

HARMONIE TŘETÍHO VĚKU

duben – červen 2015

64. vydání



vydává Městská správa sociálních služeb v Mostě – příspěvková organizace



Turnaj v bowlingu dne 6. května 2015



Slavnostní vyhodnocení soutěže „Šikovné ruce našich seniorů“ v Lysé nad Labem dne 12. června 2015



Májová zábava
v Domově pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 404
dne 27. května 2015



Uživatelky z Domova pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166 na akci „Kouzelný svět pohádek aneb mezigenerační soubor“ konané dne 17. června 2015
v Domově pro seniory, ul. Barvířská 495

OBSAH

Ředitelství Městské správy sociálních služeb v Mostě - příspěvkové organizace	
Den otevřených dveří.....	4 – 6
Slavnostní předání sociálního automobilu.....	6
Hostinský pokoj.....	7
Seniorská šlápota.....	7
Domov pro seniory, ul. Barvířská 495, Most	
Šikovné ruce našich seniorů – pro radost a potěšení.....	8
Vystoupení dětí z Mateřské školy, ul. Hutnická.....	9
Pálení čarodějnic.....	9
Historie hradu Hněvín.....	9 – 10
Kouzelný svět pohádek aneb mezigenerační souboj.....	11
Kavárnička pod širákem.....	11
Pitný režim.....	12
ZDRAVOTNICKÉ OKÉNKO: Za všechno může počasí.....	13
Výlet na Ressler.....	14
Domov pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 404, Most	
Májová zábava.....	15
Platinová svatba.....	16
Denní stacionář pro mentálně postižené klienty, případně kombinovaně handicapované občany s ukončenou školní docházkou, ul. Jiřího Wolкера 404	
Návštěva.....	17
Městské divadlo v Mostě – Hodina ve zvěřinci.....	17
Domov pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166, Most	
Kouzelný svět pohádek v Domově pro seniory, ul. Barvířská 495.....	18
Seniorská šlápota nebyla.....	18
Oslava svátku čarodějnic.....	19
Penzion pro seniory, ul. Albrechtická 1074, Most	
Stručný přehled naší činnosti od ledna do května 2015.....	20
Rej čarodějnic a oslavy máje.....	20
Naše sportovní aktivita, Cvičenky z „Albrechtické“.....	21
Den dětí.....	22
Výstava paličkovaných výrobků.....	22
Pozdravení – poděkování.....	23
Penzion pro seniory, ul. Komořanská 818, Most	
Spolupráce penzionu pro seniory s mateřskou školou.....	23
Vítání jara.....	24
Pálení čarodějnic.....	24
Výlet do Klášterce nad Ohří.....	25
Kavárnička.....	25
Jarní potěšení.....	26
Kouzelný svět pohádek.....	26
Seniorská šlápota.....	27
Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180, Most	
Čarodějnice.....	27
1. máj 2015.....	28
Oslava 70. výročí ukončení 2. světové války.....	29
Andělíčci.....	29
Turnaj v kuželkách 2015.....	30
Cvičení na podložkách.....	31
Výlet na Lesnou.....	31
Pečovatelská služba, ul. Růžová 2071, Most	
Den matek.....	32
Manětín.....	33
Červnové posezení.....	34
Rekreace v Železné Rudě.....	34 – 35
Denní dětský rehabilitační stacionář, Středisko denní péče o děti do tří let věku, ul. Františka Malíka 973, Most	
Denní dětský rehabilitační stacionář v Mostě slaví významné výročí.....	36 – 37
Červen patří dětem.....	38
Turnaj mosteckých klubů seniorů v bowlingu.....	39
Společné	
14. Soutěžní klání v Domově pro seniory Podbořany.....	40
28. Sportovní hry seniorů v Litvínově.....	41
Sportovní hry seniorů na mosteckém aquadromu.....	42
Projekt Prevence kriminality a sociálně patologických jevů 2015.....	43

Test sportovních pravidel a zajímavostí

1. Fotbal se hraje s kulatým míčkem o průměru:

- a) 5 cm
- b) 10 cm
- c) 22,5 cm
- d) 60 cm



2. Nejvyšší rychlost, až 320 km/h, dosahuje míč těsně po odpalu v:

- a) Fotbale
- b) Golfu
- c) Házené
- d) Basketbalu

3. Původní soutěž o „Železného muže“ vznikla na Havaji roku 1978. Skládá se z plavání (3,8 km), cyklistiky (180 km) a maratónského běhu. Jak se tato sportovní disciplína jmenuje?

- a) Duatlon
- b) Triatlon
- c) Netball
- d) Cribbage



4. Český název pro volejbal je:

- a) Odbíjená
- b) Vybíjená
- c) Košíková
- d) Zaháněná

5. Jak se nazývá sport, ve kterém se jezdí vleže, hlavou napřed, na ledové dráze?

- a) Sánky
- b) Skeleton
- c) Boby
- d) Biatlon



Zdroj: www.stastniseniori.cz

Správné odpovědi jsou uvedeny na straně č. 43.

Den otevřených dveří dne 8. října 2015 od 9:00 do 16:00 hodin v jednotlivých zařízeních MSSS v Mostě – p. o.

Domov pro seniory, ul. Barvířská 495, Most

9:00 – 10:00 hodin – kondiční cvičení uživatelů

- rozcvička + hrátky s pamětí
- malý sál
- garant: Alena Čejková, DiS.

9:00 – 11:30 hodin – ruční práce

- ruční práce
- klubovna – 3. patro
- garant: Hildegarda Lenkvíková

9:00 – 11:30 hodin – domov se zvláštním režimem

9:00 – 10:45 hodin – přivítání a rozhovor, arteterapie

- klubovna – 8. patro

11:00 – 11:30 – rozcvička + hrátky s pamětí

- tělocvična – 10. patro
- garant: Šárka Hanáková, DiS.

13:00 – 15:30 hodin – keramika

- práce s keramickou hlinou
- keramická dílna – 7. patro
- garant: Alena Čejková, DiS.

13:00 – 15:30 hodin – odpolední klub na sále

- trénink kognitivních funkcí, procvičování jemné motoriky
- malý sál
- garant: Šárka Hanáková, DiS.

13:30 – 15:30 hodin – domov se zvláštním režimem

- animoterapie, muzikoterapie
- klubovna – 8. patro
- garant: Růžena Jarošová

V průběhu dne otevřených dveří bude provázet návštěvníky Bc. Gabriela Ježková a Bc. Lenka Charvátová.

Domov pro seniory, ul. Jiřího Wolkerova 404, Most

9:00 – 9:30 hodin – prohlídka vstupních a administrativních prostor zařízení

9:30 – 10:30 hodin – kondiční cvičení + trénink paměti

10:30 – 11:30 hodin – prohlídka zařízení a podání informací o pobytové službě

11:30 – 12:30 hodin – obědy

13:00 – 14:30 hodin – ruční práce v ergoterapeutické dílně

14:30 – 16:00 hodin – prohlídka zařízení, podání informací o pobytové službě

V průběhu dne je možné shlédnout vystavené fotografie na nástěnce v hale z různých akcí, které se konaly na zařízení v průběhu roku 2015.

V průběhu dne otevřených dveří bude provázet návštěvníky Alena Perglerová, DiS.



Denní stacionář pro mentálně postižené klienty, případně kombinovaně handicapované občany s ukončenou školní docházkou, ul. Jiřího Wolkerova 404, Most

- 9:00 – 9:15 hodin – prohlídka zařízení
- 9:00 – 10:00 hodin – pracovní činnosti
- 10:15 – 11:15 hodin – výcvik soběstačnosti v terénu (dle počasí) nebo práce s keramikou
- 11:30 – 12:00 hodin – oběd
- 12:00 – 12:30 hodin – relaxace
- 12:30 - 14:00 hodin – paměťové hry

V průběhu dne otevřených dveří bude provázet návštěvníky Marie Škrhová.

Domov pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166, Most

9: 00 – 15:00 hodin

prohlídka zařízení: prohlídka bytové jednotky + informace o pobytové službě
prohlídka reminiscenční místnosti a společných prostor
zařízení

Ergoterapie

- 9:00 – 15:00 hodin – prezentace fotografií z celoročních aktivit
 - 9: 00 – 10:30 hodin – kondiční cvičení v místnosti ergoterapie
 - 13: 30 – 14:30 hodin – reminiscenční terapie v místnosti v 1. patře
- Garant: Hana Kelišková, DiS.

V průběhu dne otevřených dveří bude provázet návštěvníky Bc. Venuše Zaspalová, DiS.



Penzion pro seniory, ul. Albrechtická 1074, Most

- 9:00 - 10:00 hodin – cvičení s overballem
- 13:00 - 15:00 hodin – ukázka prací v ergodílně

Během celého dne proběhne výstava paličkovaných výrobků a ručních prací.

V průběhu dne otevřených dveří bude provázet návštěvníky Jana Svobodová.



Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180, Most

- 9:00 - 11:00 hodin – hraní kuželek
- 13:00 - 15:00 hodin – ukázka prací v ergodílně

Během celého dne proběhne výstava keramických výrobků.

V průběhu dne otevřených dveří bude provázet návštěvníky Bc. Veronika Jakubcová.



Penzion pro seniory, ul. Komořanská 818, Most

- prohlídka zařízení: ergodílna s prezentací výrobků obyvatel
tělocvična
klubovny
v případě volného bytu možnost jeho prohlídky
- prohlídka zahrady
- seznámení se sociální službou – pečovatelská služba
- prezentace fotografií z celoročních akcí

V průběhu dne otevřených dveří bude provázet návštěvníky Bc. Iva Macudzinská.



Poradna pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy, ul. Komořanská 818, Most

- prohlídka zařízení: konzultovny, relaxační místnost
- seznámení se sociální službou – odborné sociální poradenství, s kurzem jógy a duševní hygieny
- v případě zájmu – seznámení s používanými technikami při práci s uživateli sociální služby

V průběhu dne otevřených dveří bude provázet návštěvníky Zuzana Hošková, DiS.



Pečovatelská služba, ul. Růžová 2071, Most

„Šikovné ruce klientů pečovatelské služby" – výstava výrobků
ruční práce klientů pečovatelské služby

V průběhu dne otevřených dveří bude provázet návštěvníky Marcela Baboučková.

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

- možnost prohlídky zařízení
- prezentace poskytované sociální služby
- prezentace fotografií z celoročních aktivit

V průběhu dne otevřených dveří bude provázet návštěvníky Jaroslava Puntová.



K dispozici budou informační letáky o všech poskytovaných sociálních službách v MSSS v Mostě - p. o.

Slavnostní předání sociálního automobilu pro Městskou správu sociálních služeb v Mostě – příspěvkovou organizaci

Dne 19. května 2015 se od 13:00 hodin ve společenském sále Domova pro seniory, ul. Barvířská 495 v Mostě uskutečnilo slavnostní předání sociálního automobilu pro Městskou správu sociálních služeb v Mostě – příspěvkovou organizaci.

MSSS v Mostě – p. o. získala od firmy Kompakt, s. r. o. sociální automobil značky Dacia Dokker, který bude využíván uživateli organizace, a to převážně klienty Denního stacionáře pro mentálně postižené klienty, případně handicapované občany s ukončenou školní docházkou, ul. Jiřího Wolkerova 404 v Mostě.



