

# HARMONIE TŘETÍHO VĚKU

73. vydání

JARO 2018

vydává  
Městská správa sociálních služeb v Mostě – příspěvková organizace



 **MSSS**

MĚSTSKÁ SPRÁVA SOCIÁLNÍCH SLUŽEB

## OBSAH

### **Domov pro seniory, Domov se zvláštním režimem, Domov pro osoby se zdravotním postižením,**

#### **Denní stacionář pro seniory a handicapované občany, ul. Barviřská 495, 434 01 Most**

Vyhodnocení soutěžní křížovky .....	3
Masopustní zábava.....	3
Výstava Radosti života.....	4
Pečení s uživatelkami domova se zvláštním režimem.....	4
Oslava MDŽ I.....	5
Oslava MDŽ II.....	6
Slovo „nuda“ neznáme.....	6
Sportování.....	7
Pálení čarodějnic I.....	7
Pálení čarodějnic II.....	8

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

Město z krabic – výtvarný projekt se seniory.....	9
Oslava narozenin.....	9
Zdravá 5.....	10
Jarní společenský večer .....	10
Vernisáž.....	11
Masopustní zábava.....	11
Společná oslava narozenin.....	11

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

Jarní tvoření.....	12
Masopustní veselice.....	12
Oslava MDŽ.....	13
Skupinové vaření.....	13

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

Zachránce milionů.....	14
Alzheimerova choroba.....	15-16
První výlet v roce 2018 do Krušných hor.....	16
Masopust.....	17
Oslava MDŽ.....	17
Společenský večer.....	18

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

Josefovská zábava.....	18
------------------------	----

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

Jarní společenská zábava.....	19
8. ročník turnaje ve cvrkané v Libochovicích.....	19

#### **Domy s pečovatelskou službou v Mostě**

Na úvod.....	20
Oslava MDŽ.....	21
Český Šternberk.....	21-22
Jaro.....	22

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

Masopustní dovádění.....	23
Pohádka na předpis.....	23
Vítání jara.....	24
Čarodějnický den.....	24

#### **Společné**

Bowlingová klání.....	25
Přeplavme svůj La Manche.....	25
7. ročník Turnaje MSSS v Mostě – p. o. ve cvrkané.....	26-27
Jedeme v tom společně aneb Jedeme po vlastech československých – 3. ročník.....	28
První jarní vycházka.....	29-30
Spolupráce se Střední školou diplomacie a veřejné správy, s. r. o.....	30
Jarní společenský večer MSSS v Mostě – p. o.....	31
Vyhodnocení kvízu z vánočního vydání Harmonie třetího věku.....	32

## Vyhodnocení soutěžní křížovky v Domově pro seniory, ul. Barvířská



obdrželi balíček, který nám předal.

Na podzim tohoto roku jsme se v Domově pro seniory, ul. Barvířská zapojili již do 14. ročníku projektu „Senioři mezi námi“, a to do soutěže o nejlepšího luštitel.

V rámci ergoterapie jsme našim uživatelům rozdali soutěžní křížovky a ti se s chutí pustili do luštění. Křížovky jsme poslali na uvedenou adresu a čekali, zda se někdo z našich luštitelů umístí v padesátce vylosovaných.

Jaké bylo naše překvapení, když jsme

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

## Masopustní zábava v Domově pro seniory, ul. Barvířská

Dne 15. února 2018 jsme u nás v Domově pro seniory, ul. Barvířská v Mostě uspořádali již tradiční masopustní maškarní zábavu. Letos jsme ji ozvláštnili o hranou zabijačkovou scénku.

Přes pět desítek uživatelů bylo uvítáno nejen ředitelem organizace Ing. Martinem Strakošem a vedoucí zařízení Mgr. Radkou Tížkovou, ale také náměstkyní primátora Statutárního města Mostu Ing. Markétou Starou.

Naši senioři byli tradičně pohoštěni masopustním koblížkem a pak již nic nebránilo bavit se až do podvečerních hodin.

Všem děkujeme za krásně prožité odpoledne. Těšíme se na další shledání.

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



## Výstava RADOSTI ŽIVOTA



Krásný název si zaslouží krásný den a začátek. Dne 19. února 2018 jsme se zúčastnili vernisáže výstavy RADOSTI ŽIVOTA v Domově pro seniory, ul. Barvířská v Mostě. Jedná se o výstavu výrobků, které vytvořili uživatelé domova pro seniory na pravidelných aktivitách konaných na zařízení.

K vidění byly ukázky z klubu ručních prací, keramiky, pletení z pedigu, práce uživatelů domova se zvláštním režimem

a ukázka individuální tvorby vyšívání, fotografování, malby na profesionální úrovni v podání abstraktního umění, krajinek od pana Josefa Tótha.

Na úvod výstavy jsme slyšeli milá slova od vedoucí zařízení Mgr. Radky Tížkové, od náměstkyně primátora Ing. Markéty Staré a od uživatele domova pro seniory pana Josefa Tótha. Tato milá, vstřícná a krásná slova nás potěšila na duši, uvědomili jsme si, jak důležitá jsou setkávání lidí a obdivuhodné práce uživatelů, kteří se snaží trávit volný čas s potěšením a ve společnosti.

Zahájení výstavy sklidilo velký úspěch, děkujeme všem, kteří nás přišli v tento den podpořit.

Děkujeme všem uživatelům a pracovníkům, kteří nás podporují.

*ergoterapie – aktivizace*

*Domov pro seniory, ul. Barvířská, Most*

## Pečení s uživatelkami domova se zvláštním režimem

Zapojení klientů Domova se zvláštním režimem, ul. Barvířská v Mostě do běžných aktivit života nám přijde velice důležité, proto se snažíme pro ně vymýšlet stále nové aktivity nebo jim zpestřujeme ty, které mají dávno zažitě.

Během dnešního dopoledne jsme se s uživatelkami vrhly do pečení, tentokrátě slaného pečiva. Sladké buchty a koláče umíme naprosto perfektně, proto jsme dnes udělaly změnu a uživatelky si mohly vyzkoušet upéct listové šneky se špenátem a sýrem. Ze začátku vládly obavy, zda to zvládnou, ale stačila malá motivace a uživatelky se pustily do pečení s vervou sobě vlastní.

Běžné činnosti jsou naprosto rozhodující k zachování soběstačnosti a důstojného stáří. Připomenutím pečení jsme procvičili paměť, jemnou motoriku rukou a zavzpomínali jsme si na další oblíbená jídla hodící se k slavnostním příležitostem.



*ergoterapie – aktivizace*

*Domov se zvláštním režimem, ul. Barvířská, Most*

## Oslava MDŽ



Tak jako každý rok, i letos dne 8. března 2018 jsme oslavili v Domově pro seniory, ul. Barvířská v Mostě Mezinárodní den žen.

Na úvod nás přivítal pan ředitel Ing. Martin Strakoš hezkými slovy a na závěr nám přednesl básničku od Jaroslava Seiferta – Mamince.

V průběhu zábavy nám zarecitoval Daník (10 let) básničku „O papouškovi“. Dále byly připraveny soutěže. První soutěž představovala namalovat na balonek přání a při druhé soutěži

se tancovalo s míčkem. Nakonec zábavy přednesl pan Tóth tři krásné básně. Všichni si zábavu moc užili a už se moc těší na další. K tanci a poslechu hrála skupina Melodie.

Dneska ženy svátek slaví,  
půjdem s nima do cukrárny.  
Koupíme jim zákusek  
a dáme jim polibek.  
Popřejeme jim štěstí zdraví,  
ať jsou tedy šťastný s námi.  
Krásný svátek žen, dámy,  
Vám přejí Vaši páni.  
Ženy jsou překrásné bytosti,  
kterých muži nemají  
nikdy, ale nikdy do sytosti,  
jen s nimi štěstí poznají.  
A že zrovna dnes svůj den slaví,  
přejeme jim všem hodně zdraví,  
k tomu štěstí, spokojenost, lásku,  
přátelství, úspěch, problémy na provázku.



### Přání za pana Tótha

Já vám přeji hezký den sváteční,  
ať srdce neteskní.  
Pevné zdraví, štěstí, lásku.  
Radost něhu každý den,  
nejenom na týden.  
To se člověk osmělí  
a vám se s úctou pokloní.  
Hodně štěstí vám!

