

HARMONIE TŘETÍHO VĚKU

leden 2014 – březen 2014

59. vydání



vydává Městská správa sociálních služeb v Mostě – příspěvková organizace



Společenský večer MSSS v Mostě – p. o.
konaný dne 22. února 2014 ve společenském sále
Domova pro seniory, ul. Barvířská 495



Masopustní zábava
v Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická 1074
dne 19. února 2014



Bílý den v Denním dětském rehabilitačním
stacionáři, Středisku denní péče pro děti do tří let
věku, ul. Františka Malíka 973
v měsíci únoru 2014



Oslava narozenin v Denním stacionáři
pro mentálně postižené klienty, příp. kombinovaně
handicapované občany s ukončenou školní
docházkou, ul. Jiřího Wolkerova 404
dne 21. března 2014

OBSAH

Ředitelství Městské správy sociálních služeb v Mostě, příspěvkové organizace	
Pořízení pečovatelských lůžek.....	3
Společenský večer MSSS v Mostě – p. o.	3
Soutěž o nejhezčí velikonoční výzdobu.....	4
Údržba zeleně v objektech MSSS v Mostě – p. o.	4
Domov pro seniory, ul. Barvířská 495, Most	
ZDRAVOTNICKÉ OKÉNKO: Hyperglykemie je nepřítel.....	5
„Lákavé akce“ pro seniory.....	6
Velikonoce – svátky jara.....	7
Klub důchodců změnil název i prostory.....	8
Neviditelná výstava.....	8
Josefovské sportování	9
Naši uživatelé v divadle.....	9
Masopustní zábava.....	10
Beseda se zástupci Tělovýchovné jednoty zdravotně postižených Nola Teplice.....	10
Domov pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 404, Most	
Masopustní veselice.....	11
MDŽ.....	11
Canisterapie.....	12
Turnaj ve cvrnkané.....	12
Denní stacionář pro mentálně postižené klienty, ul. Jiřího Wolкера 404, Most:	
Otík má narozeniny.....	13
Domov pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166, Most	
Kuželky.....	13
Poutavá výstava aneb co umí šikovné ručičky naší uživatelky.....	14
MDŽ.....	15
Penzion pro seniory, ul. Albrechtická 1074, Most	
Jak šel život v Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická 1074.....	15
Penzion pro seniory, ul. Komořanská 818, Most	
Poděkování.....	16
První březnové pondělní odpoledne.....	16
Poděkování	17
Vítání jara.....	17
Josefovská zábava.....	17
Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180, Most	
Život v Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180.....	18
Pečovatelská služba, ul. Růžová 2071, Most	
Lednové setkání.....	19
Lednová kavárnička.....	19
Únorové společné posezení.....	20
Všem ženám k MDŽ.....	21
Historie MDŽ.....	21
Cvrnkaná.....	21
Výroba kytíček.....	22
Poděkování	22
Společné březnové posezení a oslava MDŽ.....	23
Oslava Velikonoc.....	24
Denní dětský rehabilitační stacionář, Středisko denní péče o děti do tří let věku, ul. Františka Malíka 973, Most	
Bílý den – co víme o sněhu?	25
Knížka je náš kamarád.	25
Masopustní dovádění je již tradicí.....	26
Panenka pro maminku.....	26
Šmoulí kamarádi.....	27
Společné	
Poděkování.....	27
11. Plavecký přebor seniorů z domovů pro seniory Ústeckého kraje v Libochovicích 2014.....	28
Představení Klára 3847 – Příliš mnoho hvězd.....	29
Divadelní představení Noc na Karlštejně.....	29
3. ročník turnaje ve cvrnkané.....	30
Divadelní představení Mata Hari.....	31

Porízení pečovatelských lůžek

V měsíci květnu 2014 bude pro uživatele domovů pro seniory, které provozuje Městská správa sociálních služeb v Mostě – příspěvková organizace, zakoupeno celkem deset nových elektrických lůžek včetně matrací pro uživatele s nízkým až středním rizikem vzniku dekubitů.