Uvedené zařízení navštěvují klienti s mentálním, tělesným nebo kombinovaným postižením ve věku od 18 do 54 let s ukončenou školní docházkou. Sociální automobil bude sloužit k dopravě uživatelů v rámci poskytování fakultativních úkonů (např. doprava klienta k praktickému nebo odbornému lékaři), v rámci zprostředkování kontaktu se společenským prostředím (např. doprovod na úřady a instituce poskytující veřejné služby). Dále také k dopravě uživatelů na kulturní akce (např. výlety, zájezdy, oslavy narozenin, soutěže, společenská setkání) apod.

Projekt „Sociální automobil“ je realizován za spoluúčasti firem a společností, usiluje o vytvoření, zdokonalení a obnovení vozového parku v zařízeních, která svoji činnost zaměřují na výchovu, vzdělání, rehabilitaci a integraci zdravotně, mentálně či jinak handicapovaných osob. Sociální automobil je financován prostřednictvím pronájmu reklamních ploch umístěných na automobilu.

MSSS v Mostě – p. o. prostřednictvím výše uvedené firmy v minulosti obdržela již tři sociální automobily. V roce 2004 automobil značky Citroën Berlingo, v roce 2010 automobil značky Renault Kangoo a v roce 2011 automobil značky Renault Master.

Bc. Michaela Nermuťová, DiS., asistentka

Hostinský pokoj v Domově pro seniory, ul. Barvířská 495 v Mostě



MSSS v Mostě – p. o. umožňuje ubytování rodinných příslušníků a blízkých osob v hostinském pokoji, a to po předchozí domluvě za cenu 112,- Kč bez DPH/ 1 osoba/ 1 den.

Ode dne 15. června 2015 je v budově Domova pro seniory, ul. Barvířská 495 v Mostě k dispozici nový hostinský pokoj. Původní hostinský pokoj ve 12. patře byl přestěhován do prostor v přízemí. Byl pořízen nový nábytek a ergoterapeutky Domova pro seniory, ul. Barvířská 495 jej vkusně vyzdobily.

Hostinský pokoj je možné objednat v recepci a úhrada je splatná v pokladně organizace.

*Bc. Michaela Nermuťová, DiS.
asistentka*

Seniorská šlápota 2015

Městská správa sociálních služeb v Mostě – příspěvková organizace uspořádala 14. ročník Seniorské šlápoty, který se konal dne 25. června 2015 na vrchu Ressler v Mostě.

Akce se zúčastnilo celkem 250 účastníků, z toho převážně uživatelé a zaměstnanci z domovů pro seniory, z penzionů pro seniory, z domů s pečovatelskou službou, z dětského rehabilitačního stacionáře a ze stacionáře pro mentálně postižené klienty. Akce se zúčastnili také imobilní uživatelé, kteří se z důvodu svého handicapu do přírody sami nedostanou.

V areálu bývalé lesní restaurace akci zahájily Ing. Markéta Stará, náměstkyně primátora statutárního města Mostu společně s Mgr. Lenkou Makovcovou, DiS., pověřenou řízením MSSS v Mostě – p. o.

Poté následoval start na dvou vyznačených trasách. Kratší trasa vedla kolem rybníka, kde měli účastníci možnost posedět na lavičkách a krmit kachny. Pro zdatnější účastníky byla připravena delší trasa dlouhá 3 km. Soutěžilo se v disciplínách – poznávání stop zvířat a hod na cíl.

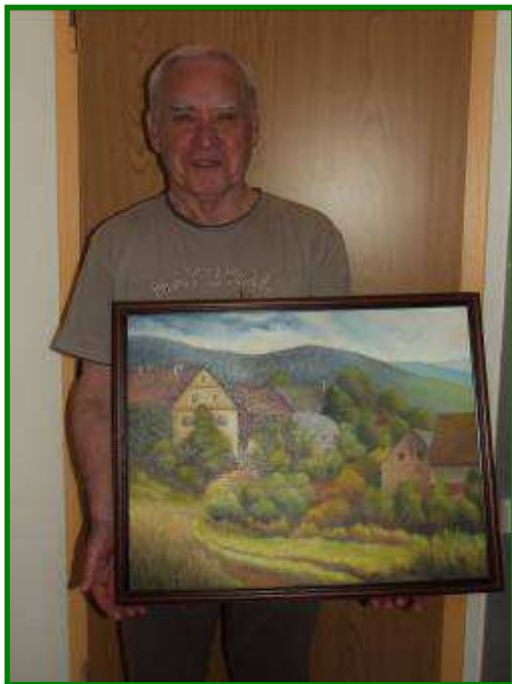
V cíli, opět v areálu bývalé lesní restaurace, bylo pro seniory připraveno venkovní posezení s občerstvením ve formě opečených vuřtů a k poslechu hrála dechovka a country.

Seniorská šlápota se účastníkům velice líbila a již se těší na další ročník.

*Bc. Michaela Nermuťová, DiS.
asistentka*



Šikovné ruce našich seniorů – pro radost a potěšení



Městská správa sociálních služeb v Mostě – příspěvková organizace zaznamenala letos jako již tradičně úspěch v celorepublikové soutěžní výstavě Šikovné ruce našich seniorů – pro radost a potěšení. Vyhlásovatelkou soutěže bylo Centrum sociálních a zdravotních služeb Poděbrady o. p. s. Výstavu si mohli návštěvníci prohlédnout od čtvrtka 11. června do neděle 14. června 2015 na Výstavišti v Lysé nad Labem. MSSS v Mostě – p. o. měla na soutěži zastoupení všech domovů a penzionů pro seniory. Soutěžilo se ve čtyřech kategoriích – ruční práce, literární tvorba, fotografie a počítačová prezentace. Oceněným výhercem za MSSS v Mostě – p. o. byl pan Josef Tóth z Domova pro seniory, ul. Barvířská 495, který si odnesl cenu za olejomalbu s názvem Horní Vysoká.

Na Výstavišti v Lysé nad Labem proběhlo dne 12. června 2015 i slavnostní vyhodnocení. Na akci nechyběl ani výherce pan Tóth, který byl podpořen doprovodem ostatních seniorů. Celým slavnostním programem provázel Alexandr Hemala a k poslechu hrál dechový orchestr Ústřední hudby Armády České republiky. Úžasná atmosféra a úspěch podpořil všechny v myšlence, že příští rok bude pro všechny opět výzvou k účasti.

Děkuji všem, kteří poslali své výrobky do soutěže a hlavně řidiči panu Janu Švambergovi, který nás všechny, co jsme jeli na předávání cen podpořil pana Tótha, dovezl v pořádku.

*Alena Čejková, DiS.
ergoterapeutka*

Vystoupení dětí z Mateřské školy, ul. Hutnická

Ve středu dne 13. května 2015 navštívily naše seniory z Domova pro seniory, ul. Barvířská děti z Mateřské školky, ul. Hutnická. Tentokrát si děti s paní učitelkou připravily pohádku O kohoutkovi a slepičce.



Děti si nejprve na pódiu přichystaly kulisy a oblékly se do zvířátkových kostýmů. Pohádka začala písničkou a dále se celé představení neslo v muzikálovém duchu, tzn. se spoustou písniček. Senioři se během pohádky seznámili s kozlíkem Pepíkem, hejnem slepic a kachen.

Dětem mockrát děkujeme a vyslovujeme ještě jednou obdiv za krásně zpracovanou pohádku. Budeme se těšit na další setkání.

*Bc. Zdena Horáčková
ergoterapeutka*

Pálení čarodějnic v Domově pro seniory, ul. Barvířská 495

Ve čtvrtek dne 30. dubna 2015 se v Domově pro seniory, ul. Barvířská 495 pálily čarodějnice. Krásné odpoledne spojené s grilováním skvělých špekáčků z Obrnic si přišli užít senioři na zahradu „Astry“.

Odpoledne bylo zahájeno grilováním špekáčků a poté, co jsme ukojili své mlsné jazyčky, byla zapálena vatra a symbolicky upálena čarodějnice vyrobená ze sena.

Seniorům se toto odpoledne plně příjemné společnosti, písniček a pomyslné zahájení grilovací sezóny moc líbilo a již společně připravujeme další grilování.

*Bc. Zdena Horáčková
ergoterapeutka*



Historie hradu Hněvín

V tomto článku bychom Vám chtěli přiblížit historii královského hradu, který je chloubou našeho města. V prvním článku Vám přiblížíme historii hradu a v následujícím článku jeho další vývoj a rozvoj. Věříme, že zjištěné informace budou pro Vás přínosné a zajímavé.

Nejstarší dějiny hradu

Podle archeologických průzkumů, které v areálu hradu probíhaly v 60. letech 20. století, bylo opevněné dřevěné hradiště na vrcholu hory vybudováno již v 9. století. Písemné prameny dokládají hrad až v polovině 13. století. V té době již byla osada Most rozkládající se pod ním povýšena na město a také hrad již byl kamenný. Přestavba z dřevěného hradiště na kamenný hrad proběhla zřejmě ve 12. století, kdy území vlastnil rod Hrabišiců. Když král Václav I. povýšil v polovině 13. století Most na královské město, přenesl z Bíliny na hrad jakožto jeho majitel sídlo královského správce.

Hrad do třicetileté války

První písemná zpráva o hradu pochází z roku 1248, kdy Přemysl Otakar II. během vzpoury proti svému otci Václavovi I. oblehl mostecký hrad, ale nepodařilo se mu jej dobýt.

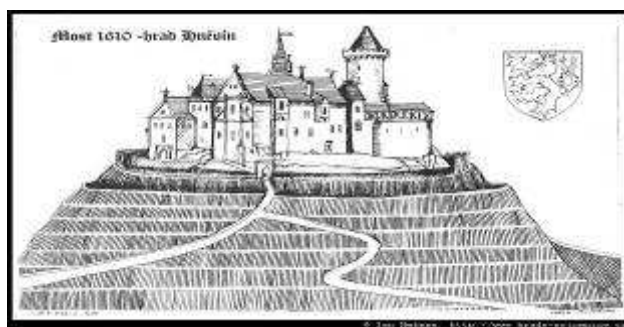
Ve 13. století byl hrad Václavem II. zastaven Braniborům. V listině z roku 1331 je poprvé zmíněn i název hradu. Tehdy se nazýval německy Landeswarte neboli Zemská stráž, což odkazovalo k jeho základní funkci jako strážce zemské hranice. Když v roce 1373 císař Karel IV. zasňoval svou dceru Annu míšeňskému markraběti Fridrichovi, byly mu dány do zástavy hrad i město Most. Protože ze sňatku sešlo, město i hrad nad ním zůstaly v majetku Míšeňských. Teprve v roce 1406 za vlády Václava IV. se hrad i s městem dostaly po vyplacení odstupného zpět do královských rukou.

Za husitských válek zůstal hrad nedobyt. V roce 1423 král Zikmund zastavil hrad opět míšeňskému markraběti. Král Jiří z Poděbrad sice v roce 1455 oblehl hrad, ale do královského majetku se hrad dostal až v roce 1459 na základě chebské mírové smlouvy. Jiří z Poděbrad zapsal hrad s panstvím svým synům Hynkovi, Viktorínovi a Jindřichovi. Posledně jmenovaný prodal v roce 1480 hrad bratrům Benešovi a Ludvíkovi z Veitmile. Roku 1585 se hrad stal majetkem Ladislava Popela mladšího z Lobkovic. Jelikož Ladislav Lobkovic byl v roce 1593 obviněn z pokusu o vzpouru proti císaři Rudolfu II., uprchl ze země a v nepřítomnosti odsouzen k trestu smrti a konfiskaci majetku. Převzetí hradu provedla císařská komise roku 1594. Ovšem už následujícího roku prodal císař hrad i s veškerým příslušenstvím městu Most za 69 480 kopmíšeňských grošů. Podle kupní smlouvy tehdy patřil k hradu poplužní dvůr s pivovarem, sladovnou, ovčínem a lesem na Ressleru.