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

## Oslava svátku Mezinárodního dne žen



Jako každý rok, tak i v letošním, se v Domově pro seniory, ul. Barvířská, konala oslava MDŽ. Na pódiu už zaujala svá místa hudební skupina Melodie. Sál se naplnil a vše mohlo začít.

Přivítání přítomných se ujal náš pan ředitel Ing. Martin Strakoš. Přednesl krásnou báseň Jaroslava Seiferta – Mamince. Poté přistupoval k jednotlivým stolům a každé ženě popřál a předal květ růže.

Jako další – malý Daníček – přednesl básničku o papouškovi. Myslím, že nejen na mne, ale i na mnoho dalších, zapůsobila emotivně. Následovaly tři soutěže: první spočívala v malování nebo napsání vzkazu ženám na nafouklý balónek, který Vendulka následně všem přečetla. Než se tomu tak stalo, Vendulčin balónek praskl a ještě ani smích nedozněl, ozvala se další rána a můj balónek se ocitl ve stejné situaci. Cáry balónků zůstaly na zemi. Přesto i z těchto minizbytků Vendulka vzkaz přečetla. Vítězi byli všichni, dostali odměnu – poupě narcisky, které se doma rozvílo do plné krásy. O další krásný zážitek se postaral pan Tóth, který zarecitoval tři básně, za něž sklidil velký potlesk přítomných. Poslední soutěž spočívala v tanci s balónkem na čele.

Všechno má svůj začátek, tak i konec a my jsme opouštěli sál s pěkným pocitem krásně prožitého odpoledne. Těšíme se, že se zase v nejbližší době setkáme při podobných akcích. Vendulko, Denisko, Růženko a další – za nás za všechny DĚKUJEME!

*Anděla Karlíková*

*Domov pro seniory, ul. Barvířská, Most*

## Slovo „nuda“ neznáme

V úterý dne 3. dubna 2018 jsme prožili odpoledne, kdy slovo „nuda“ snad nemůže existovat. Odpolední klub byl ve znamení tvořivosti. Uživatelé měli klub pletení z pedigu, klub KAVÁRNA – podávalo se kafičko s povelikonočným mazancem, hráli se společenské hry (Člověče, nezlob se!, žolíky) a tvořily se květiny z vlny, při které se trénovala motorika ruky.

Další etapa při odpoledním klubu byla návštěva studentů a paní profesorky ze Střední školy diplomacie a veřejné správy, s. r. o. v Mostě. S touto školou máme velice dobrou spolupráci a vždy se těšíme na jejich návštěvu. Tentokrát pro nás měli nachystanou výrobu květiny z obkreslené vlastní ruky, kterou si uživatelé vybarvili dle vlastní představivosti. Představivosti se meze nekladou, a proto vznikly unikátní výrobky.

Úterní odpoledne bylo „vyčerpávající“, ale nadšené a spokojené tváře, stojí vždy za to. V Domově pro seniory, ul. Barvířská v Mostě SLOVO NUDA NEEEXISTUJE. Děkujeme všem za přízeň a těšíme se na další společné setkávání.



*ergoterapie – aktivizace  
Vendula Miletínová, DiS.*

## Sportování

Ve středu dne 4. dubna 2018 se sešlo přes dvě desítky uživatelů Domova pro seniory, ul. Barvířská v Mostě, aby si změřili své síly a schopnosti ve sportovním klání.

Soutěžilo se v disciplínách – KUŽELKY A TREFA NA BRANKU. Nálada byla veselá, sportovní výkony výborné.

Blahopřejeme a všem soutěžícím přejeme mnoho úspěchů do dalších utkání.

Sportování ovládly ženy v tomto pořadí:

3. místo – paní Kuřinová
2. místo – paní Deylová
1. místo – paní Trnková



*ergoterapie – aktivizace  
Vendula Miletínová, DiS.*

## PÁLENÍ ČARODĚJNIC 2018

Každý rok se snažíme připravit pálení čarodějnic tak, jak jsou naši uživatelé z Domova pro seniory, ul. Barvířská v Mostě zvyklí. U dobré muziky, společným zpěvem, tancem, spálením čarodějnice a opečením vuřtů.

I letos jsme se museli poprat s měnícím se počasím. V průběhu dopoledne foukal nárazový vítr, na pár okamžiků také ztemnělo nebe. Jsme již na podobné počasí zvyklí, za dobu konání jsme zažili různé rozmary počasí, a tak jsme venkovní akci přesunuli na velký sál, kde nefouká a kde je nám dobře.

Poté již nic nebránilo přiletu netrpělivě očekávaných čarodějnic, které se slétly na všech možných létajících strojích, košťatech, smetácích a mopech a začal pravý čarodějnický rej. V čele s ředitelem Ing. Martinem Strakošem, vedoucí Mgr. Radkou Tížkovou a panem Aloisem Malým, zastupitelem, radním města Mostu a předsedou Krajské rady seniorů Ústeckého kraje.

Odpoledne bylo plné zpěvu, rejdní, smíchu, prostě krásné dobré nálady. Děkujeme všem čarodějnicím a čarodějům, že si našli čas a přišli se s námi pobavit a užít si příjemné odpoledne.



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

## Pálení čarodějnic v Domově pro seniory, ul. Barvířská

30. duben je známý svou tradicí, t.j. pálením čarodějnic. Jak v předešlých, tak i v letošním roce, tomu tak bylo. Počasí bylo vysloveně letní už několik dní, ale zmíněný den od rána byl nepříjemný, vál silný studený vítr, který byl příčinou toho, že se celá akce přesunula do velkého sálu a ten se naplnil seniorkami a seniory.



Akce se zúčastnili: náš pan ředitel Ing. Martin Strakoš, naše vedoucí zařízení Mgr. Radka Tížková a pan Alois Malý, předseda Krajské rady seniorů Ústeckého kraje. Tento krátkým projevem seznámil přítomné s navýšením důchodu seniorů 85 let a výše. Uvítání přítomných se již tradičně ujala naše Vendulka Miletínová v převleku čarodějnice. Paní Radka Tížková a pan ředitel v čarodějnickém oděvu ve zlato-černé kombinaci a dále asi 10 čarodějnic a jeden čaroděj v typických čarodějnických oblecích s patřičnými doplňky.

Všichni se představovali svými jmény, která byla téměř krkolomná, takže si je zřejmě nikdo nezapamatoval, ač by byl dostal odměnu v podobě cukrátky. Následovala promenáda všech čarodějů a poté byly vyhlášeny dvě soutěže. První bylo házení kostí do vody na čarodějnickou polévku, druhá byla – Pavoučí rej. V sále zněl neustále smích. K dobré náladě přispěl i výborný grilovaný obrnický špekáček.

V souvislosti s dnešní oslavou jsem si zavzpomínala na své rané mládí. Bydleli jsme v Ivančicích u Brna. Babičku jsem měla až na Šumavě, v malé vesničce zvané Šalmanovice. K ní jsem jezdila na prázdniny. Tehdy byla sobota, když jsme s maminkou nastoupily do vlaku. S námi jel i Vladimír Menšík (známý herec, milovaný snad celým národem). Menšíkovi byli dobří sousedé, a když potom se rozneslo po Ivančicích, že snad je Láďa nemocen nebo že dostal rozum a „seká“ dobrotu, kývla a jel s námi. Láďa oklamal všechny kolem sebe, a ačkoliv byl hyperaktivní, byl tak hodný, že nebyl problém ho vzít. Jak moc jsme se mýlily, už tehdy to byl herecký výkon. Láďu u babičky napadl plán, jak zpestřit 30. duben. Když byla připravena hranice na čarodějnici, babička pozvala lidi, aby se občerstvili před průvodem. Zmatek, nepozornost a toho všeho využil Láďa. Viděl samotinké, nazdobené koště, popadl ho a hodil ho do blízké řeky. Nesmírně se tím bavil, jak všichni hledají, až sousedka jim věnovala své opotřebené staré koště. Rychlé nazdobení a průvod se dal do pohybu. Nakonec nás prozradil rybář a babička nemeškala, už se nevyptávala a za patřičného výchovného výprasku, samozřejmě mě, potrestala a neustále opakovala, že jsem „daremná“. Mé protesty, že to byl Láďa, který to všechno zinscenoval, nechtěla slyšet. Stačilo jí, že jsem byla u toho. Výprask byl pro mě, tehdy devítiletou, potupný. Ale nebyl by to on, aby ještě něco nevymyslel. Přistavil k posteli žehlicí prkno, opřel ho o pelest a měli jsme lyžařskou sjezdovku. To už babička ale byla tak unavená, že nám to prošlo. Po návratu do Ivančic Láďa ale nemlčel a informoval celé město o proběhlém výprasku. Samozřejmě, že se všichni smáli a já se neskutečně styděla. Inu, krásné, nevratné mládí. Babička i Láďa už nejsou mezi námi, ale jejich stín mě stále provází. Už nevnímám, co mi vše provedl, nikdy mi nevymizí z paměti. Jsem ráda, že jsem byla jeho spolužačkou, sousedkou, kamarádkou a teprve, když jsme opouštěli gymnázium, naše cesty se rozdělily. Nebyly mobily, psali jsme si, ale povinností přibývalo, takže jsme se viděli pouze na srazu studentů gymnázia po pěti letech.

