buřtíky hezky zčervenaly, někomu i trošku zčernaly, ale co, s hořčicí a dobrým chlebem je to pošušnáčičko. Na zapití dobré víno, popovídání a je tu večer a vše končí.

Díky klukům a holkám, kteří vše zajišťovali, jsme prožili krásné odpoledne a můžeme se těšit na další a další opékání, protože v dalších dnech několik dobrovolníků rozřezalo a připravilo, dle jejich vyjádření, dřeva na dalších deset let.

*Josef Neumann
Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti, Most*

Kdo šetří, má za tři

Již v románu Boženy Němcové „Babička“ se píše: „Dobrá hospodyňka má pro pírků přes plot skočit“. Nikdo z nás nikam skákat nebude, ani by to nedokázal, snad jen sportovec tělem i duší pan Pepa Houška. Ten by však neskákal pro pírků, ale pro medaili. To úvodem a nyní k věci. Začalo topné období a s ním i topení v bytech a ve společných prostorech. S tím souvisí trocha teorie v souvislosti s používáním termostatických ventilů a hlavice v praxi. Dle Techem spol. s r.o. jsou doporučeny teploty:

Chodba	12-16 °C
Ložnice	16 °C
Obývací	20-24 °C.

Chci se zaměřit na otevírání ventilů radiátorů na chodbách budov. To proto, že řada obyvatel penzionu si myslí, že za to neplatí a že se ho to netýká. Jsou však na velikém omylu. Chodby jsou společným prostorem a za spotřebu tepla se platí. Pokud mi to kolena dovolila, tak jsem si prováděl odečty měřidel na chodbách obou budov Penzionu Ke Koupališti. Zde je 38 radiátorů a na těch byly ve sledovaných letech tyto spotřeby tepla v J (joule, čte se džaul, je jednotka energie):

Rok	spotřeba tepla v J	zaplaceno v Kč na 1 byt (těch je v penzionu 99)
2013	4986	275
2014	1591	83
2015	2164	118
2016	6266	346
Celkem	15007	822

Otevírání ventilů je zbytečné, neboť hlavice pracují s protimrazovou ochranou cca 8 °C (symbol na hlavici *). Někteří obyvatelé si myslí, že jim teplo z radiátoru vyhřeje byt. Jeden příklad: když jsem vysvětloval pánovi, který stále otevíral topení na chodbě, že je to zbytečné, tak v obývací měl ventil na III. a na chodbě byla hlavice nastavena v červeném políčku. Co k tomu dodat.

V jeden den, kdy venku byl mráz -10 °C, jsem při uzavřeném ventilu radiátoru naměřil na parapetu okna 13,5°C, tedy v doporučené teplotě.

Na závěr chci podotknout, že v době, kdy se apeluje na šetření energií, je i ta, pro někoho zanedbatelná částka 822 Kč, pro většinu z nás ale zbytečně vynaložená.

*Josef Neumann
Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti, Most*

Výlet do Klášterce nad Ohří



Probuzení do rána 24. října 2018 přivítalo 28 seniorů z Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti výletu svou nevlídnou tváří. Mrholí a vlhko padá k zemi, my ale míříme k autobusu a v 9 hodin vyrážíme směrem na Klášterec. Zde nás přivítala paní Bauerová, předsedkyně samosprávy daného penzionu a seznámila nás s programem výletu. Nejedeme k moři jako ve filmu Účastníci zájezdu, nemáme dva šoféry se jménem Karel, ale jednoho se jménem Petr, nepodává se káva a tím nejsou i problémy s navracením podšálků (jistě si na film vzpomínáte), no proč také, za hodinku jsme na místě a my jedeme na Zámek. Cesta ubíhá a já si připomínám nejdříve dětská léta, kdy jsem jako devítiletý byl na dětském táboře v Klášterci, a to na táboře

Svobodná Korea. Bude tam ještě? Dále coby student Průmyslové školy v rámci exkurzí vzpomínám na světoznámý strojírenský závod na kuličková ložiska ZKL a rovněž světoznámou porcelánku v Klášterci. Nyní jen takový dovětek. Při cestě z Klášterce na K. Vary byl strom, na kterém byla Panenka Marie, a ta postupně obrůstala kmenem stromu, zdali tam ještě strom stojí. Bylo to ve druhé polovině padesátých let, snad si také ještě někdo vzpomene. Hodinka uplynula a stavíme kousek pod zámek. Rozevíráme deštníky a počasí si s námi hraje, hned je sluníčko, hned zase duha ale mrholení neustává. Za chvíli jsme na zámku a můžeme si vybrat tři trasy prohlídek. Trasu Pohádkovou, trasu Porcelánu a trasu Museum hodin. Já si ještě s několika dalšími nadšenci pohádek míříme do Pohádky. A skutečně to ve sklepení zámku jako v pohádce vypadalo. Paní průvodkyně zajímavě vyprávěla o všem, co jsme viděli, ale nejvíce mě a věřím, že i ostatní zaujalo vyprávění o skřítcích. Tam jich je! Pokud věříme pohádkám, tak oni jsou všude. Hodní, dobromyslní a vtipálové. Z výkladu o skřítcích plyne, aspoň pro mě ponaučení, spíše výmluva, že když doma upustím talíř nebo něco rozbiji, tak za to nemohu, ale to nějaký ten skřítek. Dále se nám líbily loutky od Matěje Kopeckého a mnoho dalšího. Po hodině prohlídky ve sklepení zámku, ještě pár z nás vystoupalo po 113 ti schodech na Zámeckou věž. V zámecké cukrárně jsme se postupně sešli všichni, vyměnili jsme si dojmy, a kdo se ještě cítil, po sladkém osvěžení, vyrazil na další trasu. O těch trasách, i když se účastníkům líbily, nemohu psát, neboť jsem byl „uondán“ a moje i většiny účastníků zamířilo do podzámčí do restaurace U páva, kde jsme se posilnili, pobavili se a je tu odjezd. Přesně ve 14 hodin autobus vyjíždí a nemáme zaznamenány žádné ztráty. Za hodinku jsme doma a „sláva nazdar výletu, zmokli jsme a už jsme tu“. Je nám fajn a už se těšíme na další výlet, děkujeme organizátorům manželům Bauerovým za dnešní akci, a protože je naše samospráva aktivní, již tu máme další akci: *(viz následující článek)*