Dále k panství patřily vesnice Souš, Třebošice, Holešice, Pohlody, Kamenná Voda, Vršany, Lipětín, Komořany i s Komořanským jezerem a v Krušných horách vesnice Mníšek, Křížatky, Klíny a Nová Ves v Horách. Dále dva mlýny zvané Střilnice a Gruntmil a hamr s mlýnem a pilou. Nakonec i panství Stradov a Přestanov. Panovník si s ohledem na strategický význam hradu vymínil předkupní právo a město muselo na vlastní náklady vydržovat hradní posádku. Za vlády Rudolfa II. také pobývali na jeho příkaz na mosteckém hradě alchymisté Angličan Edward Kelley a Řek Marek Manugmy. Edward Kelley byl zpočátku císařovým oblíbencem, ovšem později byl zatčen a uvězněn na Křivoklátě. Po nezdařeném útěku byl vsazen do vězení na mosteckém hradě, kde v roce 1597 zemřel.

Hrad a třicetiletá válka

Bezproblémové držení hradu a jeho statků skončilo pro město za třicetileté války. V letech 1620 - 1631 se na hradě vystřídalo několik císařských posádek, které museli měšťané vydržovat. Několikrát se během války pokusili hrad dobýt Švédové. Ti sice hrad nejprve nezískali, ovšem opakovaně zpusťovali město. Až ke konci války v roce 1646 jej dobyli pod vedením



generála Wrangela. Přestože hrad až do konce války obléhalo císařské vojsko, zůstal v rukou Švédů. Ti ho drželi i po uzavření vestfálského míru až do října 1649. Po těchto zkušenostech zaslali mostečtí měšťané císaři Ferdinandu III. prosbu o svolení k demolici hradu, aby hrad již nemohl přitahovat pozornost vojska, a aby stavební materiál mohli použít na opravu města. Císař jejich žádosti v září 1650 vyhověl. V listopadu 1651 začalo bourání a skončilo v roce 1653. Po následujících více než 200 let pak vrchol Zámecké hory, jak se kopec tehdy nazýval, zůstal pustý.

Pokračování příště...

*Bc. Jana Havlíková, Lucie Morgensternová, DiS.
sociální pracovnice Domova pro seniory, ul. Barvířská 495*

Zdroj: <https://cs.wikipedia.org/>

Kouzelný svět pohádek aneb mezigenerační souboj

Ve středu dne 17. června 2015 se v prostorech zahrady Domova pro seniory, ul. Barvířská 495 konalo soutěžní klání Kouzelný svět pohádek aneb mezigenerační souboj. Utkala se mezi sebou družstva z jednotlivých zařízení MSSS v Mostě – p. o. doplněná o děti z Mateřské školy, ul. Hutnická.

Soutěžilo se v pěti soutěžních disciplínách: Puzzle, Klaun, Štaflík a Špagetka, Vodník Česílko, Princezna na hrášku. Nejvíce bodů získal Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180, na druhém místě se umístil Domov pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166 a třetí byl Penzion pro seniory, ul. Komořanská 818.

Součástí bylo také vystoupení dětí z mateřské školky, během celého dopoledne nás těšil se svými pejsky pan Gaertner. Dále byla vyhlášena soutěž o nejlepší ovocný koláč. Vítězem soutěže o nejlepší ovocný koláč se stal Domov pro seniory, ul. Barvířská 495.

Na závěr si mohly děti najít poklad, který byl ukryt v prostorech zahrady. Poklad byl uložen v papírové truhle a obsahoval samé sladkosti. Byla radost pohledět do rozesmátých a rozradostněných dětských tváří.

Děkuji všem, kteří se na akci podíleli.

*Alena Čejková, DiS.
ergoterapeutka*



Kavárnička pod širákem



Dne 12. května 2015 se v Domově pro seniory, ul. Barvířská 495 konala Kavárnička pod širým nebem. Den předtím jsme s uživatelkami upekly tři ovocné koláče a perník. Počasí se vydařilo a tak se nás na zahradě v zahradním altánku sešlo hodně. Uživatelé si zde mohli zakoupit kávu, čaj nebo právě již zmíněný koláč.

K poslechu hrála reprodukováná hudba, např. Šlapeto či Moravanka. Všem zúčastněným se akce líbila a již plánujeme další Kavárničku pod širákem.

*Růžena Jarošová
pracovník v sociálních službách – aktivizační činnost*

Pitný režim



" Žízeň je nejjistější důkaz, že musí existovat voda. " (Franz Werfel)

Život vznikl ve vodě a k životu vodu potřebujeme i nadále. Ovšem kolik a v jaké podobě? To je to, oč tu běží – a nejen v parném létě. Každý z nás by měl vypít aspoň dva a půl litru vody denně. V horku ještě víc, aby příjem a výdej tekutin zůstal v rovnováze.

Co pít?

Nejzdravější je čistá pramenitá voda. Protože pocením se tělo zbavuje také minerálních látek, do pitného režimu zařazujeme také vodu minerální. Vhodné jsou také džusy, ty koncentrovanější nejlépe ředěné vodou. Do pitného režimu nepočítáme kávu, alkohol a silný čaj.

Pitný režim a senioři

Senioři, především ženy, často ztrácejí pocit žízně a pijí nedostatečně. Dobré je zařadit do jídelníčku dostatek šťavnatého ovoce, čerstvé zeleniny, jogurtů a kysaných nápojů, které také doplňují tekutiny v našem těle. Pití musí být rozložené pravidelně do celého dne po menších dávkách. Doporučuje se zhruba 100 ml každou půlhodinu.

Když málo pijete:

- jste unavení a může vás bolet hlava
- vaše sliznice trpí a vysychají
- ledviny odvádějí nadměrnou práci a hrozí riziko zánětu
- pokožka se odvodňuje, vysušuje až loupe a rychleji stárne
- dlouhodobý nedostatek vede až k závažným zdravotním potížím

Tip pro horké dny

- Naplňte minerálkou rozprašovač a postříkejte si obličej. Doplňte vodu v pokožce a ochladíte se.

Všem čtenářů přejeme krásné a pohodové léto, plné sluníčka a modré oblohy!

*Daniela Jedináková, DiS., sociální pracovnice Domova se zvláštním režimem, Barvířská 495
Bc. Lenka Schettlová, sociální pracovnice Domova pro seniory, Barvířská 495*

ZDRAVOTNICKÉ OKÉNKO



Za všechno může počasí

Sluníčko, déšť, změna tlaku atd. Ano, všechny změny v počasí mají na seniory vliv. Bolesti hlavy, kloubů, svalů nebo jizev jim už nejméně den dopředu signalizují „Pozor! Blíží se změna“. Lidé, kteří patří do této skupiny, se odborně nazývají meteoropaté. Při prudkých výkyvech počasí neklidně spí, jsou malátní a unavení, zatímco jedni se dokáží změnám teploty a atmosférického tlaku přizpůsobit a nepříjemný vnitřní pocit rychle zmizí, ti citlivější hned rozbolí hlava, zvýší nebo sníží se krevní tlak, rozbuší se srdce a jsou rozmrzelí.



Jinou skupinou citlivých meteoropatů jsou lidé, kteří poznají výkyvy počasí dva nebo tři dny předem. Například senioři trpící artritidou a jinými kloubními neduhy. Těm pomohou obvykle obklady, masti proti bolestem a masáže. Co pomáhá zvládnout potíže plynoucí z nestálého počasí?

- POHYB – procházky, plavání, pobyt na čerstvém vzduchu
- MASÁŽ TĚLA – nejlépe suchou masážní žínkou nebo kartáčem
- SPRCHA – teplou a studenou vodou (na závěr studenou) pomůže ke zlepšení krevního oběhu
- PITÍ BYLINNÝCH ČAJŮ A NÁLEVŮ – dobře působí na psychiku (meduňka, třezalka, jmelí a rozmarýn)
- POTRAVINOVÉ DOPLŇKY A PREPARÁTY – s obsahem hořčíku, vápníku, selenu, železa a draslíku.

A na závěr jedna malá rada od japonského lékaře „Štěstí je stav mysli, věnujme pět minut denně usmívání. Usmívejte se.“

*Magda Hanušová
úseková sestra*

Výlet na Ressler

Dne 25. června 2015 se konala, jako každý rok akce „Seniorská šlápota“. Zúčastnili se jí senioři z Domovů pro seniory, ul. Barvířská 495, ul. Jiřího Wolкера 404 a ul. Antonína Dvořáka 2166. Dále z Penzionů pro seniory, ul. Albrechtická 1074, ul. Ke Koupališti 1180, ul. Komořanská 818 a obyvatelé Domů s pečovatelskou službou v Mostě.

S obavou jsem očekávala tento den. Kladla jsem si otázku, jestli sv. Medard neporuší tradici svých čtyřiceti deštivých dnů. Obavy byly zbytečné. Počasí bylo velice teplé, sluníčko se činilo a opálilo mnoho tváří, prostě – pohoda.

Po výstupu z autobusů nás uvítala a seznámila s programem kulturně výchovná pracovníce Helena Houšková.

Poté se utvořily skupinky seniorů. Ti mobilní volili trasu dlouhou, méně pohybliví lidé s chodítky a berlemi, na invalidním vozíku, provázení pracovníky v sociálních službách, naše sociální pracovníce si zvolily trasu krátkou, kolem rybníčka, kde senioři krmili kachničky a rybky. To místo pro mě bylo přímo emotivní. Připomínalo mi to operu Rusalku. Pro odpočinek je tu dvacet laviček. Dopřejme ještě jednou očím pohled do zeleně, hluboce se nadechněme zdravého lesního vzduchu a vracíme se do areálu lesní restaurace, kde je pro seniory připraveno pohoštění. Je to opékaný buřtík s hořčicí, chléb a k pití pivo nebo limonáda. Celým areálem zněla hudba a protože to ponejvíce byly písničky šedesátých až sedmdesátých let, někteří senioři si i zazpívali. Také jsme si mohli zasoutěžit v házení míčků do kruhu a odměnou bylo sladké cukrátko.

Mám rozporuplné pocity ze změn, které se udály od roku 1973. Bydleli jsem od r. 1948 na Stalingradské čtvrti, přímo pod Ressler. Tehdy cesta navrch nebyla dlážděná jako dnes, ale byla to obyčejná lesní cesta, neudržovaná, plná výmolů, do níž prorůstaly kořeny stromů, o které se snadno zakoplo. Ale i přesto jsme sem brali děti a rádi podstoupili trochu toho nepohodlí. Chodili jsme si sednout do restaurace, nebo ke krmelci, či na koupaliště, kde byla moc studená voda. Dětem se v lese líbilo a protože tam měly hodně volnosti, unavili se a doma už nezlobily.

Konec vzpomínání, nastoupili jsme do autobusů, nabiti sluneční energií a provětranými plícemi.