Děkuji všem, kteří akci připravili, starají se o nás a budeme se těšit na opětovné setkání při dalších akcích.

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



## Město z krabic – výtvarný projekt se seniory



Se začátkem letošního roku se začal v Domově pro seniory, Jiřího Wolкера v Mostě realizovat projekt s našimi seniory, v jehož rámci senioři na ergoterapii vyrábějí město Most, jak ho znají z období, než muselo ustoupit těžbě uhlí.

Celý projekt má na svědomí slečna Adriana Gyrová, studentka Pedagogické fakulty UJEP, která si stanovila nemalý cíl. Jak říká studentka Adriana, cílem byla práce se vzpomínkami, se zkušenostmi z předchozího života.

Senioři pracovali s fantazií, které se meze nekladly. V neposlední řadě vyráběním modelů domů a staveb starého Mostu si senioři procvičovali jemnou motoriku i svoji trpělivost. Výsledkem mnohaměsíčního snažení je právě probíhající výstava v Městské knihovně v Mostě, která bude k vidění až do 31. května 2018.

*Mgr. Lenka Makovcová, DiS.  
vedoucí Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolкера, Most*

## Oslava narozenin

Paní Jiřina Řezáčová z Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolкера v Mostě oslavila krásné životní jubileum. Narodila se v roce 1926. Oslava jejích narozenin proběhla, mimo jiné, také v klubu seniorů číslo 8, kde jí kromě výboru klubu přišla popřát i náměstkyně primátora Statutárního města Mostu paní Ing. Markéta Stará.

Paní Řezáčové blahopřejeme a přejeme jí k jejímu krásnému životnímu jubileu hodně zdraví, štěstí, spokojenosti a dobré nálady.



*Helena Houšková  
kulturně výchovná pracovnice*

## Zdravá 5



Ve středu 21. března navštívila skupinka dětí s paní vychovatelkou Bc. Naděždou Vopelkovou naše seniory v Domově pro seniory, ul. Jiřího Wolкера, aby společně zhodnotily a ochutnaly výsledky kuchařského umění dětí z Dětského domova v Mostě.

Setkání se uskutečnilo v rámci vyhlášené soutěže pořádané řetězcem Albert. Jedná se o celostátní kuchařskou soutěž „Finále Zdravé 5“, která podporuje děti a mladistvé ve znalostech zásad správné výživy a zároveň rozvíjí umění kreativní přípravy jednoduchých pokrmů za rozumnou cenu. Porota bude hodnotit nejen složení pokrmu a lákavý vzhled, ale i myšlenku, jak týmy naloží s do soutěže připraveným pohoštěním pro 4 osoby do výše 100 Kč. Soutěžící mají za úkol navrhnout, komu připravené pohoštění darují a udělají mu tak radost. Může to být osamělá paní od vedle, babičky a dědečkové v domově důchodců, nebo třeba dlouhodobě nemocný spolužák.

A tak si děvčata z Dětského domova v Mostě vybrala po dohodě naše seniorky v Domově pro seniory, ul. Jiřího Wolкера v Mostě. Děvčata slavnostně předala své kulinářské umění. Seniorky rády ochutnaly a popovídaly si o receptu a zaslouženě pochválily přinesené pohoštění. Dále si společně popovídaly, na oplátku děvčata pomohla seniorkám tvořit papírový les, který bude jednou součástí připravované výstavy „Postav si své město“, která se v současné době v domově tvoří.



Společné posezení bylo velice příjemné, teď už nám zbývá držet děvčatům palce, aby svým kulinářským uměním a hezkou myšlenkou uspěly v celostátní soutěži „Finále Zdravé 5“. Také věříme, že tato spolupráce s Dětským domovem v Mostě nebyla poslední.

*Helena Houšková, kulturně výchovná pracovnice*

## Jarní společenský večer



V pátek 23. března 2018 jsme se zúčastnili Jarního společenského večera v Domově pro seniory, ul. Barvířská v Mostě. Večírek se nám velice líbil a jsme rádi, že jsme se ho zúčastnili. Vystoupení dětí bylo nádherné, potěšilo nás a zahřálo u srdíčka. Muzika nám hrála písně našeho mládí a náš tanečník pan Vnouček provedl po parketě naše „sestřičky“. Moc jim to slušelo, hlavně ten výškový rozdíl nás velmi pobavil. Že se sejde tolik masek, jsme opravdu

nečekali. Všem maskám to moc slušelo a děkujeme jim za krásný průvod. Již nyní se těšíme, jaké bude téma příštího večera, opět se určitě zúčastníme.

*Jiřina Hasenöhrlová  
Domov pro seniory, ul. Jiřího Wolкера, Most*

## Vernisáž

Společnou procházkou jsme se vydali s uživateli Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolкера dne 19. února 2018 do Domova pro seniory, ul. Barvířská na vernisáž výstavy Radosti života. Na výstavě jsme si prohlédli výrobky z jednotlivých klubů ručních prací. Ale nejvíce nás zaujaly obrazy zdejšího uživatele Josefa Tótha. Z obrazů na nás dýchla pozitivní energie a nad pestrostí barev jsme přicházeli o slova. Bylo se na co koukat a výstava se nám velmi líbila. Vraceli jsme se domů plni dojmů.



Děkujeme nejen uživatelům, ale i personálu, že připravili tak krásnou výstavu a vernisáž, které jsme se mohli zúčastnit.

*Věra Hampejsová, DiS., ergoterapeutka  
Domov pro seniory, ul. Jiřího Wolкера, Most*

## Masopustní zábava

Ve čtvrtek 22. února 2018 se u nás na zařízení konala Masopustní zábava. Jako vždy bylo pro nás připraveno pohoštění. K poslechu a k tanci nám hrála skupina Melodie. Ale největším překvapením pro nás byl masopustní průvod. Takovou účast jsme už dlouho neměli. Zavítal mezi nás vodník, král s královnou, gejša, cikánka, víla, miminko, klauni a mnoho dalších. Připravené byly i soutěže v pojídání koláčků a namotávání jitrnic. Všem se nám zábava velmi líbila, panovala velmi klidná a pohodová atmosféra. Ani se nám nechtělo domů. Hezky jsme si to všichni užili a někteří z nás si i zatancovali. Naši tanečníci provedli i naše sestřičky a paní vedoucí.



Děkujeme všem za hezkou zábavu a těšíme se již nyní na další.

*Jiřina Hasenöhrlová  
Domov pro seniory, ul. Jiřího Wolкера, Most*

## Společná oslava narozenin

V pondělí 26. března 2018 se u nás konala společná oslava narozenin. Sešli se oslavenci, kteří mají narozeniny v měsíci lednu, únoru a březnu tohoto roku. Oslava byla malá, komorní, ale velmi hezká. Poseděli jsme při kávě a dortíčku, který všem moc chutnal. Přečetli jsme si horoskopy a dozvěděli jsme se něco o historii Velikonoc. Odcházeli jsme domů s hřejivým pocitem u srdíčka. Děkujeme všem, kteří mezi nás přišli a oslavu si nenechali ujít.



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

## Jarní tvoření



Na první jarní den, v obklopení jarních květů a trochy ranního sluníčka, jsme v rámci skupinové aktivizace v Domově pro seniory, ul. Antonína Dvořáka jarně tvořili, zaseli osení, přesadili květiny do prostornějších květináčů a kochali se příjemnými barvami narcisek, modřenců, gerberek nebo hyacintů. Pohled jako do zahrady si uživatelky mohly vychutnávat celé dopoledne.