Hudební zábava s tancem a výherní výstavou



Ta se konala za dva dny po výletu na zámek, tedy 26. října 2018, a to v Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti ve velké společenské místnosti. Událost vypukla v 17 hodin a sál je naplněn k prasknutí a stůl s výherní výstavou poskytuje radostné očekávání. Přivítání se ujal pan Bauer a už to mohlo vypuknout. Rozezněla se kapela Pomezí a tím i naše hlasivky, které jí doprovázely zpěvem. Po chvilce ostýchání vyrazil na parket, spíš koberec, první pár, a to pár manželů Bauerových, že by předtančení, ale ne, taneček s tím „pojdte nás následovat“, což se povedlo a už se tančilo a zpívalo o sto šest. To by měli vidět mladí, jak to umíme roztočit v tanci polkou, valčíkem, tangem, ale i pořádným rokenrolem. Ten miluje a přímo zbožňuje paní Machová, která, i když na kolečkovém křesle, má humoru a veselé nálady na rozdávání. V tom je právě přínos penzionů, kde se spolu scházíme, co nemohou, se dostanou k zábavě, mezi své vrstevníky a nejsou sami. Jsou tu i páry seniorů, kteří byli sami, ale vzájemná setkání a sympatie je sblížila a nyní jdou životem ruku v ruce. A o tom to je.

Málem bych zapomněl na občerstvení. To jsme dostali za pomoci pracovníků z našeho penzionu. Po hodině veselí na parketu i u stolu začíná vyvolávání výherních čísel kuponů výherní výstavy, zakoupených za mírný poplatek. Za půl hodiny je stůl s výherní výstavou prázdný a výherci září spokojeností. A už se pokračuje v zábavě, ale vše jednou končí, i to dnešní setkání. S písní „Když chlupci se loučí“ se s námi rozloučilo i Pomezí a pomalu se spokojeně rozcházíme s tím, že brzy bude Mikulášská zábava.

*Josef Neumann
Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti, Most*

Co nového v Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti?



vydávalo oplechování bočních stěn působením slunce, větrem apod. Nesmím zvláště opomenout i zlepšení tepelných přínosů v těchto bytech.

Byl uveden do provozu nový nákladní výtah. Výtah je velmi pěkný a je to radost pro vozičkáře, kteří mohou bez problému nastupovat i vystupovat. Výtah rovněž splňuje veškeré bezpečnostní předpisy, které předpisuje EU.

A co můžeme ještě očekávat do konce roku?

Dle vyjádření vedoucí penzionu paní Mgr. Veroniky Jakubcové by mohlo dojít k výměně koberce za linoleum ve velké společenské místnosti, a to dle finančních možností. Také v rámci finančního rozpočtu dojde k další výměně kuchyňských linek. A poslední akcí roku by mělo být využití kamerového systému na vytypovaných místech společných prostor. Kamery by byly umístěny tak, aby nenarušovaly soukromí obyvatel.

Rok 2018 pomalu, ale jistě končí a my se můžeme těšit na další rok života v našem domově.

V roce 2018 jsme se dočkali následujících, pro náš život, velice podstatných změn.

Po několika letech vyjednávání jak od vedení penzionu, tak i naší samosprávy, dá se říci, že i naší vlastní iniciativou přes tisk, máme konečně před budovami chodník. Chodník přispívá k naší bezpečnosti, cesta před východem má zpomalovací pruh a popelnice jsou za brankou, takže žádné přecházení přes cestu. Bylo to zde skutečně o život, zvláště od doby, kdy pod koupalištěm bylo postaveno parkoviště pro automobily.

Obě budovy mají z boků nové zateplení. Obyvatelé přílehlých bytů si konečně oddychnou od nepříjemných zvuků, které



*Josef Neumann
Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti, Most*

Kdo si tu písničku zazpívá...?



Kdo? No přece účastníci setkání v Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti, a to dvakrát na akcích, které již proběhly a na akci budoucí – „Česko zpívá koledy“. Ale postupně.

Poprvé jsme si zazpívali na pravidelné akci pořádané naší samosprávou. To je „Kavárnička“ v měsíci listopadu. Písni „Napij se synečku napij...“ jsme sborovým zpěvem a číší vínka doplnili gratulaci listopadovým oslavencům. Kavárnička byla „kostkovaná“, takže většina přítomných se oblékla do kostkovaného tak, jak koho napadlo. Např. šéfová naší samosprávy, paní Bauerová, nalepením lístků z poznámkového bloku změnila tričko z jednobarevného na tričko kostkované. To vše úvodem a protože jsme národ zpěvný, tak další písni „Ta naše písnička česká...“, jsme připravili půdu pro oblíbenou hru BINGO. Zde se musím zmínit, že svojí první výhrou v bingu se paní Eva Dirbáková stala i první vítězkou, která pozdvihla vítězně nad hlavou bonboniéru, což je u nás rekord. Jinak vítězové drží v ruce láhev vína.

Podruhé jsme si v měsíci listopadu zazpívali dne 29. listopadu 2018 (dva dny po kavárničce) na akci pořádané naším vedením nazvané „Rozsvícení vánočního stromku“. Rozsvícení se koná pravidelně již několik let a je velmi oblíbené u našich obyvatel. Sešli jsme se ve vestibulu penzionu, kde již sestřičky i s dalšími obyvateli, připravili posezení s občerstvením. Blíží se hodina akce a je narváno. V 16. hodin vedoucí našeho penzionu, paní Mgr. Veronika Jakubcová, zahájila krátkým projevem očekávané rozsvícení a po přednesení básničky z vlastní tvorby, paní Bauerovou, sedící sbor zpěváků zpívá jednu z nejkrásnějších vánočních písní „Tichá noc, přesvatá noc“. Je to předzvěst, že se to blíží. Také, že ano. Píseň dozněla a Vánoční stromek se rozsvěcuje. Nastává občerstvení a ne ledajaké. Svařák a vánočka. Ještě jsme si zazpívali další koledu a setkání u stromečku s reprodukovánými koledami pomalu končí a postupně se rozcházíme. Ale co, nebud' me smutní, něco končí a něco začíná. Vždyť přijde Mikuláš! Tak se těším na další shledání. Ahoj!