Děkujeme všem, kteří si se jakkoliv podíleli na této akci, za pomoc vozíčkářům atd. Sledujeme nástěnky, které nás zvou na různé akce. Využijte nabídky, ať už se jedná o akce mimo areál, nebo ve společenské místnosti a nebývá jich málo. Seznámíte se s novými lidmi, zapomenete, co a kde Vás co bolí.

Co takhle posezení v zahradním altánu?



*Anděla Karliková
Domov pro seniory, ul. Barvířská 495*

Májová zábava v Domově pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 404

Ve středu dne 27. května 2015 se v našem domově konala Májová zábava. Velmi nás potěšila veliká účast uživatelů našeho zařízení. Jarními květy vyzdobenou společenskou místnost a stoly s pohoštěním přivítali první tancechtiví uživatelé již v půl třetí.

Zábavu zahájila paní vedoucí Marie Škrhová, která všem popřála příjemně prožité chvíle při hudbě i tanci a hned na to skupina Melodie začala hrát.

Ergoterapeutka Hana Kelišková, DiS. a kulturně výchovná pracovnice Helena Houšková nám přichystaly malé překvapení. Paní Houšková jako dáma s paraplíčkem a sestřička Hanka jako elegantní gentleman s buřinkou vstoupily zcela nečekaně do víru zábavy a sklidily ovace překvapených uživatelů. Tento vstup ještě více rozproudil zábavu a mnoho uživatelů se zapojilo do tance.

Příjemný společenský podvečer jsme zakončili společným tancem téměř všech účastníků zábavy.

Těšíme se na další akce v našem zařízení.



*Hana Kelišková, DiS.
ergoterapeutka*

Platinová svatba manželů Hajíčkových v Domově pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 404

Ve čtvrtek dne 4. června 2015 oslavili manželé Hajíčkoví z Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 70. výročí svatby, tzv. platinovou svatbu.

Seznámili se v roce 1942. Pan Hajíček pochází z Moravy. Na sever Čech byl povolán během 2. světové války. Zde pracoval v chemických závodech. S budoucí manželkou se seznámil v Rudolicích, kde bydlel na lágru. Po svatbě bydleli s rodinou novomanželky v jejich domě v Rudolicích. Manželé Hajíčkoví mají dvě dcery, čtyři vnoučata a devět pravnoučat. I když všichni potomci bydlí v Praze, mají velmi dobré vztahy a stále jsou v kontaktu.

Část uživatelů z našeho domova se rozhodla u příležitosti 70. výročí svatby přichystat manželům Hajíčkovým překvapení. Na společné oslavě narozenin jim paní Marie Krupicová jako jejich zástupce předala květiny a přednesla níže uvedené přání.



Prošli jste rozkvetlou loukou mládí,
po cestě utrhli kytičku pro vzpomínky,
na lidské jaro, jež nikdo nenahradí,
na první polibek, na prstýnky,
na modrou oblohu i černé krupobití,
na slzy deště i zvonivý smích.
V životě slunce vždy zlatě nesvítlí,
však nežít rád byl by hřích.

Hodně zdraví, štěstí a klidu
přejí manželům Hajíčkovým
obyvatelé a zaměstnanci Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 404.

*Hana Kelišková, DiS.
ergoterapeutka*

Návštěva v Denním stacionáři pro mentálně postižené klienty, případně kombinovaně handicapované občany s ukončenou školní docházkou, ul. Jiřího Wolкера 404

Ve středu dne 8. dubna 2015, kdy si s klienty vaříme jako obvykle ve stejný čas, kdosi u dveří zaťukal. Přišla nás navštívit paní Mišková, která v Domově pro penziony, ul. Jiřího Wolкера 404 bydlí již několik let. Chvilí s námi poseděla, povídala a dívala se, jak kuchtíci připravují pokrm na tento den.

Na uvařené bramborové šišky již nečekala, byla unavená. Rozloučila se s úsměvem, každého obdarovala čokoládovou dobrůtkou.

Bylo vidět, že se cítila dobře, chvíli velmi dobře. Doprovodili jsme ji ke dveřím a zamávali, poté se pak věnovali dále vaření.



*Monika Soukupová
vychovatelka*

Městské divadlo v Mostě – Hodina ve zvěřinci



Sraz u Městského divadla v Mostě. My ostatní jeli autobusem k divadlu. Vyprodané lístky na představení, vůně křesel a zářící světla reflektorů nás přivítala uvnitř divadla.

Bylo ticho, na jevišti stál klavír a vedle klavíru seděl zpěvák, textař, herec Jaroslav Uhlíř. Hrál bez not zpíval písně z pohádek. Z hlediště se také zpívalo, tleskalo to vše na povel zpěváka. Do svého programu si pro nás připravil několik zajímavých prvků.

Z jeviště mobilním telefonem vymačkal číslo svému kolegovi Zdeňku Svěrákovi. Z druhé strany se do hlediště opravdu rozezněl hlas známého zpěváka, učitele, herce a textaře Zdeňka Svěráka.

Ke konci svého vystoupení byla hádanka. Ukázky z jedenácti nelehkých zvuků od různých zvířat. Všechno se uhádlo i to, odkud zvířata pocházejí.

Kačenka měla dnes narozeniny, tak se pro ni zaspívala píseň. Při poslední písničce bylo dovoleno tančit, zpívat i tleskat.

Po představení se klienti vyfotili s Jaroslavem Uhlířem a cestou do denního stacionáře nám zněli jeho písně. Pro klienty to byl veliký zážitek.

*Monika Soukupová
vychovatelka*

Kouzelný svět pohádek v Domově pro seniory, ul. Barvířská 495

Ve středu dne 17. června 2015 se v Domově pro seniory, ul. Barvířská 495 konala akce Kouzelný svět pohádek aneb mezigenerační souboj.

Náš údržbář a řidič pan Jan Brož nás odvezl autem až na zahradu, kde se akce konala.

Za naše zařízení byly vyslány do soutěžního boje paní Marie Svatošová, Margita Huppertová a Marta Titlbachová. Doprovod nám dělala naše paní vedoucí Bc. Venuše Zaspalová, DiS. Ihned po příjezdu jsme se usadily k nám přidělenému stolu, na kterém byly modré papírové květy se špendlíky k označení nás – soutěžících. Soutěžily s námi i tři děti z mateřské školky.

A šlo se soutěžit – házení míčkem, chytání ryb, namotávání šňůrky co nejrychleji, v kbelíku hrachu co nejrychleji najít pět malých věcí, skládání puzzle. Po sportovních soutěžích jsme dostaly na papírovém tácku kousky koláčů s čísly. To byla soutěž mezi zařízeními, do které jsme se zapojily i my. Společně s naší ergoterapeutkou Hanou Kelíškovou, DiS. a paní Blankou Jišovou jsme den předem koláč s rebarborou a koláč s meruňkami také upekly.

Po absolvování soutěží jsme se mohly zabavit vystoupením pana Gaertnera s jeho psy. Prohlédly jsme si zahradu, kde jsme viděly posilovací nářadí.

Poté již přišlo vyhodnocení. Naše družstvo bylo vyhodnoceno jako druhé. Dostaly jsme medaile, dárkový koš a společně jsme se vyfotily. Akce se nám líbila a počasí nám přálo. Těšíme se na 25. června 2015, kdy jedeme na Seniorskou šlápotu.

*Marta Titlbachová
Domov pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166*

Seniorská šlápotá nebyla...

Letošní jaro se na nás počasí asi opravdu zlobí. Jak jinak si vysvětlit nepřízeň počasí v termínu akce Seniorské šlápoty. Ale neporučíme větru ani dešti a počasí si objednat nemůžeme. Opravdu prší už několik dní, země je nasáklá a po sluníčku ani vidu. A co teď? Vyrazit i s uživateli do této nepřízně?

Bylo moudře rozhodnuto o odložení této akce na konec června. Vše, co bylo připraveno, muselo se odvolat. Bohužel i dojednaní studenti Střední zdravotnické školy v Mostě. Ti se nabídli, že by přišli do jednoho z našich zařízení a vystoupili by zde se svým připraveným programem. Tuto nabídku jsme nemohli odmítnout a přijali jsme studenty velmi rádi v Domově pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166. Místo akce mimo zařízení, připravili jsme místnost ergoterapie. Po deváté hodině jsme doprovodili uživatele do místnosti ergoterapie a program mohl začít. Čtrnáct studentek, jeden student a paní profesorka si pro nás připravili trénování paměti, zpívání lidových písní i tanec. Do všech činností se všichni přítomní zapojili velmi rádi.

Naši uživatelé i studenti strávili příjemné dopoledne plné zpěvu, povídání a dobré nálady.



Hana Kelíšková, DiS., ergoterapeutka

Oslava svátku čarodějnic v Domově pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166

Dne 28. dubna 2015 se v Domově pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166 konala oslava svátku čarodějnic.

Ač se místní čarodějnice snažily jak mohly a zaklínaly počasí, kouzla jim letos nevyšla a již od rána pršelo a mraky se nerozestoupily. Ale čarodějnice se nevzdávají – připravily si program pod střešou, kde již jejich kouzla fungovala a připravený program se vydařil.

Akci zahájila Mgr. Lenka Makovcová, DiS., pověřená řízením organizace. Na úvod slavnosti proběhlo předání sponzorského daru – retro gramofonu firmou KZ system, a. s. Dále vystoupil soubor Komořanky. Jejich zpěv rozproudil přítomné a zvedl náladu, mnozí si i zazpívali známé písně. A pak už přišlo na řadu grilování vuřtů a pochutnání si na nich, společně s pivem. Personál si ještě připravil buchty, které upekl a kávu. Ten, kdo si nepochutnával na pohoštění, mohl se zúčastnit soutěží připravených na chodbě. Hod kostí a hod ropuchou si vyzkoušeli téměř všichni a my jsme pak mohli vyhlásit vítěze, na kterého čekala sladká odměna.

Akce se vydařila a my se těšíme na další společně strávené chvíle v našem zařízení.



*Hana Kelišková, DiS.
ergoterapeutka*



Stručný přehled naší činnosti od ledna do května 2015

Od začátku roku 2015 jsme nic výjimečného neprožili.

V měsíci únoru jsme měli masopustní zábavu. Sešlo se výjimečně hodně masek. Veselo bylo „až až“. Náš muzikant to prostě umí.

V měsíci březnu jsme samozřejmě oslavili Mezinárodní den žen včetně účinkování dětí z naší mateřské školy. Úsměvy a slzičky se střídaly, hlavně, když nám děti předaly kytičku.

Dále se zúčastňujeme turnajů v bowlingu, kde dosahujeme velmi dobré výsledky. Na kolegy z Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180 však nemáme. Moc jim gratulujeme.

Dne 28. března 2015 jsme podnikli výlet na Velikonoční jarmark do Zubnic. Počasí nám přálo. Ani jsme nemohli prověřit všechny atrakce, které byly k vidění.

První neděli v květnu 2015 byl Den matek, a to nám přišly popřát děti ze Základní školy v Mostě, ul. Rozmarýnová. Přinesly nám nejen ručně vyráběné dárky, ale hlavně pásmo lidových písní. Naše seniorky si s nimi s chutí zaspívaly. A slzičky se opět ronily. Jen nám schly všechny slzy, jsme připraveni pustit se do další práce pro pobavení a spokojenosti našich obyvatel.

*Alena Trojáková
Penzion pro seniory, ul. Albrechtická 1074*



Rej čarodějnic a oslavy máje

Čarodějky opět oslavily v našem Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická 1074 svůj svátek. Přišly na naši zahradu „slavnostně“ oblečené, vzaly si svá nezbytná košťata a u ohně začala jejich slavnost. K tomuto dění přihlíželi naši obyvatelé, kteří měli možnost se občerstvit a opékat buřty, a tak bylo veselo a svátek se povedl.