*Bc. Petra Hreňuková, DiS.  
sociální pracovníce*

## Masopustní veselice



a to s pomocí maškarních kostýmů, ze kterých seniorky vybíraly tři nejlepší a ocenily je, jak už to „babičky“ dělávají, sladkostí a pochvalou. Seniorky s kostýmy nebyly pozadu, zvolily elegantnější způsob a ozdobily se škraboškami. Děti i seniorky měly možnost vyfotit se v masopustním fotokoutku a uchovat si tak vzpomínku na tento den.

*Bc. Petra Hreňuková, DiS.  
sociální pracovníce*

## Oslava svátku MDŽ v Domově pro seniory, ul. Antonína Dvořáka



Na oslavu svátku Mezinárodního dne žen přišly navštívit uživatelky domova děti z Mateřské školy, ul. Antonína Dvořáka. Krátké, ale přesto příjemné setkání s dětmi vykouzlilo uživatelkám úsměv na rtech. Děti si připravily pásmo písniček a básniček s jarní tematikou a na rozloučenou předaly každé „své babičce“ přání a květinu.

*kolektiv Domova pro seniory, ul. Antonína Dvořáka, Most*

## Skupinové vaření na Dvořákovce

Již několikrát se nám osvědčila dobrá spolupráce mezi uživatelkami při pečení koláčů či vánočního cukroví. Nyní bylo společným cílem v rámci aktivizace uvařit jídlo, po kterém se uživatelkám „stýská“ a zvládnou ho i osoby se sníženou soběstačností. Trefou do černého byla tentokrát „uhlířina“. Uvařit noky, brambory, poté loupat, krájet, míchat, to všechno jsou činnosti, na které se jen tak nezapomíná a naopak člověka potěší, že mu stále jdou tak dobře jako před lety.



K vaření se sešla menší skupinka žen a náramně si to užívaly. V mezičase, kdy se vařila voda na noky, stihly i společnou kávu a popovídat si. Další skupinové vaření plánujeme na jaře, tak se necháme překvapit, na co dostanou naše mlsné jazýčky chuť.

*Bc. Petra Hreňuková, DiS.  
sociální pracovnice*

## Zachránce milionů

Kdo dnes zná jméno Willem KOLFF? Nejspíše jen málo jedinců. Kdo zná dobrodiní umělé ledviny? Asi všichni. Tento člověk, Pan lékař, Holanďan, byl předurčen lidem opravdu pomoci. První pacientkou se stala Holanďanka Sophia Schafstadt, laborantka. Poměrně mladé ženě právě selhaly akutně ledviny a čekala na smrt. Potřebovala dialýzu, vyčištění krve, které normálně dělají velmi důmyslně ledviny skoro každého z nás. Ty její náhle selhaly. Ale v tu dobu v nemocnici v Kampenu již zmíněný nadšenec Dr. KOLFF za své peníze v prosakujícím sklepě oné nemocnice sestavoval přístroj, který měl dialýzu provádět. Stolitrová vana ze staré pračky, otáčecí buben, 40 metrů střívek na párky, součástky ze standardní brzdové výbavy automobilu Ford a pár plechovek od konzerv, pár ventilků ze zámečnické dílny. Bruselské normy, estetické komise, ministerské pokyny, tehdy naštěstí neexistovaly.



Prvním 15 pacientům se selháním ledvin tento "aparát" jen poněkud prodloužil život. Problémem se mimo jiné ukázalo napojení žilního oběhu pacienta přes onen brzdový systém automobilu Ford a ventily na vlastní aparát. Mnoho zkoušek, mnoho utrpení. Ve sklepě se potácel po cihlách, které umožňovaly brodit se sklepní vodou. Nestor nefrologů a nadřízený Dr. Kolffa profesor Borst, navrátilce z koncentračního tábora, tyto Kolffovy pokusy kategoricky odmítal. Dr. Kolff v roce 1946 ještě vylepšil poslední model a natrvalo opustil Evropu a odjel do USA. Na klinice v Chicagu zakládal krevní banky, bádával nad výrobou umělé krve, zkoušel nové možnosti funkce umělého srdce, konzervací krve odebrané a uskladněné a zajisté nadále vyvíjel "svoji" umělou ledvinu. Nakonec se svými studenty De Vriesem a Jarvikem vyvinul i umělý srdeční systém (na přání dr. Kolffa pojmenovaný Jarvik I.), který umožnil přežití prvního pacienta 2. prosince 1982 o 112 dní. Před operací měl pacient prognózu jen několik hodin. On to byl, který položil hranici mezi transplantací orgánů a technologií zcela umělého srdce. V okamžiku, kdy byl vyřešen problém smáčivosti umělých materiálů, se cesta k naprosto syntetickému srdci opět otevřela. Nakonec potřeba náhradních biologických orgánů, srdcí je limitujícím faktorem – ona srdce prostě nejsou k dispozici a jejich potřeba stoupá. Miniaturizace a komplexnost pumpa + kardiostimulátor v jednom naznačuje další možnosti náhrady oné úžasné svaloviny, která byla donedávna chápána jako nepostradatelná.

Nakonec on a lidé kolem něho uskutečnili sen mnoha lékařů a zejména pacientů. Dnes je umělá ledvina zcela běžným vybavením i nižších kategorií medicínských zařízení. Někteří sportovci i na ZOH před a po výkonu v odpočinkové atmosféře dialýzu absolvovali. Kdo si dnes vzpomene za začátky a historickou rychlost vývoje tohoto zařízení?

Dr. KOLFF se narodil v rodině lékaře. Syn nechtěl pokračovat v jeho stopách, vadilo mu, že se v této profesi umírá. Chtěl být ředitelem ZOO. Při zjištění, že v té době byly v Holandsku jen tři zoologické zahrady, pochopil, že by to nebylo zrovna možné. Ve škole zprvu neprosplával, na gymnáziu také strádal. Trpěl dyslexií. Nakonec pracně dostudoval. Pracoval vždy velmi tvrdě v nemocnici v Leidenu a pak v Kempenu. Od totálního nasazení za války zachránil asi 800 lidí. Ke stáří řekl: "Je plno lidí, kteří jsou chytřejší než já." Pracoval jsem ale velmi tvrdě a byl extrémně důsledný. Mladým lidem bych doporučil, aby daný problém co nejvíce zjednodušili, nešli hlavou proti zdi, ale velmi pečlivě v ní hledali i tu nejmenší škvírku. Když jsem jako mladý asistent řekl svému šéfovi, že chci vynaleznout umělou ledvinu, mohl se zbláznit. Naštěstí profesor a šéf kliniky mi naslouchal a nechal mne pracovat." V Chicagu se nakonec obklopil mladými, perspektivními lékaři, kteří v jeho stopách nadšeně kráčí.

Willem Johan KOLFF zemřel v tichosti tři dny před svými 97. narozeninami 11. února 2009 v Salt Lake City ve státě Utah. Byl prototypem člověka, který svým životem pomohl mnoha lidem, vzpomeneš tedy na něj alespoň tímto článkem. Kdo dnes zná jméno Willem KOLFF?

Děkuji MUDr. Radkinu HONZÁKOVI, CSc. za možnost čerpání některých faktografií pro tento článek z jeho zdrojů.

*Pavel Vaňout  
Penzion pro seniory, ul. Albrechtická, Most*

## Alzheimerova choroba



Alzheimerova choroba postihuje lidstvo od jeho prvopočátku. Zdá se však, že jistá akcelerace – vzestup počtu pacientů je úměrný vývojem společnosti této planety. Aloysius Alzheimer se narodil v roce 1864 a zemřel ve Vratislavi roku 1915 na srdeční selhání. V roce 1907 byla po něm choroba pojmenována. Její charakteristiku přesně popsal v roce 1906 na své přednášce v Tübingenu, pak následovala slavná a bouřlivě diskutovaná publikace v časopisu Psychiatrie v roce 1907.