*Josef Neumann
Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti, Most*

Mezigenerační olympiáda



Dne
7. listopadu
2018 se konala
v našem
Penzionu
pro seniory,
ul. Albrechtická olympiáda seniorů

a studentů. Z každého zařízení MSSS v Mostě – p. o. se zúčastnila tříčlenná družstva, která byla doplněna vždy dvěma studenty ze Střední školy diplomacie a veřejné správy. Také právě tato škola byla organizátorem této akce. Celkem bylo deset disciplín zaměřených hlavně na stoleté výročí vzniku naší republiky. Soutěž byla hlavně vědomostní, dále se zaměřením na postřeh a zručnost. Z našeho penzionu se zúčastnily tři seniorky paní Černá, paní Veselovská a paní Vildová a vedly si s pomocí dvou studentů velmi dobře. Naše družstvo obhájilo druhé místo v poměrně náročné soutěži. Za odměnu si družstvo odneslo pohár, medaile, pamětní listy a pěkné vzdělávací hry. Ceny předávala profesorka školy, ředitel organizace a vedoucí zařízení.

Tato olympiáda byla velkým zpestřením našeho života, kdy se zúčastněným musely otáčet mozkové závity, což je velmi potřebné. Děkuje organizátorům.

*Libuše Vildová
Penzion pro seniory, ul. Albrechtická, Most*

Štrúdlování

My matky to tak máme, že největší zážitky pro nás jsou s dětmi. Na den 10. října 2018 nás pozvala MATEŘSKÁ škola v ul. Albrechtická na návštěvu.

Ale ne ledajakou, čekaly nás děti se struhadly a miskami jablek. Pozvaly nás na pečení štrúdlů a daly jsme se včetně naší vedoucí statečně do práce. Ty jejich šikovné, malé ručičky si někdy nevěděly rady, ale společně jsme všechno zvládly.

Štrúdlly šly do trouby. Samozřejmě se nám štrúdlly podařily a všem moc chutnaly. S dětmi jsme si krásně popovídaly.

Máme naše děti rády a už se těšíme, jaké si oni pro nás, připravily vystoupení na předvánoční besídku u nás v penzionu pro seniory.



*Anna Trojáková
Penzion pro seniory, ul. Albrechtická, Most*

Oslava devadesátníků



Nechyběl přípitek a krásné povídání oslavenkyň o svém životě.
Společně přejeme do dalších let hodně zdraví.

Jako každý rok MSSS v Mostě – p. o. slaví s devadesátiletými a víceletými uživateli narozeniny, tak i tento rok jsme v Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická pořádali oslavu pro dvě obyvatelky. Jednalo se o paní Evu Nebesářovou a paní Annu Telekovou. Ve společenské místnosti pro ně připravil výbor obyvatel menší oslavu, za přítomnosti vedoucí zařízení. Oslavenkyním jsme popřáli a předali dary.

*výbor obyvatel a vedoucí zařízení
Penzion pro seniory, ul. Albrechtická, Most*

Cesta „Kominíků“

Již několik let jezdíme do Žatce, potěšit tamější seniory na jejich plese. Tentokrát se připojila i velká skupina handicapované mládeže. Já chci projevít úctu jejich ošetřovatelkám, mají k nim milý a trpělivý přístup. Mládež se živelně zúčastnila tance a zvláště, když vystoupil český Elvis Presley (co všechno se na parketu dělo, se nedá popsat, to se musí vidět). Musím podotknout, že i řada z nás se toho reje zúčastnila. K vidění byl také tanec vozíčkářů, jejich vůle a radost z tance je neuvěřitelná. Všichni jsme se museli zamyslet, jak křehké je naše zdraví a že je potřeba si ho bránit a vážit. Byly jsme rády, že pro nás měl pochopení i pan ředitel Ing. Martin Strakoš, který nám zajistil úhradu dopravy do Žatce, abychom vystoupením našich kominíků udělali radost potřebným.



*výbor obyvatel a vedoucí zařízení
Penzion pro seniory, ul. Albrechtická, Most*

Národní cena sociálních služeb – Pečovatelka roku 2018 má své vítěze

Dagmar Brhelová z Denního dětského rehabilitačního stacionáře v Mostě se stala Pečovatelkou roku za rok 2018 v kategorii ambulanti služby.

Toto prestižní ocenění a zároveň 1. místo v dané kategorii převzala Dagmar Brhelová na slavnostním vyhlášení 21. listopadu 2018 v Praze na Novoměstské radnici z rukou zástupců APSS ČR a Diakonie ČCE. Odborná porota ji ocenila za mimořádně empatický přístup a pomoc k dětem i jejich rodinám.

MSSS v Mostě – p. o. již řadu let potvrzuje, že v jejich zařízeních pracují obětavé pracovnice, které právem získávají ocenění za svou práci.

Poskytované služby v těchto zařízeních jsou pro všechny uživatele i veřejnost zárukou vysoké profesionality, lidskosti a kvality.



*Jaroslava Puntová
vedoucí Denního dětského rehabilitačního stacionáře,
Střediska denní péče o děti do tří let věku, ul. Františka Malíka 973, Most*

Ústecký kraj oceňoval pracovníky v sociálních službách

Dne 11. října 2018 proběhl za účasti nejvyšších představitelů Ústeckého kraje na záměcku Větruše v Ústí nad Labem slavnostní ceremoniál u příležitosti 2. ročníku ankety „Pracovník roku v sociálních službách v Ústeckém kraji“.

Mezi oceněnými byla také pracovnice Denního dětského rehabilitačního stacionáře v Mostě Eva Onuščáková. Ocenění získala za dlouholetou a obětavou práci s postiženými dětmi. Na ocenění ji nominovala vedoucí zařízení Jaroslava Puntová, která velmi kladně hodnotí její mimořádně pozitivní a citlivý přístup k dětem.