Májová oslava začala v Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická 1074 dne 2. května 2015, kdy se stavěla májka. Krojovaný pár májku předem ozdobil, a tak se mohla májka v atriu postavit. Obyvatelé přednesli básničky s májovou tematikou, zaspívali si a bylo veselo. Všichni dostali občerstvení ve formě čaje, kávy a výborných domácích věnečků, které upekly naše obyvatelky.

A na závěr měsíce května 2015 se opět slavnostně májka porážela. Konala se Májová zábava. Před zahájením vystoupily malé mažoretky z Tanečního studia Kamily Hlaváčikové. Bylo to krásné, všem se děti líbily. A hlavní úkol zase výborně splnil hudebník pan Březina, který vždy dokáže všechny přítomné rozveselit. Všem přítomným se celý program moc líbil.



*Libuše Vildová
Penzion pro seniory, ul. Albrechtická 1074*

Naše sportovní aktivita



Každé pondělí a čtvrtek ožije chodba u společenské místnosti sportuchtivými seniorkami.

V pondělí cvičíme prostná a ve čtvrtek už docela náročné cviky s míčem. Některé z nás sice nezvládnou úplně vše, ale mají snahu. Naše kvalifikovaná cvičitelka bedlivě dbá na to, aby některá z nás nepřehnal svou snahu.

Ze cvičení se vracíme s veselou náladou a hlavně rozhýbeme ztuhlá těla.

Alena Trojáková

Penzion pro seniory, ul. Albrechtická 1074

Cvičenky z „Albrechtické“

Když mě před rokem poprosila dcera, zda bych nedocházela do Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická 1074 cvičit seniorky, váhala jsem, ale řekla jsem, že to zkusím.

Hned po první hodině jsem s překvapením zjistila, že cvičení proběhlo zcela v pohodě a seniorky chtějí cvičit aspoň dvakrát v týdnu.

Po krátké době byly mé cvičenky a já jejich cvičitelka. Ženy jsou velmi společenské, bystré a já ráda za nimi přicházím.

Dík patří také paní vedoucí, která nám umožnila cvičení na gymnastických míčích, které nám v krátké době zakoupila.

Ženy cvičení baví a hlavně jim cviky pomáhají při zdravotních potížích pohybového aparátu.

Vzájemně si procvičíme celé tělo a vždy s veselou náladou se rozloučíme.



Nad'a Müllerová

cvičitelka a dobrovolnice z Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická 1074

Den dětí

K příležitosti Dne dětí v našem Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická 1074 byla dne 3. června 2015 uspořádána pro děti z Denního dětského rehabilitačního stacionáře, Střediska denní péče o děti do tří let věku, ul. Františka Malíka 973 a pro děti z Mateřské školy, ul. Albrechtická oslava z iniciativy vedoucí a samosprávy penzionu pro seniory.



Bylo krásné počasí, a tak celá akce mohla být na zahradě penzionu. Děti

byly překvapeny výzdobou. Na stromech visely balónky a různé pamlsky. Děti ze stacionáře předvedly své „žabičky“ a byly odměněny potleskem přítomných diváků z řad obyvatel. Děti z mateřské školy absolvovaly různé soutěže a za odměnu mohly česat ze stromů. Na závěr soutěže přijeli mostečtí hasiči, kteří dětem ukázali svoji techniku. Moc se to všem líbilo. Po ukončení akcí si děti ze stacionáře odnesly dárky – oblečky na panenky, kabelky a dečky na kočárky. To vše pro ně upletly, ušily a uháčkovaly ženy z našeho penzionu pro seniory. Děti z mateřské školy si zase dle přání odnesly pomůcky do své herny.

Děkujeme všem, kdo se na radosti dětí podíleli.

*Libuše Vildová
obyvatelka Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická 1074*

Výstava paličkovaných výrobků

Vedení spolu se samosprávou Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická 1074 uspořádalo ve dnech od 26. června do 1. července 2015 výstavu prací, vytvořených paličkováním. Hlavní autorkou byla naše ergoterapeutka Jana Svobodová. Výstava byla velmi úspěšná, moc se líbila, v čemž svědčí v naší kronice zápisy a podpisy návštěvníků.

*Libuše Vildová
obyvatelka Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická 1074*





Pozdravení – poděkování



Urostlý mužský, jeden z mála mužů u nás bydlící. Fotograf, kameraman, promítač videí, strážce ohně, člen samosprávy, ale i rybář, sportovní střelec, občas i taxikář a v poslední době zahrádkář.

To vše je Zdeněk Pechar s fotoaparátem na krku. Tak ho znají v „Albrechtické“ a na společenských akcích MSSS v Mostě – p. o.

Je proto na místě poděkovat Ti, Zdeňku za všechny fotky na nástěnku, do kroniky i pro děti z Mateřské školy, ul. Albrechtická.

Hromada roští a dříví na táborák čeká na Tvé ruce.

Přejeme Ti brzké uzdravení, brzy se vrať mezi nás.

Eva Nebesářová

obyvatelka Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická 1074

Spolupráce penzionu pro seniory s mateřskou školou

Den Matek

Dne 6. května 2015 nás opět navštívily děti z Mateřské školy, ul. Komořanská, které měly pro naše obyvatelky připravené vystoupení ke Dni matek. Vystoupení bylo složeno z písniček, básniček i tance, které snad všechny obyvatelky velmi dojalo. Děti byly moc šikovné, a tak je naše obyvatelky obdarovaly bonbóny, které převzaly jejich paní učitelky a ve školce jim je spravedlivě rozdělily. Jsme vždy moc rádi, když nás děti s jejich učitelkami navštíví a těšíme se na další spolupráci.



Den Děti

Dne 1. června 2015 děti slaví svůj den, a protože nás děti z Mateřské školy pravidelně navštěvují a těší svými vystoupeními, rozhodli jsme se, že navštívíme my je. Nakoupili jsme různé bonbóny a vydali se za nimi do školky. Přivítala nás paní ředitelka, která nás provedla po všech třídách. Děti si vybraly své oblíbené bonbónky a zazpívaly nám krásné písničky. Měli jsme radost, že jsme mohli děti na oplátku také potěšit.



*Zuzana Hošková, DiS.
sociální pracovnice*

Vítání jara

Dne 2. dubna 2015 jsme chtěli v našem Penzionu pro seniory, ul. Komořanská 818 přivítat jaro. Venku ale fičela meluzína, tráva byla sice zelená, ale kytičky se krčily pod sněhovými vločkami. Navzdory tomu, jsme jaro i tak vítali. Hrál hudba, ukázaly se krásné masky, zasoutěžili jsme si, a i buřtíky jsme opekli. Jarní počasí bylo sice v nedohlednu, ale nám to nevadilo, prožili jsme další radostný den. A poděkování patří všem, co se zúčastnili.



*Vlasta Toušková
Penzion pro seniory, ul. Komořanská 818*

Pálení čarodějnic



V Penzionu pro seniory, ul. Komořanská 818 se ve čtvrtek dne 30. dubna 2015 konalo Pálení čarodějnic.

Našli se u nás výletnice s koťátky, směr Petrovy kameny na sabat čarodějnic. Ale nejisté počasí pokazilo jejich plány. Všechny čarodějnice, které k nám dorazily, se předvedly v celé své kráse a obdržely letecké průkazy na svá košťata. Byly vyhlášeny nejkrásnější z nich a následně oceněny. Bylo to krásné odpoledne s občerstvením a hrami.

*Václav Václavík
Penzion pro seniory, ul. Komořanská 818*

Výlet do Klášterce nad Ohří



Dne 20. května 2015 se uskutečnil společný výlet do Klášterce nad Ohří. Hlavním cílem byly Klášterecké Lázně Evženie. Výlet byl vlastně procházka krásnou jarní parkovou zelení, kvetoucími keři i květinami.

Nejdříve jsme se prošli zámeckým parkem, poté jsme si zašli na oběd do restaurace Peřeje, dále kolem poledne následovala procházka lázeňským areálem. K vidění byla vřídla, starobylé studny, letité stromy a kvetoucí rododendrony. Výlet se všem moc líbil a byl zaplacen z ušetřených peněz ze sběru papíru.

*Vlasta Bundová
Penzion pro seniory, ul. Komořanská 818*

Kavárnička



Poslední květnové úterý jsme již po sedmé zašli do kavárničky v Penzionu pro seniory, ul. Komořanská, kterou si sami organizujeme. Při příjemném posezení u kafička, čaje někdy i doušku vína a za poslechu klidné kavárenské hudby si vždy krásně popovídáme, zavzpomínáme i zavzpomínáme na dávné časy. Kavárnička se stala populární a těšíme se na další a další setkávání.

*Vlasta Bundová
Penzion pro seniory, ul. Komořanská 818*

Jarní potěšení

Vzhledem k tomu, že se naši obyvatelé – paní Toušková, paní Beraxová a pan Václavík důkladně starají o záhonky kolem penzionu, můžeme se všichni potěšit z krásného pohledu na rozmanité barvy a druhy květin. Jenom tulipánů jsme na jaře napočítali přes 160 a další květiny samozřejmě nelze ani spočítat. Toto období je tím pádem pro všechny z nás mnohem příjemnější a můžeme se z něho více těšit. Pro jmenované tři obyvatele je to spousta práce, za kterou jim patří velké poděkování. Možná se v budoucnu najdou další, kteří se rádi přidají.



*Bc. Iva Macudzinská, vedoucí Penzionu pro seniory
a Poradny pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy, ul. Komořanská 818*

Kouzelný svět pohádek aneb mezigenerační souboj



Ve středu dne 17. června 2015 jsme se zúčastnili akce Kouzelný svět pohádek aneb Mezigenerační souboj, na kterou nás pozvaly pracovnice Domova pro seniory, Barvířská 495. Paní Boublíková, paní Fárová a paní Bundová utvořily soutěžní družstvo, které společně s dětmi plnilo úkoly soutěží. Všechny zmíněné obyvatelky penzionu a děti se u disciplín pěkně bavily,

spolupracovaly a nakonec si vysloužily krásné třetí místo. Bylo velice hezké vidět děti, jak se snaží ulovit rybky, složit puzzle apod. a nakonec za své soutěžení dostat medaile. Když byly na konec celé akce vyzvány k hledání pokladu, bylo to pěkné zakončení celé akce. Společné klání našich obyvatelů a dětí z mateřské školy je inspirací pro plánování akcí na další období i pro náš penzion.

*Bc. Iva Macudzinská, vedoucí Penzionu pro seniory
a Poradny pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy, ul. Komořanská 818*

Seniorská šlápota



Dne 25. června 2015 se jako každý rok konala Seniorská šlápota. I když se povedla až na druhý pokus, neboť první termín nám doslova propršel, byl to krásný den. Počasí nám tentokrát opravdu přálo, organizace byla perfektní, opečené buřty také. Zase se budeme těšit na další šlápotu.

*Vlasta Bundová
Penzion pro seniory, ul. Komořanská 818*

Čarodějnice

Poslední den dubnový
bude oheň – to se ví.
Nařežeme dřevo na špalíky,
připravíme chleba a buřtíky.
Aby se to nepletlo,
našlo se jedno pometlo.
Kdo ho shání? Kdo ho hledá?
Čarodějnice! Ó běda!
Podpálíme hranici,
dáme si buřta s hořčicí.
Dejte pozor na velký plamen,
s čarodějnicí už bude amen.