O co se vlastně jedná? Jde o smrtelnou chorobu, která v současnosti postihuje v ČR asi 85 tisíc lidí. Japonsko s jeho průměrnou dlouhověkostí populace je zasaženo již značně, asi 2 – 3 miliony lidí. Náklady a sociální péče odčerpává neskutečné částky rozpočtů zemí. EU již v létech 2013 pochopila, že tato choroba je skutečným nebezpečím i pro země Evropy, kde je registrováno více jak 5 milionů pacientů. Japonsko vykazuje ony 3 miliony pacientů s ročním nákladem na jejich péči ve výši asi 2 bilionů Jenů. (1 USD = 118 Jenů)

O co vlastně jde. Celý mechanismu nemoci, zdá se, je již dokonale znám. Mozkové buňky pacienta začnou špatně fungovat v tom smyslu, že v nich působením látkové výměny vznikají klubička bílkovin tak zvaný protein – bílkovina tau, která je vázána na fosfor. Tyto drobné bílkovinné nálepy přechází i na nervové přenašeče a tak významně omezují přenos informačních vzruchů k dalším vyšším nervovým komplexům. Hvězdicovité buňky mozku jsou pak obrazně řečeno oplepeny nevodivými strukturami bílkovin a vzruchy na těchto drahách nejsou vedeny. Popis mechanismu a chemizmu celého procesu je velmi složitý, je znám, ale takto je možno celý poměrně složitý proces popsat velmi zjednodušeně. U nemocného se tak zhoršuje schopnost učení, paměť slábne. Tak je možno vysvětlit, že ani tréninky paměti, a to velmi rafinovaně konstruované, zde naprosto selhávají. Je zde i výrazná dědičná dispozice na čtyřech genech, v tomto případě se pak může choroba projevat již kolem 40. roku života. Mozková buňka je naprogramována tak, že pokud se dostává látkovou výměnou do bezvýchodné situace, volí nakonec sebedestrukci tedy sebezničení. Nedostatek počtu zbývajících málo funkčních mozkových buněk nezvládne běžní denní úkoly organismu na ně kladené. Výsledkem jsou projevy demence, která se projevuje narůstající neschopností řešit i základních rozhodování, konání. Jistě, ukazuje se, že asociální chování jednotlivce, závislosti na alkoholu a dalších návykových látkách, ale i s ohledem na nestřídmost v potravinovém příjmu chorobu aktivují a zajisté jednoznačně urychlují její vývoj.

Poznatky o vývoji nemoci jsou však hroznivé. Do deseti let je předpokládán všeobecný nárůst nemoci o 20 % a více! Ani 100 let od základní přednášky psychiatra a neurologa Dr. Alzheimera neznáme odpověď na všechny otázky týkající se této nemoci. Genetický výzkum v USA vyžaduje ročně skoro miliardu dolarů. Soustřeďuje se na genetické studie a studie na zvířatech v souvislosti s nedostatkem inzulínu v mozcích zvířat při projevech této nemoci.

Pacient by měl být plně chápán ve svých projevech. Je sociální tendence, aby zůstávalo sedm z deseti pacientů v domácím prostředí. Tato asistovaná péče však stojí v USA kolem 20 tisíc dolarů na jednoho pacienta ročně! V USA je asi 5 milionů pacientů.

V ČR, pokud vím, nebyly dosud komplexně vyčísleny náklady na Alzheimerovu chorobu, která již dnes ohrožuje každou druhou osobu ve stáří nad 85 let. Je to i daň za dlouhověkost? Zdá se, že ano. Jistě je k dispozici i podpůrná léková léčba, ale jednoznačný lék na tuto chorobu dosud neexistuje. Čeho je však zde třeba, to je tolerance, trpělivost, vcítění se do nevědomé neschopnosti pacienta, který je často sám zoufalý ze své nejen motorické neschopnosti a v závěru nemoci tedy téměř cokoli vykonávat.

14. 6. 1864 se Aloysius Alzheimer narodil v Marktbreitu, Německo.

1887 po promoci nastupuje na psychiatrickou kliniku ve Würzburgu.

1903 neuropatologie Král. Univerzity Mnichov vedoucí klinických laboratoří.

1912 jmenován profesorem na psychiatrické klinice ve Vratislavi.

19. 12. 1915 umírá na infarkt myokardu ve Vratislavi v 51. roce své usilovné práce nejen v oblasti demence, ale i při zkoumání následků onemocnění lues, vrcholného stadia jakým je progresivní paralýza.

Děkuji Doc. MUDr. Fr. Šťastnému, CSc., z jehož materiálu jsem částečně čerpal

*Pavel Vaňout*

*Penzion pro seniory, ul. Albrechtická, Most*

## První výlet v roce 2018 do Krušných hor



Dne 7. února 2018 se uskutečnil první výlet z iniciativy samosprávy našeho penzionu, a to do Nové Vsi v Horách. Jelo se soukromými auty a hlavní důvod byl, podívat se a potěšit s malými jehňaty v rodinné farmě pana Pakosty. Jehňata byla velmi roztomilá. S sebou jsme brali usušený chléb, a ten ovčím moc chutnal. Poté jsme navštívili již předem zajištěnou prohlídku výrobků dřevěných hraček. Rodinné dědictví. Byli jsme seznámeni s historií této výroby a měli jsme možnost si zakoupit některé z krásných výrobků. Celý výlet jsme zakončili dobrým obědem v hospůdce na hranicích. Počasí bylo nádherné, a tak se výlet podařil.

Děkujeme.

*Libuše Vildová*

*Penzion pro seniory, ul. Albrechtická, Most*



## Masopust



V našem penzionu v Albrechticích se dne 21. února 2018 konala Masopustní zábava. Pěknou hudbu zajistil, jako ostatně vždy, náš hudebník pan Březina. Zúčastnění návštěvníci této zábavy, kteří byli v hojném počtu, byli pohoštěni dobrými koblihami, čajem nebo kávou dle vlastního výběru a nechyběla ani sklenka vína a již byl očekáván příchod masek. Průvod byl dlouhý. Zahájilo společenství mravenců včetně královny a s mláďaty, nechyběli klauni se svými „eskamoterskými“ čísly, kuchařka a také žebrák – bezdomovec apod. Sál byl krásně vyzdoben pracemi z naší ergodílny.

Zábava byla veselá a všem se líbila.

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

## Oslava MDŽ



Letos jsme, vzhledem k jarním prázdninám ve školách, posunuli oslavu MDŽ v našem penzionu pro seniory na 13. března 2018. Přišly nám popřát děti z Mateřské školy, ul. Albrechtická. Předvedly nám moc krásné pásmo písniček, říkanek a tanečků pod vedením svých paní učitelek. Nakonec svého vystoupení všem přítomným ženám předaly krásná srdíčka. Ale i my jsme je odměnili sladkostmi. Po vystoupení dětí, přítomní muži předali všem ženám kytičku karafiátu a krásné přání, opět vyrobené v ergodílně pod vedením Věry Hampejsové.

Moc za vše děkujeme.

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

## Společenský večer



Po roce zase společenský večer na „Astře“. Jelikož jsme uznaly, že bez „Albrechtické“ se to neobejde, tak jsme na poslední chvíli sháněly vstupenky.

A udělaly jsme dobře. Večer byl úžasný. Od malých tanečnic z Tanečního studia Kamily Hlaváčikové, přes dech beroucí zpěv pana ředitele, až po světelnou show na konec. Radost jsme měly z velkého množství masek a zvláště, když náš Rumcajs získal

1. místo.

Velmi jsme se pobavily a už s napětím čekáme, co nám přinese příští rok.

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

## Josefovská zábava v Penzionu pro seniory, ul. Komořanská



Dne 7. března 2018 se u nás konala Josefovská zábava, která vyšla na jedničku. Sál byl krásně vyzdoben, přišli nám zahrát manželé Hvozdovi, které si naši obyvatelé penzionu oblíbili. Tančilo se na živé písně. Nechybělo bohaté kolo štěstí. Obyvatelé vyhrávali různé ceny, např. kávu, čaje, oplatky, drogerijní zboží. Přišel nás navštívit i pan ředitel Ing. Martin Strakoš. Zábava se opravdu povedla a všichni byli velice spokojení.

*Vlasta Bundová  
obyvatelka Penzionu pro seniory, ul. Komořanská, Most*

## Jarní společenská zábava

Naše Jituška na bále poztrácela korále...

A kde jsme je našli? Městská správa sociálních služeb v Mostě – příspěvková organizace pořádala pro své seniory jarní společenskou zábavu. Byly doporučeny masky. Zábavy jsme se zúčastnili i my z Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti.