Výsledky pracovního nasazení Evy Onuščákové jsou významným přínosem v poskytování sociálních služeb všem dětem, které potřebují mnoho lásky, trpělivosti, a také individuální péči a podporu s ohledem na jejich postižení. Gratulujeme.



Městská správa sociálních služeb v Mostě – příspěvková organizace

Malíkovské dýňování



Anglosaský lidový svátek Halloween nemá sice v českých končinách tradici jako třeba ve Velké Británii či v USA, nicméně s ním spojené vydlabávání dýňových luceren a přehlídky strašidelných kostýmů si již oblíbili mnozí z nás.

Také pro děti a tety ze stacionáře a z jeslíček v Malíkovce je to jedna z příležitostí ke společnému setkání při písničkách, tancování, dlabání dýní a dovádění. Nejinak tomu bylo i letos.

tým pracovníc

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

Kaštankový den



Krásná podzimní příroda nás každoročně inspiruje k tvorbě něčeho nového. Pod vedením tet děti zkoušely vyrobit z kaštanů různá zvířátka, malovaly listy, ovoce. Při „práci“ si děti nejen procvičily jemnou motoriku, ale seznámily se i s přírodními materiály, s papírem, s barvami a pastelkami. Vytvořené výrobky budou vystaveny v šatnách dětí, aby se potěšili i jejich rodiče.

Chválíme letos i rodiče dětí, neboť se aktivně zapojili do sběru kaštanů.

Jaroslava Puntová

*vedoucí Denního dětského rehabilitačního stacionáře,
Střediska denní péče o děti do tří let věku, ul. Františka Malíka, Most*

LISTOPAD

Vítr přišel? Všechno padá, létá,
létá mezi stromy,
poletuje mezi domy.
Stromy spolu závodí,
kdo je nejdál odhodí.
Tenké, tlusté, kulaté,
cesty jsou hned zaváté.

Naše ženy využily vycházku do parku a nasbíraly spoustu zajímavých produktů, co příroda poskytuje. Žaludy, kaštiny, jeřabiny, ořechy, šišky malé i velké, a také přinesly z trhu ozdobné dýně. A když to všechno měly, pustily se do výroby, váziček na stoly, ozdobných talířů, ale i naplnily skleněné vázy.

Měli jsme v naší společenské místnosti kousek podzimu, který hrál všemi barvami. Máme to ale šikovné ženy. Děkujeme.



Růžena Komárová

Dům s pečovatelskou službou, ul. U Parku bl. 566

Zájezd do Hořovic



Dne 13. října 2018 jsme se rozhodli, že pojedeme do Hořovic na Cibulový jarmark. Protože bylo nádherné počasí, tak jsme navštívili zdejší zámek a muzeum.

Vstup do zámku byl Lví bránou z ul. Vrbovská. Prohlídkový okruh začal v prvním patře, kde jsou soukromé apartmány. Prohlédli jsme si zámeckou kuchyni, knihovnu kněžny, ložnici knížecího páru, lovecký salon a nádherně vyzdobenou chodbu s loveckými trofejemi. Mimo zámku jsme viděli kostel nejsvětější trojice a kostel sv. Jiljí.

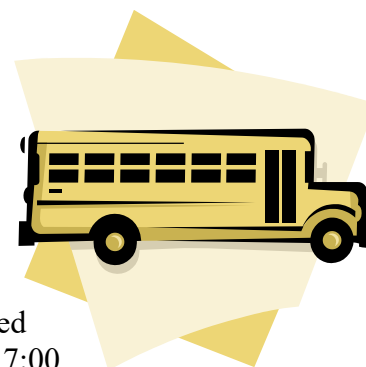
Ve starém zámku je muzeum, které je moderně vybavené. Také jsme nezapomněli na zámecký park a zámeckou cukrárnu.

Po památkách jsme šli na cibulový jarmark, který nebyl jen „samá cibule“, ale nacházelo se tam přes 500 stánků, kde si našel každý něco podle svého. Počasí nám opravdu přálo, tak se někdo zaposlouchal do Šlágru, nebo si poslechli dechovku, zastavili se i u heligonek. Zábavy, jídla i pití bylo dosti, jen ty nohy kdyby nás tak nebolely. Nakoupili jsme drobné dárky z jarmarku, někdo i cop cibule či česneku, krásně zdobené perníčky, nebo něco pro zahrádkáře. Viděli jsme toho tolik, že budeme jen krásně vzpomínat.

Růžena Komárová

Dům s pečovatelskou službou, ul. U Parku bl. 566

Rekreace v Krkonoších – Benecko horský hotel Kubát od 17. června do 24. června 2019



Benecko je krkonošská obec, nacházející se na Jilemnicku. Tříhvězdičkový hotel Kubát sídlí v malebné obci Benecko, v nádherné krajině na úbočí Hory Žaly. Čeká tu na vás krásná příroda, čistý vzduch, navíc vás překvapí neopakovatelný výhled do údolí. V centru je obchod Skalka, každý den otevřeno od 7:00 do 17:00 hodin.

Pohodlné ubytování je v příjemně zařízených pokojích, kde je vlastní sociální zařízení, sprchový kout, ručníky, osušky, TV. Součástí hotelu je velká jídelna, restaurace a bar, restaurace je s výhledem na podhůří Krkonoš. Na recepci je drobný prodej.

Pokoje jsou dvoulůžkové, třílůžkové pokoje se skládají z dvou ložnic. Všechny pokoje jsou v prvním patře s výhledem do údolí. Před hotelem je autobusová zastávka. Centrum Benecka je 300 metrů od hotelu a každou hodinu jezdí autobus. Zájezdy jsou naplánované do Jilemnice a Vrchlabí.

Snídaně – švédské bohaté stoly, oběd a večere – výběr ze dvou jídel. Po celý den je k dispozici čaj nebo ovocná šťáva.

Bude-li mít někdo zájem, může volat paní Růženě Komárové, telefon: 604 312 440.

*Růžena Komárová
Dům s pečovatelskou službou, ul. U Parku bl. 566*

Celoroční hodnocení akcí v roce 2018



Během roku 2018 jsme se setkávali každé pondělí na společném cvičení, kde se měřil i tlak a používalo se masážní křeslo. Každý první čtvrtek v měsíci jsme měli společné posezení s občerstvením, které si obyvatelé platili sami. Předávala jsem kytičky těm, co měli v tom měsíci narozeniny. Tato setkávání vždy obohatí život v našem domě.