Zdravíme všechny od „Koupaliště“,
ozveme se zase příště.



*Miluška Bauerová
Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180*

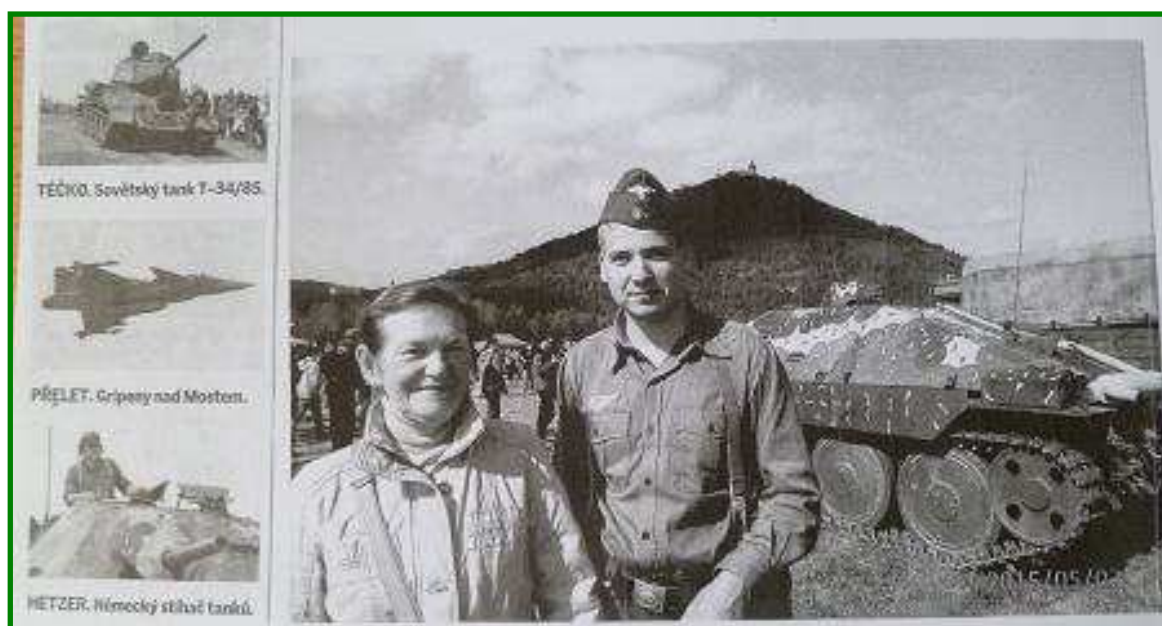
1. máj 2015

RÁNO SPRCHLO MALIČKO,
PAK VYSVITLO SLUNÍČKO.
JE PRVNÍ MÁJOVÝ DEN
A TAK HURÁ, JDEME VEN.
U KUPCŮ SE SCHÁZÍME,
NA KREMROLI TĚŠÍME.
ZDRAVÍME SE, STAŘÍ ZNÁMÍ,
DO PRŮVODU POJĎTE S NÁMI.
A TY HUDBO PĚKNĚ HRAJ,
AŽ JE KRÁSNÝ PRVNÍ MÁJ.

*Miluška Bauerová
Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180*



Oslava 70. výročí ukončení 2. světové války



Dne 2. května 2015 se konala na pláni u mosteckého jezera nedaleko Děkanského kostela Nanebevzetí Panny Marie oslava 70. výročí konce 2. světové války.

Akci zahájil dopoledne přelet stíhaček GRIPEN nad Mostem. Velkolepá byla přehlídka historické techniky a ukázka tankové bitvy, kde se utkali němečtí a ruští vojáci. V době konání bitvy bylo v areálu odhadem 35 tisíc návštěvníků.

Jedinečnou podívanou a skvělý zážitek podtrhlo také pěkné počasí.

*Miluška Bauerová
Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180*

Andělíčci

Trpělivost, vytrvalost a píle
vyplňují dlouhé chvíle.

Paní Novosadové Květušky,
od Koupaliště sousedky,
řekneme vám bez vytáček,
že klubičko, příze, háček
v jejich rukách jenom hrají
a krásní andělíčci přibývají.



Kdo se na ně podívá,
celý den se usmívá.

*Miluška Bauerová
Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180*

Turnaj v kuželkách 2015

Jako každoročně nás čekal v dubnu turnaj v kuželkách MSSS v Mostě – p. o. Přípravy však probíhaly už od února, neboť na tento turnaj bylo přichystané překvapení v podobě nové kuželkové dráhy, kterou pro nás vyrobil údržbář Jan Švamberský podle návrhu obyvatele Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180, Most pana Chocholouška.

Dne 29. dubna 2015 za přítomnosti náměstkyně primátora Ing. Markéty Staré a Mgr. Lenky Makovcové, pověřené řízením MSSS v Mostě – p. o. byla slavnostně přestřižena páska u nového kuželníku a tím i zahájen turnaj.

Soutěže se zúčastnila kromě pečovatelské služby všechna zařízení MSSS v Mostě – p. o. Celou akci nás provázela Helena Houšková a zároveň poučila soutěžící o pravidlech hry. Všechna družstva si mohla hru nejprve vyzkoušet v rámci nultého kola.

Soutěž probíhala svižně a kuželník si soutěžící velice pochvalovali z důvodu menší fyzické námahy, než-li u kuželníku ruského.

Po odehrání několika kol, přišla na řadu volná zábava u dobré kávy a pečiva. V době zábavy se počítaly výsledky a z důvodu shody, jak mezi družstvy, tak i mezi jednotlivci, musel být ještě rozstřel.

Výhercům pogratovala a předala ceny náměstkyně primátora Ing. Markéta Stará, Mgr. Lenka Makovcová, DiS., pověřená řízením MSSS v Mostě – p. o. a Bc. Veronika Jakubcová, vedoucí zařízení. Zároveň vítězné družstvo obdrželo putovní pohár ve tvaru kuželky.

Příští rok na shledanou.

Výsledky soutěže:

Kategorie – družstva:

1. místo PpS Ke Koupališti	121 bodů
2. místo DpS Barvířská	111 bodů
3. místo PpS Komořanská	106 bodů

Kategorie – jednotlivci:

1. místo paní Chocholoušková	44 bodů
2. místo paní Jarochová	43 bodů
3. místo paní Bundová	42 bodů



*Bc. Veronika Jakubcová
vedoucí Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická 1074 a ul. Ke Koupališti 1180*

Cvičení na podložkách v Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180

V Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180 jsme zavedli cvičení na podložkách, a že nás to tuze těší, vyjádříme třeba verši:

Cvičím, cvičíš, cvičíme,
podložku si složíme.
Lehneme si na záda,
to je přece paráda,
Protáhneme celé tělo,
aby nás tak nebolelo.
Levá ruka, noha pravá,
Helena nám rady dává.
Při vstávání pozor dáme,
rovnováhu vyrovnáme.
A pak celé rozcvičené
rozejdeme se a je nám skvěle.

Miluška Bauerová
Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180

Výlet na Lesnou

Dne 24. června 2015 samospráva Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180 uspořádala výlet na Lesnou v Krušných horách.

Zde jsme navštívili Krušnohorské muzeum „Lidový dům“, kde jsme shlédli výstavu krojovaných panenek a dřevěných formiček na máslo. Potom jsme poobědvali v Horském hotelu. Česká kuchyně nezklamala. Na řadu přišly i různé hry na hřišti, procházka po okolí nebo Kaplička sv. Antonína.

Výlet se nám vydařil, mnozí obyvatelé si odváželi nejen zážitek z pěkného dne, ale i dárečky získané v soutěžích.



Miluška Bauerová
Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180

Den matek

Společné posezení ke Dni matek proběhlo dne 7. května 2015 od 14:00 hodin. Tento den nám přišly zpříjemnit Babčí mažoretky s Helenou Houškovou. Vystoupení mažoretek bylo nádherné, ale pro malý prostor krátké. Obrovský aplaus byl nekonečný. Moc se nám toto vystoupení líbilo, určitě není poslední. I když máme málo místa, mažoretky si uměly poradit. Na závěr vystoupení dostaly malé občerstvení.

Dále jsme pokračovali v předání kytiček našim Janičkám k svátku. Také byla předána kytička paní Běle Pecákové, která bude slavit krásných 85 let.

Připomněla jsem všem, aby nezapomněli dne 14. května 2015 na zájezd do Manětína, slibují nám krásné počasí.

Také se budeme těšit na Seniorskou šlápotu, která bude 9. června 2015 na Ressleru. Všichni také velice děkují za velmi pěkně vedenou Harmonii třetího věku slečně Michaelae Nermutové.

Na závěr dostaly všechny ženy ke Dni matek od pana Narovce malou růžičku. Všechny ženy byly velmi překvapeny a velice panu Narovcovi děkují. Bylo to milé a hezké.



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

Manětín

Dne 14. května 2015 jsme vyjeli na zámek do Manětína.

I když nám ráno přelo, tak jsme s veselou náladou nastoupili do autobusu. Zámek je jeden z překrásných zámků, co jsme vůbec viděli. Expozice je zaměřena na prezentaci šlechty na manětínském zámku. Mezi největší patří série pláten s podobiznami služebnictva a rodinné galerie Lažanských.

Následovala vstupní

hala, přijímací pokoj, hraběčín salon, ložnice, hraběčina pracovna atd. Nejkrásnější byl hlavní sál. Měli jsme dvě velmi skvělé průvodkyně.

Na závěr prohlídky jsme šli všichni do zámecké restaurace, kde byl velký výběr jídla a všem moc chutnalo.

Pak jsme šli na náměstí, kde pro množství barokních památek a soch je město označováno jako barokní perla západních Čech. Barokní sochy jsou po celém městě.

Manětín je velmi pěkné městečko v krásné a čisté krajině. Svou barokní architekturou je v porovnání s okolními městy naprosto unikátní. Manětínsko patřilo původně českým knížatům.

Před odjezdem domů jsme si ještě zašli na kávu, zmrzlinu a prošli jsme se zámeckým parkem. Nikomu se ani nechtělo domů, protože bylo i krásné slunné počasí, ale vše jednou končí a už nyní se těší na další zájezd.



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

Červnové posezení

Dne 4. června 2015 jsme se opět sešli v naší společenské místnosti, abychom se hezky pobavili a také oslavili svátky a narozeniny.

Svátek měl pan Jan Narovec, byla mu předána kytička. Další oslavenkyně byly ženy, a to paní Stránská Evička, která měla 2. června 2015 oslavu sedmdesátých narozenin, dále Škrabanová Anička měla 2. června 2015 oslavu osmdesátých narozenin a nakonec 21. června 2015 bude mít Henzlová Mařenka krásných 85 let. Všechny jmenované dostaly krásné kytičky a s přáním všeho nejlepšího jsme si na jejich zdraví připili.



K občerstvení jsem všem rozdala plněné bagetky a velmi lahodné dia dortičky. Po občerstvení jsem připomněla rekreaci, která bude od 13. června do 20. června 2015 v Železné Rudě a ti, kteří na tuto rekreaci jedou, aby si vzali vhodné oblečení do přírody, pohodlnou obuv a aby nezapomněli na léky, které berou.