Hodnocení hudby, zábavy i pohoštění bylo skvělé. Děkujeme za skvělé nápady a ochotu personálu. Těšíme se na bál v příštím roce.

*Miluška Bauerová  
Penzion pro seniory ul. Ke Koupališti, Most*



## 8. ročník turnaje ve cvrnkané v Libochovicích



Ve středu 28. března 2018 reprezentovalo vítězné družstvo naší soutěže ve cvrnkané ve složení pan Ladislav Bauer, Miluška Bauerová a Jitka Ehmigová Městskou správu sociálních služeb v Mostě – příspěvkovou organizaci na 8. ročníku turnaje ve cvrnkané v Libochovicích.

Přítomni zde byli senioři z domovů ze Šluknova, Libochovic, Mostu, Roudnice, Krásné Lípy, Loun, Čížkovic, Chotěšova a Milešova. A jak to dopadlo? Skvěle. Naši senioři vyhráli první místo v družstvech, paní Ehmigová byla absolutním vítězem turnaje a na prvním místě v kategorii ženy, paní Bauerová obsadila druhé místo v kategorii ženy, pan Bauer také obsadil druhé místo v kategorii muži a v kategorii doprovodů, kde nás reprezentovali pan Švambersa a paní Houšková jsme také stáli na bedně. Super výsledek, už si nás v Libochovicích považují. Blahopřejeme a děkujeme za vzornou reprezentaci Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace.

A vítězný pokřik byl: „Budeme na Primě.“

*Helena Houšková, kulturně výchovná pracovnice*

## Na úvod



Taky je vám někdy úzko,  
máte chuť dát všemu vane?  
Ke zhroucení na krok blízko,  
v mozku tma, jak v kinosále.

Tyhle stavy dobře známe,  
i k nám chmury zaletí,  
proto recept přinášíme,  
který se snad vyplatí.

Zapomeňte na ruch města,  
ven z péřových polštářů,  
zkuste být z jiného těsta,  
pod taktovkou šprýmařů.

Na tuláky zahrajte si,  
pusťte vítr do vlasů,  
vyženete všechny stresy,  
když pláchnete do lesů.

Hrady, zámky pošeptají,  
co čas všechno ohlodal,  
moudří, kdo jim naslouchají,  
vědí, kudy kráčet dál.

Tak hodně štěstí,  
milí tuláci, přidejte se k nám.

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

## Oslava MDŽ



Březnové posezení bylo spojeno s oslavou MDŽ. Oslava začala s občerstvením a s hudbou. Dne 8. března 2018 nám přišel zahrát pan Malkus na harmoniku. Bylo veselo, zpívaly se písničky, které všichni znají. Bylo to krásné odpoledne.

Přišla mezi nás naše paní vedoucí Bc. Iva Macudzinská, která všem popřála k MDŽ, ale i těm co mají v březnu narozeniny. Paní Jaroslava Dušková slavila krásných 80 let a další narozeniny slavila paní Šantrochová, paní Hasprová a pan

Heger. A tak ještě jednou všem hodně zdravíčka.

Dostali jsme i informace, kam se máme obrátit na Sestřičky s.r.o. v Mostě, pokud bude někdo potřebovat zdravotní péči. Také nás potěšila informace od paní vedoucí, že máme možnost využít agenturu „Úklidová služba“, která se nachází v Penzionu pro seniory, ul. Komořanská 818, Most. Děkujeme paní vedoucí za informace a pokračovali jsme v hezkém odpoledni.

V dubnu slavíme velikonoce. Dne 26. dubna 2018 – jednodenní zájezd do Českého Šternberka u Benešova a dne 30. května 2018 jedeme do Prahy na zámek Troja a do Botanické zahrady Fata Morgana.



*Růžena Komárová*

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

## Český Šternberk



Dne 26. dubna 2018 si udělalo jednodenní výlet na hrad Český Šternberk 45 účastníků z pečovatelského domu. Všichni šli na prohlídkovou trochu náročnější trasu, která zahrnovala patnáct bohatě zařízených místností.

Majestátní kamenné sídlo stojí na skalnatém ostrohu nad řekou Sázavou už téměř 780 let. Během celé prohlídky nás provázela unikátní sbírka grafických listů z období třicetileté války, která čítá 545 kusů a je tak jednou z největších monotematických sbírek v Evropě. Prohlídková trasa trvala jednu hodinu.

Přístupná je i jižní předsunutá bašta hradu, zvaná "hladomorna", která byla součástí důmyslného opevňovacího systému.

Po prohlídce si každý mohl zakoupit různé suvenýry a šli jsme do restaurace Pod hradem na oběd, kde se podávala domácí staročeská kuchyně a opravdu byl velký výběr.

Byl to první krásný zážitek v letošním roce a již se všichni těšíme v květnu na zámek Troja.

*Růžena Komárová*

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

## JARO



Dne 5. dubna 2018 jsme se opět sešli a přivítali jsme jaro. Protože k jaru patří i bylinky, tak jsem pozvala bylinkářku paní Janu Ranušovou a odpolední posezení s přednáškou u bylinkového čaje začalo na téma „léčivé rostliny a vše kolem nich“.

Program byl lymfatický systém. Naučila nás, jak dělat masáže rukou i nohou. Nechyběly odpovědi na spoustu dotazů. K tématu „posilujeme a čistíme ledviny a močové cesty“ byl také podáván chutný čaj z plodů dříví.

Po přednášce jsem od obyvatelů dostala krásnou kytici k mým narozeninám a sama jsem předala bonboniéry paní Ivanovové, paní Kittelové a paní Drtinové, které také měly v dubnu narozeniny.

Po občerstvení jsme opět řešili dětské hřiště. Pískoviště díky našemu panu řediteli bylo odstraněno.

Nakonec jsme poděkovali paní Ranušové za velmi vyčerpávající a zajímavou přednášku a při odchodu domů si každý odnesl čokoládové velikonoční vajíčko.

*Růžena Komárová*

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

## Masopustní dovádění v rehabilitačním stacionáři a jesličkách v Malíkovce



Poslední den masopustního dovádění jsme náležitě využili i my. Příprava byla veliká. Děti s rodiči vybírali masky, tety vymýšlely co dobrého uvařit. K masopustu přeci patří pořádná oslava a dobroty.

V den D se v herně stacionáře objevily samé pohádkové bytosti, zapojily se i tety. Společnými silami děti „upekly muffiny“, a pak se rozjela parádní zábava. Nálada byla výborná.

Tak zase za rok.

*Jaroslava Puntová, vedoucí*

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

## Pohádka na předpis

Dne 6. února 2018 dopoledne zavítali mladí herci z Divadla rozmanitostí mezi děti z dětského stacionáře a jesliček v Malíkovce. Pohádkové bytosti, které děti velmi dobře znají, se v pohádce objevily s nejrůznějšími nemocemi. Nechyběl pan doktor a jeho sestřička, a v jejich ordinaci se děly veselé příhody. Pohádka, doprovázená hudebním doprovodem pobavila nejen děti, ale i tety.

Všichni se již těší na další setkání.



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

## Vítání jara



Děti z Denního dětského rehabilitačního stacionáře a jesliček v Malíkovce se každoročně s nadšením připravují na jarní svátky. Při tradiční přípravě nesmí chybět osení, malování kytiček, výzdoba všech prostor, aby se potěšili rodiče dětí i návštěvníci. Samozřejmostí je výroba drobných dárečků pod dohledem tet a něco sladkého za odměnu.

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

## Čarodějnický den



Čarodějnice přilétly s předstihem již v pátek 27. dubna do jesliček a dětského rehabilitačního stacionáře v Malíkovce.

Některé děti přišly v kostýmech hned ráno, jiné měly masky s sebou. Na tento významný den se přichystaly i tety. Příjemná atmosféra, tanec a krásný den byly zárukou veselí a dovádění. Na závěr všichni společně čarovali a výsledkem byla sladká odměna pro všechny. Škoda jen, že při těchto společných akcích rychle ubíhá čas.

Tak zase za rok ahoj.

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



## Bowlingová klání



Pravidelně probíhají každý poslední pátek v měsíci bowlingová klání seniorů Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace. Např. v měsíci lednu MSSS v Mostě – p. o. uspořádala pro své seniory Novoroční turnaj v bowlingu.

Bowlingu se aktivně zúčastňuje zhruba dvacítka seniorů z Domovů pro seniory, ul. Barvířská, ul. Jiřího Wolкера a Penzionů pro seniory, ul. Albrechtická, ul. Ke Koupališti a ul. Komořanská.