Každou středu jsme měli kavárničku s malým občerstvením, hrajeme různé stolní hry, házíme soutěžně šipky a nechybí ani vědomostní soutěže.

Oslavovali jsme MDŽ, Velikonoce, Den matek, vánoční posezení, na kterém nám již několik let vystupují děti z Mateřské školy, ul. Růžová.

Zúčastnili jsme se i jednodenních zájezdů na hrad Český Šternberk, Trojský zámek včetně botanické zahrady, zámek Kynžvart, Motýlí dům a rozhledna Diana v Karlových Varech, zámek Hořovice i s cibulovým jarmarkem.

Také jsme se zúčastnili Seniorské šlápoty a Letního setkání seniorů. V červnu jsme uskutečnili rekreační pobyt v Nových Hamrech. Každý měsíc k nám jezdí knihovna, kde si obyvatelé půjčují knihy a pochvalují si velice tuto službu.

To byl přehled našich akcí, které se uskutečnily v domě s pečovatelskou službou v bl. 566.

*Růžena Komárová
Dům s pečovatelskou službou, ul. U Parku bl. 566*

Vánoční besídka



Celkem 35 obyvatelů našeho domu s pečovatelskou službou se sešlo na společném předvánočním posezení, kde nás přivítal krásně ozdobený stromeček a také vánoční výzdoba, která na nás dýchla vánoční náladu.

Velkou radost nám udělaly dětičky z Mateřské školy v ul. Růžová spolu s učitelkami. Děti předvedly program plný písniček, básniček a tanečků k vánočním svátkům. Na klavír je doprovázela paní učitelka. Děti předaly obyvatelům ručně vyrobené dárečky a za odměnu dostaly sladkosti.



Poděkovali jsme dětem i paním učitelkám za vystoupení, s potleskem jsme se s nimi rozloučili a ještě jsme jim předali plnou tašku plastových víček.

Poté jsem předala dárek paní Helence Ďuricové, která měla narozeniny. Pak už nastalo hodování u bohatého stolu a zpívalo se několik koled.

Byl to krásný den, který v nás zanechal příjemný pocit do dalších dnů.

Růžena Komárová

Dům s pečovatelskou službou, ul. U Parku bl. 566

Tajemství prstů na rukou

Každý prst je na ruce spojen s určitým orgánem. Příslušný prst držte pět minut a zhluboka dýchejte.

Palec je spojen se žaludkem a slezinou, zlepšuje bolesti břicha, kožní problémy, bolest hlavy, nervozitu, zmírňuje úzkosti, deprese, starosti a neklid.

Ukazováček je spojen s ledvinami a močovým měchýřem, zklidňuje bolesti svalů a zad, bolest zubů, trávicí problémy, zmírňuje zklamání, strach a zmatenost.

Prostředníček je propojen s játry a žlučníkem, snižuje únavu, migrénu a bolesti hlavy.

Prsteníček je spojen s plícemi a tlustým střevem, zklidňuje hučení v uších, dýchací potíže, astma a zmírňuje smutek.

Malíček je spojen se srdcem a tenkým střevem, zlepšuje srdeční onemocnění, bolest v krku, nafouklé břicho a problémy s kostmi.



Růžena Komárová

Dům s pečovatelskou službou, ul. U Parku bl. 566

Ocenění jednoho z našich seniorů

V těchto dnech získal krásné ocenění za celoživotní přínos fotbalu od Fotbalového svazu České republiky (FAČR) jeden z našich seniorů a to pan Josef Houška. Je to celoživotní sportovec a ve svém životě působil jako uznávaný trenér fotbalové mládeže. Svoji sportovní kariéru začínal s národní házenou, hrál za Baník Most, v jehož dresu se v šedesátých letech minulého století stal mistrem republiky. Házenou hrál vrcholově i na vojně. Kromě házené se věnoval i ostatním sportům jako například tenisu, stolnímu tenisu, nohejbalu, hokeji a zejména fotbalu.

U fotbalu působil 20 let jako trenér mládežnické reprezentace Severočeského kraje a 15 let vedl Fotbalovou školu Most. Jeho svěřenci získali řadu ocenění, mimo jiné například přes 300 různých pohárů, včetně prestižního mezinárodního Holland Cupu nebo mistrovství České republiky.

V současné době pan Houška působí jako předseda klubu seniorů číslo 8 a je také zakladatelem sportovního klubu seniorů v Mostě, který registruje přes 100 aktivních sportovců – seniorů. Jeho nejnovější aktivitou je pak trénování walking footballu, to je fotbalu 60+.

I takové seniory máme mezi námi v Městské správě sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizaci. K jeho ocenění na nejvyšší úrovni FAČR blahopřejeme.

Helena Houšková, kulturně výchovná pracovnice



Mezigenerační setkávání

Ve středu 19. září 2018 v dopoledních hodinách ožila zahrada Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolкера dětským smíchem. Navštívit nás totiž přišly děti z Mateřské školy, ul. Antonína Sochora v Mostě se svými učitelkami a paní ředitelkou. Tentokrát to byla třída „Motýlci“.

Původně byla domluvena spolupráce v rámci projektu „Duhová zahrada“. A nyní se spolupráce rozrostla o další aktivity.

Jednou z aktivit bylo i střeční dopoledne, kdy si seniory společně s dětmi vyzkoušeli šest sportovních a dvě dovednostní disciplíny. Nálada byla úžasná. Všichni byli v jednom kole, snažili se, co jen mohli. A odměnou pro seniory byly krásně navázané kontakty s dětmi a naopak zase děti si našly svojí babičku a dědečka. Na závěr děti pomalovaly naše chodníky na zahradě pestrými křídami. Dlouho budeme na toto krásné setkání vzpomínat.

Spolupráce seniorů našeho domova s mateřskou školou pokračuje čtením pohádek, společným zpíváním, předvánočním pečením a zdobením perníčků. Už se moc těšíme.