Dále jsem informovala o zájezdu do Karlových Varů, zájem je velký. Zhodnotili jsme zájezd do Manětína, všem se to moc líbilo, nejen zámek, ale i zámecká zahrada a zámecká restaurace.

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

Rekreace v Železné Rudě

Ve dnech od 13. června do 20. června 2015 prožilo 37 seniorů krásný pobyt na Šumavě v penzionu Bohmervald – pan vedoucí a majitel Ing. Tomáš Horek.



Tento penzion byl v anketě „Penzion roku“ nejlépe hodnocený. Penzion se nachází v klidné části v centru Železné Rudy u říčky Řezné a je svým umístěním ve výborném místě, rovněž parkování před penzionem je velmi výhodné.

Vybavení penzionu je i pro náročné hosty, posezení ve venkovní části je velmi příjemné. Personál i pan majitel je velmi ochotný, milý a vstřícný. V penzionu je výtah, krásné, čisté prostorné pokoje, sprcha, WC, minibar, TV, fén, telefon, sejf, fitness, kulečnický stůl a zdarma počítač.

Snídaně – švédské stoly, velmi bohatý a velký výběr. Oběd i večere výběr ze dvou jídel – všem chutnalo.

Program na každý den

Každé ráno rozcvička, v neděli vycházka 3 km na Debrník – bývalá kasárna pohraniční stráže. Na Debrníku byl postaven zámek v roce 1779. V posledních měsících 2. světové války zde pobývali němečtí lékaři, po válce se stal lesnickým učilištěm a před listopadem 1989 byl zbourán. Další vycházka byla 4 km na Alžbětín. V úterý jsme jeli se třemi mikrobusey na jednodenní zájezd „Okruh okolo Javora“, kde jsme obešli asi 2 km Velké Javorské jezero a pak jsme vyjeli na nejvyšší horu Šumavy Javor. Další cesta byla do lázeňského městečka Bodenmais – prohlídka sklárny a pak následoval sklářský obchod a také jsme nakoupili v obchodním centru. Před návratem domů jsme se zastavili v likérce, kde jsme dostali ochutnat tři druhy likérů. Nakoupili jsme a spokojeni jsme se vraceli na večeri. Stále nám přálo krásné počasí, tak jsme další dny ještě navštívili zámček, skřítky, informační středisko a také Muzeum Šumavy. Někteří si vyjeli kočárem po Šumavě. Také jsme jeli lanovkou na Špičák, ale tam byl „fičák“, nohy i ruce zábly.

Na závěr našeho pobytu jsme uspořádali večírek, kde nám pan Malkus hrál na harmoniku k tanci i k poslechu. Pan majitel nám dal na závěr sladkou odměnu – kávu a zákusek.

Rekreace všem prospěla, opět si vylepšili kondici, všichni měli během pobytu skvělou náladu a tak mohou konstatovat „PODAŘILO SE“!!!

Kdo tam nebyl, tak tam jeďte, nebudete litovat.



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

Denní dětský rehabilitační stacionář v Mostě slaví významné výročí

V letošním roce je to přesně 20 let, kdy se Denní dětský rehabilitační stacionář v ulici Františka Malíka stal součástí MSSS v Mostě - p. o. A v září to bude 25 let od jeho vzniku vůbec.

Několikrát se měnilo místo působení, název, občas se mluvilo i o jeho zrušení. Zpočátku bylo otevřeno jedno oddělení pro děti s pohybovým postižením a bylo součástí jesliček.

Pokud nahlédneme do kroniky, lze spatřit první pomůcky k nácviku chůze, provizorní stoly k provádění rehabilitačních procedur, ale i speciálně upravené kočárky k bezpečnému sedu, vyrobené šikovnými otci.

Již od samého začátku velkou roli hráli sponzoři a jejich nezištná pomoc,

díky které se dětský stacionář postupně měnil v moderní pracoviště. Na každé fotografii lze spatřit usměvavé děti a nadšený personál. Během uplynulých 25 let prošly dětským rehabilitačním stacionářem tisíce dětí s postižením. Vždy byla dětem poskytována komplexní rehabilitační péče dle doporučení lékařů, a to ambulantně nebo při pobytu. Společně s rehabilitací byla dětem poskytována i výchovná péče, zaměřená na nácvik dovedností.

Jak šel čas, měnily se nejen děti, které potřebovaly pomoc, ošetřující personál, posouvala se věková hranice přijímaných dětí, ale také možnosti zajistit dětem kvalitní péči. V současné době se provoz denního dětského rehabilitačního stacionáře řídí zákonem č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů.

Klienty jsou děti ve věku od 1 roku do 17 let s různými typy postižení, převažují kombinované vady. Dětem je poskytována komplexní rehabilitační péče včetně výchovné a sociální. Kapacita zařízení je 20 dětí.

Do týmu, zajišťujícího péči dětem během denního pobytu, patří kromě školených zdravotníků také speciální pedagog, pracovníci v sociálních službách, kuchařka a provozně obslužný pracovník. Celý tým úzce spolupracuje s dalšími organizacemi, zejména s Ranou péčí v Praze, Speciálně pedagogickým centrem v Litvínově, ale i s odborníky z řad neurologů, ortopédů, pediatrů, aj. Týmová péče, která je komplexně zaměřená na celkové zlepšení zdravotního stavu dětí, umožňuje po ukončení léčby zařazení většiny dětí do běžných mateřských školek nebo speciálních škol.

Denní dětský rehabilitační stacionář je vybaven nově pořízenou vířivou vanou, rehabilitačními stoly, zvedákem pro manipulaci s těžšími imobilními dětmi a tělocvičnou, ve které je řada podpůrných pomůcek. Ambulantně je rehabilitace poskytována dětem od narození do 18 let, a to vždy na doporučení odborných lékařů, kteří indikují potřebné procedury. Na základě komplexního vyšetření dítěte vypracují fyzioterapeutky rehabilitační plán, dle kterého postupují. Nejčastěji odborní lékaři doporučují dětem vodoléčbu, individuální cvičení, například nácvik chůze, cvičení při vadném držení těla, cvičení na míčích, válci. Často jsou dětem doporučovány měkké techniky a mobilizace kloubů a páteře. Vojtovu metodu, což je reflexní cvičení, mívají doporučenou děti po předčasném narození, děti s odchylkou v motorickém vývoji, aj. Dle zájmu rodičů je prováděna instruktáž



nácviku některých cviků a konzultace. V rámci pobytu jsou zařazovány prvky bazální stimulace a polohování dětí.

Při pobytu je dětem k dispozici prostorná herna, ve které je vyhrazen koutek pro podávání stravy, rehabilitační třída, vybavená nábytkem, který splňuje parametry pro užívání. Pod vedením speciálního pedagoga jsou realizovány aktivizační činnosti, zaměřené na celkový rozvoj dětí. Je zpracován rozvrh aktivit i se jmény dětí a rodiče tak mají přehled, co jejich děti dělají po celou dobu pobytu, včetně odpočinku.

Většina dětí pobývá ve stacionáři několik hodin. Vždy je brán ohled na aktuální zdravotní stav dětí, náladu a jejich schopnosti. Individuální přístup k dětem je samozřejmostí.

Díky podpoře sponzorů je dětský rehabilitační stacionář vybaven kompenzačními pomůckami a hračkami, které docházejícím dětem nejen zpříjemní pobyt v zařízení, ale také umožní snadnější nácvik dovedností.

Během roku jsou připravovány nejrůznější akce. Často děti vystupují s nacvičeným programem v domovech pro seniory, za dětmi dojíždí pravidelně mostecké Divadlo Rozmanitostí, radost dětem přinášejí pejsci v rámci canisterapie. Dle možností vyjíždí děti také na hipodrom za koníky. Tato akce je financována z prodeje víček, která pro děti sbírají nejen senioři z MSSS v Mostě – p. o., ale rovněž i senioři z regionální organizace Klubu seniorů v Mostě v ulici Javorová či některé základní školy. Pravidelnými dodavateli víček jsou i rodiče dětí, pracovníci Městské knihovny v Mostě a řada dalších. Každoročně jsou pořádány oslavy Dne dětí, narozenin, sportovní hry, aj. V rámci spolupráce s mateřskou školou docházejí děti na společné dílničky a také se účastní akcí pořádaných MSSS v Mostě – p. o., např. Šlápota, akce na hipodromu, soutěžní výzdoby, ale také akcí pořádaných statutárním městem Most (den otevřených dveří, prezentace zařízení v rámci akce Říjen pro neziskovky, zdobení stromků na náměstí, aj.) O všech důležitých akcích jsou informováni nejen rodiče dětí, ale i veřejnost v místním tisku.



Pracovníci denního dětského rehabilitačního stacionáře si pravidelně prohlubují vědomosti, sami vyhledávají nové poznatky, které aplikují do praxe. Studentky a studenti středních, vyšších odborných i vysokých škol vyhledávají dětský stacionář v rámci své odborné praxe. Vždy kladně hodnotí nejen vybavení, ale zejména vztah pracovníků k dětem.

Pozitivní vztah k dětem, nadšení, nápady, zájem, hledání nejefektivnějších léčebných postupů i úzká spolupráce s rodiči jsou hlavními atributy, na kterých služby poskytované v denním dětském rehabilitačním stacionáři stojí a díky kterým si toto zařízení dlouhodobě drží dobré jméno nejen u rodičů dětí se zdravotním postižením, ale i u odborníků.

V roce 2014 díky podpoře rodičů získal denní dětský rehabilitační stacionář ocenění v kategorii Poskytovatelů sociálních služeb pro děti. Rovněž jedna z pracovníků dětského rehabilitačního stacionáře byla oceněna za dlouholetou práci v soutěži Pečovatelka roku.

Co dodat?

Za 25 let se mnohé změnilo, ale to podstatné zůstává. Snaha i nadále neúnavně pomáhat dětem s postižením a jejich rodinám. Společně prožívat malé i velké zázraky, které se ve stacionáři odehrávají. Pracovníky každý úspěch motivuje k hledání dalších postupů, které mohou přispět ke zlepšení zdravotního stavu docházejících dětí.

Bez podpory nadřízených, zřizovatele a sponzorů by tato poskytovaná sociální služba neměla šanci pomáhat těm nejpotřebnějším, našim dětem.

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

Červen patří dětem

Svátek dětí je vždy důvodem k velkým oslavám. Také děti z dětského rehabilitačního stacionáře a Střediska denní péče v ulici Františka Malíka si svůj svátek užily jak se patří.

Nejdříve jely společně s tetami potěšit tanečkem seniory do Penzionu pro seniory v ulici Albrechtická, kde zároveň byl připraven bohatý program pro děti. Se spoustou sladkostí a dárků, které pro ně seniory připravili, prožili všichni společně krásné dopoledne.

A pak si v dalších dnech v prostorách zařízení užily svůj svátek. Nejdříve děti přijel pobavit Hopsík s Hopsinkou. Dvě hodiny zábavy, plné písniček, soutěží a kouzel děti nadchnul. Aktivně se zapojovaly do všech soutěží, nikdo nechtěl zůstat pozadu a každý si chtěl zkusit kouzlit nebo si společně zazpívat s vystupujícími. Společná diskotéka zakončila krásné dopoledne. Za dětmi se přijely podívat náměstkyně primátora (pro školství, kulturu, sociální věci, zdravotnictví a informatiku) Ing. Markéta Stará a vedoucí odboru sociálních věcí Mgr. Naděžda Krupcová.