Hrajeme na třech drahách a vždy je to soutěž se vším všudy. Tedy soupeřením, výhrou i prohrou, ale vždy v kamarádském duchu. Bowling je mezi našimi seniory velice oblíbenou aktivitou.

*Helena Houšková  
kulturně výchovná pracovnice*

## Přeplavme svůj La Manche

Společnost SenSen vyhlásila v měsíci únoru letošního roku IV. ročník štafetového plavání pod názvem „Přeplavme svůj La Manche“. Nešlo o závod v pravém slova smyslu, senioři nesoutěžili mezi sebou, ale sami se sebou, se svou pohodlností.

Patronkou toho projektu byla Lucie Leišová, přemožitelka Gibraltarů a nadšená podporovatelka plaveckých aktivit Senzačních Seniorů.

Do tohoto projektu se zapojili také senioři Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace, kdy společně se ženami tělovýchovné jednoty Slavie Most uplavali v měsíci únoru 1 347 dvaceti pěti metrových bazénů v mosteckém Aquadromu, tj. celkem naplavaných 33 675 metrů. Tyto naplavané bazény jsme věnovali Společnosti onkologických pacientů, jejich rodinných příslušníků a přátel, z. s. AMA.

Celkově se v Mostě uplavalo 3 553 bazénů v celkové délce 88 825 metrů. Za výborné výkony našim seniorům moc děkujeme.

*Helena Houšková  
kulturně výchovná pracovnice*

## 7. ročník Turnaje MSSS v Mostě - p. o. ve cvrnkané

V úterý 20. února 2018 pořádala Městská správa sociálních služeb v Mostě – příspěvková organizace pro své uživatele turnaj ve cvrnkané. Letos to byl již 7. ročník této akce.

Turnaj se konal v tělocvičně Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolkera. Soutěžní družstva tvořili vždy 3 zástupci domovů a penzionů doplněni o jedno soutěžní družstvo studentů Střední školy diplomacie a veřejné správy, s. r. o., se kterými máme již třetí rok navázanou spolupráci. Tomuto turnaji předcházely aktivní tréninky na každém z přítomných zařízení.



Turnaj letos začal netradičně. Muzika, která hrála před zahájením akce, vyburcovala některé přítomné ke společnému tanečku. Začalo to výborně. Atmosféra během turnaje byla příjemná. Soutěžící si navzájem fandili, povzbuzovali se a dokonce si i pomáhali. Zažili také mnoho legrace.

A o co se hrálo? Kromě toho, že si všichni užili krásné společné dopoledne plné aktivit, byly pro seniory připraveny i ceny. První tři vítězná družstva i jednotlivci obdrželi krásné medaile, které pro vítěze vyrobili v ergodílně Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolkera, dále diplomy a dárkové balíčky, které do této soutěže věnoval ředitel organizace. Ten také spolu s vedoucí Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolkera společně ceny vítězům předával.



Soutěžící, který získal nejméně bodů, byl odměněn medailí „čulibrka“ a malým dárkem. O toto místo je tradičně velký zájem. Tentokrát toto umístění získala paní Hana Birnerová z Domova pro seniory, ul. Barvířská. Za vyzvednutí stojí to, že paní Birnerová je nevidomá, a přesto si dnešní cvrnkání užívala plnými doušky a z ceny měla ohromnou radost. Všichni soutěžící na závěr obdrželi pamětní list. *Vítězem celého Turnaje seniorů MSSS v Mostě – p. o. se stalo družstvo Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti ve složení Miluška Bauerová, Ladislav Bauer a Jitka Ehmigová. Vítězem v kategorii jednotlivců se stala paní Miluška Bauerová ze stejného penzionu.* Celkové výsledky jsou přiloženy ve výsledkové listině. Vítězné družstvo jelo na krajské kolo ve cvrnkané do Domova důchodců v Libochovicích.

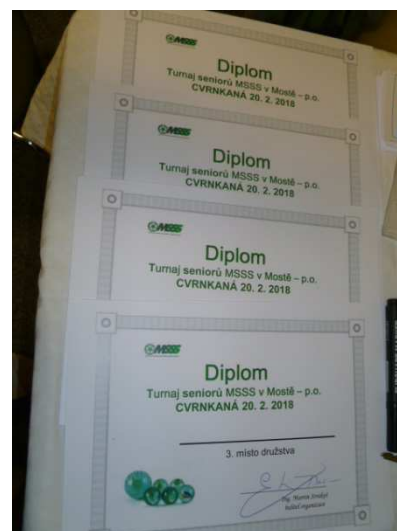
Závěrem celé akce proběhla soutěž doprovodů ve cvrnkání, samozřejmě za ztížených podmínek, aby to nebylo tak jednoduché a aby se všichni pobavili (kuličky nebyly kulaté a stejně velké). Soutěže se zúčastnil kromě doprovodů a organizátorů i ředitel organizace Ing. Martin Strakoš a vedoucí Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolkera paní Mgr. Lenka Makovcová, DiS. Tuto soutěž vyhrála v rozstřelu paní Věrka Hampejsová, ergoterapeutka Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolkera.

Na závěr hezkého dopoledne se všichni účastníci Turnaje seniorů MSSS v Mostě – p. o. společně vyfotografovali. Do svých domovů a penzionů se rozcházeli v dobré náladě a s úsměvem.

# VÝSLEDKOVÁ LISTINA

## Kategorie jednotlivci

1. Miluška Bauerová	1010 bodů
2. Vlasta Bundová	870 bodů
3. Zdeňka Hirschová	860 bodů
4. Františka Chloubová	840 bodů
5. Ladislav Bauer	820 bodů
6. Věra Habětínková	800 bodů
7. Anna Filipeková	790 bodů
8. Květoslava Jakešová	760 bodů
9. Adéla Vávrová	750 bodů
10. Jitka Ehmigová	730 bodů
11. Květa Jeníčková	720 bodů
12. Nikol Březinová, František Černý	690 bodů
13. Nikol Březinová, František Černý	690 bodů
14. Jakub Štencl	660 bodů
15. Květoslava Laštovková	620 bodů
16. Oldřiška Křivánková	600 bodů
17. Marie Kořánová	560 bodů
18. Vnouček, Jíchová, Titlbachová	370 bodů
19. Vnouček, Jíchová, Titlbachová	370 bodů
20. Vnouček, Jíchová, Titlbachová	370 bodů
21. Hana Birnerová „čulibrk“	330 bodů



## Kategorie družstva

1. Penzion pro seniory Ke Koupališti	2560 bodů
2. Penzion pro seniory Komořanská	2460 bodů
3. Penzion pro seniory Albrechtická	2280 bodů
4. SŠDVS – studenti	2100 bodů
5. Domov pro seniory Jiřího Wolкера	1970 bodů
6. Domov pro seniory Barvířská	1510 bodů
7. Domov pro seniory Antonína Dvořáka	1340 bodů

*Helena Houšková  
kulturně výchovná pracovnice*

## aneb Jedeme po vlastech československých! 3.ročník

Dne 1. března 2018 přesně v 10 hodin a 10 minut odstartoval již 3. ročník projektu **Jedeme v tom společně**. Jedná se o projekt na podporu aktivizace klientů domovů pro seniory v České a Slovenské republice. Tato akce motivuje klienty domovů pro seniory v oblasti pohybových aktivit. V tomto případě se jedná o jízdu na šlapadlech nebo rotopedech s počítačem. Jede se v pracovních dnech celý měsíc březen a duben. Dojezd je naplánován na 27. dubna 2018, kdy se jede finále. V tomto ročníku je trasa vymezena po České a Slovenské republice. Celková délka trasy, kterou by měli senioři ujet v letošním ročníku, je 1 800 kilometrů. Startuje se v Domově pro seniory Vrbno pod Pradědem, dále směr Ostrava, Žilina, Prešov, Košice, Banská Bystrica, Nitra, Bratislava, Brno, Jihlava, České Budějovice, Písek, Plzeň, Praha, Hradec Králové, Pardubice, Olomouc a cíl je opět na Pradědu.



V roce 2016 se do projektu zapojilo více, než dvě stovky seniorů po celé republice. V roce 2017 bylo přihlášeno a jelo 53 domovů včetně dvou ze Slovenska. V letošním roce je do projektu zapojeno 60 domovů pro seniory. A jedním z těch domovů je i náš Domov pro seniory, ul. Jiřího Wolкера Most, zařízení Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace.