*Helena Houšková
kulturně výchovná pracovnice*



Oslava devadesátiletých a víceletých uživatelů v Klubu seniorů v Mostě

V pondělí 17. září 2018 proběhla v Klubu seniorů v Mostě číslo 8 slavnostní událost. Kromě běžného programu se v klubu slavilo. A nebyla to jen obyčejná oslava. Sešly se nám zde zrovna tři seniorky, které do kategorie 90+ patří. A to paní Eva Hochhäuserová z Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolкера, Anna Merhautová z Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti a Anna Filipeková z Penzionu pro seniory, ul. Komořanská. Našim oslavenkyním přišla popřát i paní náměstkyně Ing. Markéta Stará, zastupitel Alois Malý a další zástupci Magistrátu města Mostu.



Oslava probíhala v krásném duchu, kdy oslavenkyně v křesle pro hosta odpovídaly na pár otázek, pak následovalo blahopřání, předávání dárků, přípitek a sólo pro oslavence. Všem jubilantkám srdečně blahopřejeme.

Životní poklad

Devadesát není málo,
prožít je snad za to stálo.
Jsi nejbohatší člověk mezi námi,
ne penězi, ale vzpomínkami.
Tvůj poklad sice není zlatý,
ale má hodnotu a je pro nás svatý.
Nakouknout do něj nás trochu svádí,
vidět tam třeba tvé hříchy mládí.
Ať Ti těch vzpomínek stále přibývá,
ve zdraví, radosti, život ti ubíhá.
Do stovky chybí ti malinký kus,
tak to tu s námi vydržet zkus.

*Helena Houšková
kulturně výchovná pracovnice*



Ilustrační fotografie

Babči mažoretky

Naše Babči mažoretky vystupovaly v zasedací místnosti Magistrátu města Mostu u příležitosti kulturního programu na jednání konference Park střed a dále tamtéž u příležitosti zahájení října – měsíce neziskovek. Dokonce neplánovaně vypomohly tanečnímu studiu Kamily Hlaváčkové, když jim nedorazil potřebný počet tanečníků. Babči mažoretky svým kulturním programem přispěly k oživení těchto akcí.

*Helena Houšková,
kulturně výchovná pracovnice*

Festival Mezi městy Chomutov

V sobotu 22. září 2018 reprezentovaly seniorky Městskou správu sociálních služeb v Mostě – příspěvkovou organizaci na Festivalu Mezi městy v Cafe Atrium v Chomutově. Prezentovaly svými skladbami „Námořníci“, „Kominíci“ a „Programem ke 100. výročí vzniku České republiky“. Program společně nacvičily ženy z Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická, ul. Ke Koupališti a Komořanská a Babčí mažoretky pod vedením Bc. Venuše Zaspalové, DiS. a Heleny Houškové.



Festival Mezi městy Chomutov je multifunkční festival, kde vystupují různé zájmové skupiny z oblastí chráněných bydlení, osoby se zdravotním postižením, handicapovaní občané, obyvatelé domovů a zařízení sociálních služeb. Všechny spojuje myšlenka, že svoji zájmovou činnost dělají s radostí a pro radost.

Všechna vystoupení se vydařila, potlesk přihlížejících byl oprávněný, také moderátor nešetřil pochvalami, atmosféra

byla pohodová. Ve vzduchu byla spousta emocí. Jedinou nepříjemností bylo počasí. Přátelská a kamarádká atmosféra se nesla celým programem. Všichni vystupující si navzájem fandili. Doplnkovým programem byl prodej zdravé výživy, medu, vinařských produktů a cukrářských výrobků. Vystoupení mosteckých senierek finančně podpořil Magistrát města Mostu, finance byly použity na dopravu. Moc děkujeme.

Budeme se těšit na další setkání.



*Helena Houšková
kulturně výchovná pracovnice*

Po čem muži touží

V poslední době jeden z neúspěšnějších českých filmů „Po čem muži touží“ se promítal v úterý 20. listopadu 2018 v mosteckém kině Kosmos pro seniory se začátkem ve 14 hodin.

Vedle Jiřího Langmajera a Anny Polívkové v hlavních rolích Karla a Karly se v komedii „Po čem muži touží“, objevila celá řada známých herců a hereček – Táňa Pauhofová jako ambiciózní šéfredaktorka Playboye Leona, Matěj Hádek jako Karlův kamarád Čestmír, Jiří Havelka v roli spisovatele Roberta, který je přesvědčen, že zná ženský svět mnohem lépe než Karel, Andrea Hoffmannová a Sara Sandeva jako Karlova bývalá manželka a dcera, k níž Karel složitě hledá cestu. Filmovou redakci Playboye tvoří Oldřich Navrátil, Lucie Polišenská, Lucie Šteflová, Nad'a Konvalinková, Jana Synková, Jakub Volák, Dominika Myslivcová, Richard J. Müller a Jiří Maryško, v dalších rolích uvidíme Lenku Vlasákovou, Pavlu Tomicovou, Ester Kočíčkovou, Martina Stránského a další.

O tento film byl velký zájem, o čemž svědčila velká fronta na lístky před začátkem představení. Také senioři našich domovů a penzionů za doprovodu kulturně výchovné pracovnice naplnili hlediště zrestaurovaného kina Kosmos. A protože se jednalo o komedii, během promítání zazníval hlasitý smích ze všech míst hlediště. Určitě mnozí ze seniorů nebyli v kině dlouhou dobu, a tak jim návštěva tohoto filmu udělala jistě radost.

Pro seniory promítá kino Kosmos jedenkrát měsíčně. A senioři navštěvují mostecké kino rádi.



*Helena Houšková
kulturně výchovná pracovnice*

Babičko, dědečku, vyprávěj...

Osobní příběh je ten nejpřirozenější a nejpoutavější způsob, jak předávat dětem informace.

Tým AMA SCHOOL MOST MONTESSORI ACADEMY požádal na minulých samosprávách naše seniory, zda by byli ochotni dětem ve věku od do 13 let této školy vyprávět své zážitky z let minulých. Slovo dalo slovo a v úterý 6. listopadu 2018 společně navštívili dva senioři, a to paní Marie Krupicová a pan Pavel Vaňout, v doprovodu ředitele Ing. Martina Strakoše a kulturně výchovné pracovnice Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace mosteckou Ama School. To je základní škola s Montessori programem se sídlem na Širokém vrchu.