Po krátkém odpočinku začala další zábava, tentokrát na zahradě, a to společně s rodiči a pozvanými hosty. Na děti čekaly soutěže, skákačí hrad, ale také pejsci, povozit se mohly na konících nebo si zasoutěžit společně s odvážnými rodiči, které klaun oslovil. Závěrem čekalo na všechny překvapení v podobě velkého hada. Kdo měl odvahu, mohl si hada pohladit, odvážní se nechali s hadem kolem krku i vyfotit.

Pro všechny bylo připraveno malé pohoštění. Při odchodu děti dostaly diplomy a drobné dárky, které pro ně tety připravily.

Odměnou pro všechny byly rozzářené oči dětí, úsměv a radost ze setkání.

Nechyběla ani návštěva v mateřské školce, kde se děti podívaly na cvičené psy a vyzkoušely připravené atrakce.

Během měsíce již některé děti odjízděly společně s rodiči nebo s prarodiči na prázdniny.

Přesto si děti ještě užily Seniorské šlápoty, akce, kterou pořádá organizace každoročně na Ressleru. Procházka lesem, rybníček plný kachen a různé prolézačky, které na Ressleru jsou, děti vždy potěší.

A pak již zbývá poslední rozloučení před prázdninami. Většina dětí z jesliček, ale i z dětského rehabilitačního stacionáře odchází do dalších předškolních zařízeních. Loučení bývá plné slziček, zejména tety jsou dojaté.

Přejeme našim dětem krásné prázdniny, mnoho zážitků a radosti v dalším životě.

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



Turnaj mosteckých klubů seniorů v bowlingu

Bowling, který je ve světě velice populárním sportem (hraje ho několik milionů lidí ve více jak devadesáti zemích světa) se těší i mezi našimi seniory vzrůstající popularitě. Ve středu dne 6. května 2015 se uskutečnil ve Sportovce v Mostě turnaj mosteckých klubů seniorů v bowlingu.

Pořadatelem turnaje byl klub seniorů číslo 8 Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace. Turnaje se účastnily skoro všechny kluby seniorů evidované pod městem. Obsazeno bylo sedm drah po šesti závodnicích. To si umíte představit to mraveniště. Všechny zúčastněné hra zaujala natolik, že zapomněli na všechno a bojovali na drahách jako opravdoví závodníci. Sportovní boje byly úžasné a když někdo shodil všechny kuželky, to bylo radosti. Nadšené výkřiky na jednotlivých drahách nebo zase naopak zklamání na lavičce po neúspěšném hodu nebraly konce. Mezi seniory zavítal i pan Alois Malý, předseda Krajské rady seniorů, zastupitel a předseda sociální komise, který si s našimi seniory i v jednom družstvu zahrál.

A jak to všechno dopadlo, je vidět z následujícího přehledu výsledků.

1. místo - Klub č. 8	663 bodů
2. místo - Klub č. 6	489 bodů
3. místo - Klub č. 7	449 bodů
4. místo - Klub č. 5	446 bodů
5. místo - Klub č. 3	443 bodů
6. místo - Klub č. 1	430 bodů
7. místo - Klub č. 4	347 bodů



Vítězem turnaje se stalo družstvo klubu seniorů číslo 8 - Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace. První tři vítězná družstva obdržela pohár, dárkovou tašku, kterou věnovala Ing. Markéta Stará, náměstkyně primátora a dále diplom, ostatní družstva obdržela diplom.

Všem zúčastněným se turnaj moc líbil, přáli by si ho zopakovat nejméně ještě jednou v letošním roce. Uvidíme.

*Helena Houšková
kulturně výchovná pracovnice*

14. Soutěžní klání v Domově pro seniory Podbořany

Dne 20. května 2015 se zástupci seniorů MSSS v Mostě – p. o., tentokrát to bylo družstvo žen z Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180 ve složení paní Jiřina Naxerová, Eliška Chocholoušková a Miluška Bauerová, zúčastnili již 14. Soutěžního klání seniorů v Domově pro seniory v Podbořanech. Celkem bylo přítomno čtrnáct domovů pro seniory a soutěžilo se v jedenácti disciplínách,



soutěžní družstvo bylo tříčlenné + započítával se do soutěže také výkon doprovodu. A k naší velké radosti z toho všeho bylo nakonec pro naše první místo před druhým pořadajícím Domovem pro seniory Podbořany a 3. místo obsadil Domov důchodců Severní Terasa Ústí nad Labem. Na dalších místech se umístil Domov pro seniory Louny, Městský ústav sociálních služeb Jirkov, Dům pečovatelské služby Podbořany, dále senioři ze Žatce, Vroutku, Kadaně, Bystřan a Dobčic.



Na všech disciplínách panovala skutečně bojovná nálada, fandění, pokřiky a soustředění. Vzhledem k nepříznivému počasí se celá soutěž přenesla do vnitřních prostorů domova. Ale to vůbec neubralo na celé atmosféře.

V minulých letech nás na této soutěži v Podbořanech zastupovali již senioři z Domova pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166, ul. Barvířská 495, Jiřího Wolкера 404 a Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická 1074, letos tedy Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180.

Musím pochválit organizaci a milý přístup personálu pořadajícího Domova pro seniory v Podbořanech. Opravdu zde panuje vynikající atmosféra, vstřícnost a milé přijetí. Zaslouží si od nás velkou pochvalu.

Nakonec musím poděkovat, že se naši senioři mohou zúčastňovat takovýchto akcí. V poslední době se nám daří, v regionu už o Městské správě sociálních služeb v Mostě – p. o. pořádně vědí. A to je také výborná propagace.

*Helena Houšková
kulturně výchovná pracovnice*

28. sportovní hry seniorů v Litvínově

Ve čtvrtek dne 21. května 2015 jsme se zúčastnili 28. ročníku Sportovních her seniorů v Litvínově. Akce se zúčastnilo 24 seniorů MSSS v Mostě – p. o. Měli jsme dvě soutěžní družstva – jedno za klub seniorů číslo 8 a druhé za MSSS v Mostě – p. o., účastníci byli rozděleni na soutěžící a diváky. Celá soutěž se odehrávala na atletickém a fotbalovém stadionu. Akci je připisován velký význam v rámci celého Ústeckého kraje. Přítomen byl pan hejtman, starostové, zástupci měst a obcí a vrcholoví zástupci seniorů.

Soutěžilo se v deseti disciplínách ve dvou kategoriích – družstva a jednotlivci. Při konečném hodnocení naši senioři získali sedm medailí, dvě první místa (paní Chocholoušková a pan Houška), jedno druhé místo (paní Ehmigová) a čtyři třetí místa (paní Svobodová, paní Filipeková, pan Chocholoušek, paní Ehmigová), také jsme dostali

ocenění za nejstarší účastníci her a tou byla paní Filipeková, takže jsme na hrách měli zástupce ze všech našich penzionů pro seniory. Od většiny rozhodčích jsme jako bonus dostali pochvalu jakou máme disciplínu a jak jsme dobře zorganizovaní.

Akci hodnotím pro nás jako velmi úspěšnou, získání medailí je důkazem. Naši senioři se hodně snažili, mají chuť trénovat a v příštím roce dosáhnout ještě lepších výsledků. Uvidíme. Ale jako vždy, opět zde byly organizační nedostatky. Naši první disciplínou byly šipky a na stanovišti opět nebylo náčiní. Dalším nedostatkem byla doprava. Skupina, která zůstávala na vyhodnocení a závěr soutěže, neměla odvoz. Čekali jsme hodinu, než se situace vyřešila. To zkazilo dojem. Akci doplňoval kulturní program, na kterém se podílely čtyři taneční soubory.



*Helena Houšková
kulturně výchovná pracovnice*

SPORTOVNÍ HRY SENIORŮ NA MOSTECKÉM AQUADROMU



Klub seniorů číslo 8 Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace uspořádal dne 14. května 2015 v prostorech mosteckého aquadromu sportovní hry určené mosteckým seniorům. Tyto hry sloužily jaké přípravě na 28. ročník sportovních her v Litvínově.

Sraz byl v 10:00 hodin na minigolfu. I když ráno trochu sprechlo, od účasti nás to neodradilo. Her se zúčastnili zástupci domovů a penzionů Městské správy sociálních služeb v Mostě – p. o. a také senioři z ostatních klubů seniorů. Soutěžili jsme v následujících disciplínách: petanque, Bollo ball, hod míčkem do nádoby, hod do obruče, střelba na branku, šipky, hod kroužků na tyč, běh s míčkem na čas.

Sluníčko zvědavě vykukovalo a naše výkony byly zdařilé. Vítězi jsou všichni zúčastnění a sportovní klání lze ohodnotit slovy:

„Senior, ten není líný,
zvládne dané disciplíny,
kdo sportuje – nezlobí,
diplomem se ozdobí“.

A co říci na závěr? Užili jsme si pěkné sportovní dopoledne, odměnou nám byla výborná grilovaná klobáska.

*Miluška Bauerová, Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180
Helena Houšková, kulturně výchovná pracovnice*

Projekt Prevence kriminality a sociálně patologických jevů 2015

Městská správa sociálních služeb v Mostě – příspěvková organizace se zapojila do projektu, se kterým nás oslovila Střední škola diplomacie a veřejné správy v Mostě, s. r. o. Jedná se projekt Prevence kriminality a sociálně patologických jevů 2015 s názvem „*I seniori si zaslouží pocit bezpečí – Vzájemné mezigenerační učení se*“. Projekt tvoří dvě stěžejní části – minicyklus přednášek zaměřených na prevenci kriminality a tvořivá dílna (kreativní činnost). Termín ukončení celého projektu je stanoven na listopad 2015.



Přednášky jsou realizovány po vzájemné konzultaci v prostorech všech zařízení Městské správy sociálních služeb v Mostě - p. o. Studenti pod odborným dohledem svých pedagogů prezentují jednotlivá témata formou projekce a názorných ukázek. Uživatelé měli zatím možnost se zúčastnit přednášek na téma: Jak se chovat, abych se nestal obětí trestného činu? Co dělat, když dojde k napadení? Prezentace jsou doplněny krátkým aktivizačním programem, tj. například

procvičením paměti uživatelů i studentů.

Při setkání v rámci tvořivé dílny jsou společně vytvářeny výrobky z materiálů, které zajistila Střední škola diplomacie a veřejné správy, s. r. o. Most. V Domově pro seniory, ul. Jiřího Wolкера byly vytvářeny např. kytičky z papíru.

Od 21. září do 29. září 2015 bude v prostorech Městského divadla v Mostě uskutečněna výstava a celý projekt zde bude prezentován. Po tomto termínu bude výstava putovní a bude pokračovat ve všech našich zařízeních.

Garantem projektu za Městskou správu sociálních služeb v Mostě - p. o. byla určena Alena Perglerová, DiS. za spolupráce Heleny Houškové.

*Alena Perglerová, DiS., sociální pracovníce
Helena Houšková, kulturně výchovná pracovníce*

Správné odpovědi – Test sportovních pravidel a zajímavostí ze strany č. 3

Číslo otázky	1	2	3	4	5
Správná odpověď	C	B	B	A	B

Příspěvky do příštího vydání Harmonie třetího věku č. 65 zasílejte do dne 9. října 2015.

HARMONIE TŘETÍHO VĚKU

Čtvrtletník Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace.

Přípomínky 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.

Sazba a grafická úprava: Bc. Michaela Nermutová, DiS., sekretariát MSSS v Mostě - p. o.