Za naše zařízení máme zapojeno do této aktivity 10 seniorů. V loňském ročníku jsme v rámci České a Slovenské republiky obsadili krásné 5. místo, letos se budeme snažit obhajovat. Celá akce je samozřejmě soutěž, ale my jedeme jako parta, každý metr, každý kilometr se počítá. Důležitá je souhra celého kolektivu, výborná nálada, samozřejmě také zdravotní a sociální efekt. Touto aktivitou chceme podpořit aktivizaci a společenské vazby seniorů mezi sebou, ale i mezi dalšími domovy pro seniory. Cituji slova pořadatele: „*Náš projekt není až tak závodem, je o sounáležitosti a spoluprožívání. Vyhrává v něm v podstatě každý, kdo najde tu odvahu a na sedlo rotopedu se ve svém krásném věku posadí*“.

V současné době jedeme na pomyslné trase jižního Slovenska a pomalu a jistě se blížíme k Bratislavě. Na tabulce výsledků se pohybujeme mezi 9. a 4. místem mezi těmi všemi 60ti domovy. Týdenní limit je ujet 200 kilometrů. Jede se každý pracovní den v určeném čase.

Tak nám v letošním ročníku, prosím, držte palce, ať dojedeme zdárně do cíle.

*Helena Houšková  
kulturně výchovná pracovnice*

## První jarní vycházka

Ve středu 22. března 2018 vyrazilo 23 seniorů z různých zařízení Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace pod hlavičkou klubu seniorů číslo 8 na první jarní vycházku. Za našich mladých let býval první jarní den 21. března, ale časy se mění. Počasí nám přálo, bylo sice mrazivo, ale sluníčko už šimralo, ale čepice, šály a rukavice byly ještě potřeba.

Tématem jarní vycházky byly mostecké sochy. Sraz byl u divadla. První zastavení bylo u plastiky Stanislava Hanzlíka „RŮŽE PRO FONTÁNU“ u vchodu do divadla. Následovala „MŮZA“ od sochařky J. Kusové z roku 2009, jako umělecká inspirace s vazbou na divadlo. Dále jsme viděli bustu FLORIÁNA LEOPOLDA GASSMANNA, mosteckého rodáka z první poloviny 18. století. Byl to významný hudebník a skladatel, působil jako dvorní kapelník na dvoře Marie Terezie a Josefa II. Busta stávala před divadlem ve starém Mostě.

Nyní stojí vedle divadla. Dále jsme přešli k soše T. G. MASARYKA, která byla u divadla odhalena v roce 2014. Kousek dál na náměstí jsme obdivovali MOROVÝ SLOUP SVATÉ ANNY SAMOTŘETÍ, patronky města Mostu, která má v náručí JEŽÍŠKA a PANNU MARIÍ. Dále na morovém sloupu jsou sochy mučedníků a ochránců před morem. SVATÝ ŠEBASTIÁN, SVATÝ ROCH, SVATÁ ROZÁLIE Z PALERMA a SVATÁ ANEŽKA ŘÍMSKÁ. Za povšimnutí také stála KŘTITELNICE ze zbouraného kostela v Albrechticích. Dále jsme se zastavili u mostecké KAŠNY z roku 1589 s ČESKÝM LVEM, který drží znak města Mostu. Následovala prohlídka



ŽIVLŮ, které jsou umístěny vedle magistrátu. Jedná se o barokní pískovcové sochy z roku 1715 – ZEMĚ, VODA, VZDUCH, OHĚŇ. Tyto byly zhotoveny pro barokní mosteckou radnici jako ochrana proti přírodním živlům. Sochy pravděpodobně vytvořil nejstarší syn Jana Brokoffa Michal Jan Josef. Procházka dále pokračovala k SOUSOŠÍ PRŮMYSLU A OBCHODU, které je umístěno před magistrátem. Toto bylo poprvé k vidění na velké výstavě

průmyslu,  
zemědělství  
a řemesel konané  
v roce 1891  
v Mostě. Dále  
jsme si prohlédli  
i sochy  
ČESKÉHO  
LVA  
u magistrátu  
od již zmíněného  
sochaře  
Stanislava  
Hanzlíka.  
Nakonec jsme  
došli na náměstí  
k finančnímu  
úřadu, kde jsme  
si mohli



prohlédnout SOCHU SVATÉHO PROKOPA, patrona Čech. Socha původně stála v zaniklé obci Souš.

Výklad k sochám si krásně připravil pan Václavík z Penzionu pro seniory Komořanská. Na závěr vycházky někteří šli po obchodech, někteří domů a někteří skončili na hudební produkci pro seniory v hotelu Cascade. Došlo i na taneček.

Naše první jarní vycházka se vydařila. Bylo to moc prima. Příští vycházka nás čeká ke kostelu Nanebevzetí Panny Marie v Mostě.

*Helena Houšková  
kulturně výchovná pracovnice*

## **Spolupráce** **se Střední školou diplomacie a veřejné správy, s. r. o.**

V měsíci únoru a březnu 2018 probíhala na našich zařízeních MSSS v Mostě – p. o. spolupráce se Střední školou diplomacie a veřejné správy, s. r. o. Studenti této školy opět navštívili seniory ve všech našich domovech i penzionech a společně si vytvořili různé výrobky. Jednalo se převážně o tvorbu směřovanou k velikonočním svátkům. Někomu šlo tvoření lépe, jinému bylo potřeba pomoci. Ale společnými silami se vše hravě zvládlo.

Spolupráce mezi seniory a studenty je oblíbenou činností na našich zařízeních.

*Helena Houšková  
kulturně výchovná pracovnice*

## Jarní společenský večer MSSS v Mostě – p. o.

Městská správa sociálních služeb v Mostě – příspěvková organizace uspořádala dne 23. března 2018 ve společenském sále Domova pro seniory, ul. Barvířská v Mostě JARNÍ SPOLEČENSKÝ VEČER, který se odehrával v maškarním duchu.

Akci uvedl ředitel organizace Ing. Martin Strakoš společně s náměstkyní primátora Ing. Markétou Starou.

Společenského večera se zúčastnilo osmdesát seniorů ze všech domovů a penzionů pro seniory v Mostě. Všichni návštěvníci obdrželi lahev vína a občerstvení – domácí koláče a výborné škvarkové sádlo.

Během večera byl zajištěn bohatý program. Na úvod vystoupily děti z Tanečního studia Kamily Hlaváčkové. K poslechu a k tanci hrála hudební skupina B.A.S Bobše Holečka. Mezi oblíbeným programem byla také výherní výstava, ve které senioři mohli vyhrát např. mobilní telefon, dárkové poukázky, kosmetické balíčky, potravinové výrobky, např. jitrnice, tlačanky, utopence či vánočky. Vyvrcholením večera byla světelná show.

V průběhu akce byl stále zaplněný taneční parket společenského sálu, seniorům se zábava velice líbila.

Poděkování patří zaměstnancům, kteří se podíleli na přípravě společenského večera a také sponzorům, kteří přispěli finanční částkou či poskytli výrobky do výherní výstavy.



*Bc. Michaela Nermuťová, DiS.  
sekretariát*

## Vyhodnocení kvízu z vánočního vydání Harmonie třetího věku

### VÝHERCI KVÍZU

- Karel Čermák
- Jiřina Kadlecová
- Jindřiška Samulová

Dárkové balíčky výhercům  
předal ředitel organizace  
Ing. Martin Strakoš.

Gratulujeme!



### SPRÁVNÉ ODPOVĚDI

**1. Jaké dary přinesli Ježíškovi tři králové k jesličkám?**

Myrhu, zlato a kadidlo.

**2. Z čeho se vyrábí vánoční františek?**

Z mletého dřevěného uhlí kadidla.

**3. Vánoce jsou v křesťanské tradici připomenutím:**

Narození Ježíše Krista

**4. Proč se říká „Svatá Lucie, noci upije“?**

Den je delší, noc je kratší.

**5. Odkud nám nesou noviny ve stejnojmenné koledě?**

Z betlémské krajiny.

---

#### **HARMONIE TŘETÍHO VĚKU**

Časopis 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. Telefonní spojení: 476 768 973, 602 177 666.