Setkání bylo moc milé. Děti se aktivně zajímaly o dění z minulosti, svými dotazy opravdu překvapovaly. Zajímaly se například o ekonomiku, stavění barikád, starý Most, Prahu, dětství našich seniorů a další. Tak se při příjemné besedě děti dozvěděly spoustu zajímavostí. Třeba, kde se v Mostě sáňkovalo, jak bylo ve škole, jak probíhaly vánoce atd. Na úvod a závěr si všichni společně zazpívali při doprovodu kláves, na které zahrála paní Krupicová. Děti se naopak pochlubily vlastní skladbou, kterou nám společně zazpívaly a v klipu pustily i na plátně.

Setkání bylo příjemné a určitě nebylo poslední.

*Helena Houšková
kulturně výchovná pracovnice*



Výlet na zámek a do zámeckého pivovaru v Chýši u Karlových Varů



Skupina 53 seniorů z Klubu seniorů v Mostě číslo 8 si v neděli 7. října 2018 užila krásný podzimní den. Sice si ráno museli přivstat, protože odjezd byl už v 8 hodin, ale určitě toho nelitovali. Čekal je totiž výlet na zámek v Chýši, následná prohlídka zámeckého pivovaru s ochutnávkou a pak výborný oběd v zámecké restauraci. Napřed jsme si ale prošli zámecký park a nasbírali si do kapsy kaštiny, kterých zde bylo požehnaně.

Zámek Chýše leží 35 km východně od Karlových Varů. Jeho historie počíná již rokem 1169, kdy zde stávala tvrz, která byla v průběhu 13. století přestavěna na gotický hrad. Dále zámek prošel renesanční podobou a barokní přestavbou. Současnou podobu získal zámek při novogotické přestavbě v letech 1856 – 1858. Od roku 1766 dosud je zámek v majetku rodiny Lažanských. V roce 1917 působil v Chýších coby domácí učitel spisovatel Karel Čapek. Součástí zámeckého areálu je panský pivovar. Pivovarnictví má v Chýši tradici již od roku 1580. V roce 2006 byla po 74 letech obnovena výroba zámeckého piva. Při ochutnávce jsme měli možnost kvalitu zdejších druhů piva ochutnat. Můžeme potvrdit, bylo výborné. Zámekem nás skvěle provázela paní Lažanská a pivovarem zase její manžel pan Lažanský. Oba mají neskutečnou zásluhu na současné podobě zámku. Je nutno smeknout, z jaké ruiny dokázali zámek vykresat do dnešní podoby.

Domů jsme se vrátili kolem 16. hodiny s pocitem krásně společně prožitého dne, což bylo patrné z velkého potlesku při dojezdu do Mostu. Jistě k příjemnému dni přispělo i krásné podzimní počasí.

*Helena Houšková
kulturně výchovná pracovníce*

Mostecké hudební pondělky

Základní umělecká škola F. L. Gassmanna slaví v letošním školním roce 50. výročí v nové budově. V rámci oslav tohoto výročí se škola rozhodla obnovit některé tradice. Jednou z těchto tradic jsou i Mostecké hudební pondělky. První koncert hostil zdejšího rodáka a žáka houslistu Milana Al-Ashhaba za doprovodu Adama Skoumala – klavír. Jako další program bylo malování na hudbu, kterého se ujal třetí host. No a tohoto koncertu jsme se společně zúčastnili i my, senioři z Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace. Toho koncertu se zúčastnili i naši senioři. Bylo nás opět požehnaně, obsadili jsme několik řad.



Je moc prima, že se naši senioři společně zúčastňují i takových to kulturních akcí.

*Helena Houšková
kulturně výchovná pracovníce*

Projekt „Virtuální univerzita 2“

Domov pro seniory Vrbno pod Pradědem byl vyhlášovatelem projektu „Virtuální univerzita 2“. Projekt vznikl na podporu aktivizace a společenských vazeb klientů mezi sebou a mezi dalšími domovy pro seniory. Jedná se o projekt mezurepublikový, protože se do něj přihlásilo šestnáct domovů pro seniory z celé České a Slovenské republiky. Mezi zúčastněnými byli i senioři Domova pro seniory Jiřího Wolкера v Mostě.

Podstatou projektu byl zábavný vzdělávací týden, který probíhal prostřednictvím živého vysílání YouTube. Každý den v týdnu od 1. do 4. října 2018 bylo zasíláno v přesném čase třicet otázek, které musely být zase prostřednictvím počítače zpracovány seniory a odeslány do 13 hodin téhož dne. Skupina soutěžících čítala čtyři osoby a dvě osoby personálu, přičemž soutěžili vždy jen senioři, personál pomáhal s monitorováním. Byly povoleny encyklopedie, mapy a další studijní materiál.

Na celou soutěž jsme se důkladně připravovali již předem, kdy jsme si opravdu v materiálech vyhledávali potřebná data a informace několik týdnů dopředu. Nervozita byla veliká.

Témata byla dána a jednalo o:

Pondělí: ČESKOSLOVENSKÁ HUDBA, 30 otázek
Úterý: ČESKOSLOVENSKÉ PUTOVÁNÍ, 30 otázek
Středa: ČESKOSLOVENSKÁ NEJ, 30 otázek
Čtvrtek: JAK NÁS ZNÁTE ANEB JESENICKO, 30 otázek



V pátek bylo vyhodnocení. Sice jsme se celkově umístili na 9. místě, ale soutěž byla pro nás časem, kdy jsme společně četli, hledali v materiálech, diskutovali o otázkách, vzájemně jsme si napomáhali s odpověďmi, ale také jsme se moc nasmáli. Velkým plusem bylo získání dalších nových informací z daných témat. A zase. Sešla se prima parta, která táhla za jeden provaz, byla spojena společnou myšlenkou. Bylo to náročné, ale inspirativní a poučné. Všem našim soutěžícím moc děkujeme za odvalu a vstřícnost se projektu „Virtuální univerzity 2“ zúčastnit.

Byl to perný, ale krásný čas.

*Helena Houšková
kulturně výchovná pracovnice*

Výlet seniorů do Litoměřic na oslavy 100 let vzniku Československa



V sobotu 27. října 2018 u příležitosti oslav 100 let vzniku samostatného Československa byl **klub seniorů číslo 8 z Mostu oceněn Čestným uznáním** za účast v soutěži o neaktivnější klub seniorů Ústeckého kraje. Klub seniorů číslo 8 patřil mezi deset oceněných klubů našeho kraje. Ocenění předával Oldřich Bubeníček, hejtman Ústeckého kraje za spoluúčasti Aloise Malého, předsedy Rady seniorů. Klub seniorů číslo 8 je tvořen převážně seniory z Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace, doplněný o seniory města Mostu a Bečova. Tohoto ocenění si nesmírně vážíme a jsme na něj pyšní. Je to vlastně ocenění činnosti, kterou pro naše seniory v klubu připravujeme.

Při návštěvě litoměřického výstaviště jsme dále měli možnost zažít duch doby první republiky, prohlédnout si prvorepublikovou nemocnici, vyzkoušet si tehdejší školní lavice, porovnat si sporty, ochutnat prvorepublikové pokrmy a nápoje, shlédnout módní show nebo si prohlédnout dobové automobily...

Přestože počasí nám moc nepřálo, tak jsme si tento den krásně užili.

*Helena Houšková
kulturně výchovná pracovnice*



Na padesát seniorů z Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace se společně zúčastnilo 4. října 2018 od 19 hodin Galakonzertu ke 100. výročí vzniku Československa v Městském divadle v Mostě. Pro seniory z Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolкера byla domluvena doprava Taxíkem Maxíkem do divadla a zpět domů. Tím se i osm seniorů z Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolкера mohlo pohodlně ve večerních hodinách krásně dostat do divadla. Za toto děkujeme paní náměstkyni Ing. Markétě Staré a Dopravnímu podniku měst Mostu a Litvínova, a. s.

Na programu koncertu byla vystoupení Marie Fajtové, sólistky Národního divadla v Praze, dále členů Zemlinského kvarteta a sólistů Pražského komorního baletu. Program uvedl Mgr. Jan Paparega, primátor města společně s MUDr. Alenou Dernerovou.

Tento slavnostní koncert, který byl zahájen státní hymnou, byl pro naše seniory velkým kulturním zážitkem. Je moc prima, že i naši senioři žijí kulturním životem společně s dalšími obyvateli našeho města.

*Helena Houšková
kulturně výchovná pracovnice*

Městská správa sociálních služeb v Mostě – příspěvková organizace uspořádala v sobotu dne 10. listopadu 2018 pro své zaměstnance zájezd do Chomutova na

SVĚTOVÝ MUZIKÁLOVÝ HIT DĚTI RÁJE

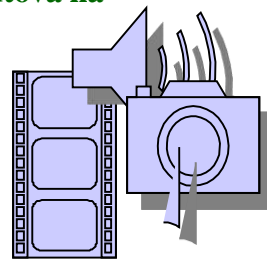
Zájem zaměstnanců byl tak veliký, kapacita autobusu pouze 53 míst, tak se nakonec muselo přistoupit k losování účastníků. Přednost měli samozřejmě zaměstnanci a poté následovali rodinní příslušníci.

Cestou došlo k nepříjemné záležitosti se zablokováním autobusu na nebezpečném místě na křižovatce před Chomutovem. Situace se musela řešit. Dopravce nám zajistil náhradní autobus, který dorazil na místo nehody, takže jsme začátek představení stihli. Někteří z účastníků situaci řešili taxíky.

Přestože vznikla takováto nepříjemná situace, samotné představení, které trvalo skoro čtyři hodiny, bylo úžasné. Poslední čtvrtinu celá chomutovská sportovní hala stála, zpívala a tančila. Úžasný zážitek. Všichni se naladili na společnou úžasnou vlnu. Potlesk nebral konce.

Domů nás odvezl sám šéf střediska Most Dopravního podniku měst Mostu a Litvínova, a. s. a přislíbil nám na příští akci, která nás čeká v příštím roce, že dostaneme nový autobus. Ale to vše nemění nic na situaci, že muzikál Děti ráje je úžasný a energii nabíjející.

Helena Houšková, kulturně výchovná pracovnice



MEZIGENERAČNÍ OLYMPIÁDA

Poděkování

Děkujeme touto cestou paní Mgr. Marcele Rudolfové a studentům Střední školy diplomacie a veřejné správy, s. r. o. za uspořádání a organizaci 2. ročníku mezigenerační olympiády, kterou uspořádali dne 7. listopadu 2018 pro seniory Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace.

Celá olympiáda měla téma „Oslavy 100 let výročí založení Československa“ a otázky a aktivity k tomuto tématu byly přizpůsobené. Opravdu to byl někdy zajímavý oříšek. Olympiády se zúčastnili za každé naše zařízení tři senioři a ti byli doplněni dvěma studenty. To byl soutěžní tým. Bylo deset okruhů otázek.

Celé dopoledne probíhalo v soutěžní atmosféře a nakonec proběhlo vyhodnocení. Přestože vyhrát mohl jen někdo, tak to ochodí, tak vyhráli všichni, kteří se této akce zúčastnili. Senioři i studenti si celou soutěž opravdu užívali a užili. Společně strávené chvíle byly určitě přínosem pro obě strany. Se Střední školou diplomacie a veřejné správy, s. r. o. spolupracujeme průběžně například při tvořivých dílničkách, které probíhají jedenkrát nebo dvakrát v měsíci na našich zařízeních. Výstupem z těchto dílniček byla výstava, která se konala dne 7. prosince 2018 v prostorách Divadla rozmanitostí. Určitě je vzájemné setkávání mladé a starší generace velice přínosné.

Helena Houšková, kulturně výchovná pracovnice



HARMONIE TŘETÍHO VĚKU

Čtvrtletník Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace.

Připomínky a příspěvky zasílejte na adresu: MSSS v Mostě – p. o., ul. Barvířská 495, 434 01 Most, případně na e-mail: sekretariat@msss-most.cz. Telefon: 476 768 973, mobil: 602 177 666.