Konkrétně jsou čtyři pečovatelská lůžka určena pro uživatele Domova pro seniory v Mostě, ul. Barvířská 495 a šest pečovatelských lůžek je pro uživatele Domova pro seniory v Mostě, ul. Jiřího Wolкера 404. Lůžka jsou vybavena čtyřdílnou ložnou plochou, elektrickým zdvihem a ovládáním zádového a stehenního dílu pomocí elektromotorů. Součástí dodávky budou i noční stolky s integrovanou výklopnou výškově nastavitelnou jídelní deskou.

Cena za dodávku pečovatelských lůžek bude představovat částku 325.475 Kč. Na krytí nákladů spojených s nákupem lůžek přispěla finanční částkou ve výši 250.000 Kč společnost Vršanská uhelná, a.s. Chtěli bychom uvedené společnosti za poskytnutý dar velmi poděkovat.

Ing. Lenka Maňáková, hlavní ekonomka

Společenský večer MSSS v Mostě – p. o.



Městská správa sociálních služeb v Mostě – příspěvková organizace uspořádala dne 22. února 2014 ve společenském sále Domova pro seniory, ul. Barvířská 495 Společenský večer MSSS v Mostě – p. o.

Společenského večera se zúčastnilo osmdesát seniorů ze všech zařízení MSSS v Mostě – p. o., vedoucí jednotlivých zařízení a zaměstnanci podílející se na organizaci této akce.

Návštěvníci obdrželi nejen dárkový balíček obsahující hrnek, čaj a pamětní list, ale také sladké občerstvení – koláčky, které upekli pracovníci kuchyně Domova pro seniory, ul. Barvířská 495 a slané občerstvení – jitrnici, jelítka a tlačenku.

Během večera byl zajištěn bohatý program. Na úvod večera vystoupily dva taneční páry. Dále senioři měli možnost shlédnout šermířské představení a vtipnou scénku seniorů z Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180. Hlavním programem bylo vystoupení hudební kapely Kladenská heligonka, která seniorům hrála k poslechu a k tanci v průběhu celého večera.

Jako doprovodný program byla připravena výstava fotografií z akce „Šlágr jede za Vámi“ konané dne 10. července 2013 v Domově pro seniory, ul. Barvířská 495, poslech Šlágr TV a oblíbených písní seniorů a prodej občerstvení.

Mezi oblíbeným doprovodným programem byla také výherní výstava, ve které senioři mohli vyhrát např. potravinové dárkové koše, jídelní sady, prošívané deky, kosmetické balíčky, ergoterapeutické výrobky nebo potraviny (utopence, vánočky, aspikové dorty, chodské koláče apod.).

Seniorům se společenský večer líbil, důkazem byl zaplněný taneční parket společenského sálu a spokojenost přítomných seniorů.

Poděkování patří zaměstnancům, kteří se podíleli na přípravě společenského večera a také sponzorům, kteří přispěli převážnou část výrobků do výherní výstavy.

Michaela Nermuťová, DiS., sekretariát MSSS v Mostě – p. o.

Soutěž o nejhezčí velikonoční výzdobu

Ředitelka Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace Ing. Vlasta Jakubcová vyhlásila v měsíci březnu 2014 soutěž o nejhezčí velikonoční výzdobu.

Do hodnocení byly zahrnuty dekorace u vstupů a ve vestibulech jednotlivých budov MSSS Mostě – p. o. Do soutěže se přihlásila všechna zařízení MSSS v Mostě – p. o. kromě Domů s pečovatelskou službou v Mostě.

Výzdoby byly posuzovány dne 15. dubna 2014 pětičlennou hodnotící komisí ve složení: ředitelka organizace Ing. Vlasta Jakubcová, vedoucí odboru sociálních věcí Mgr. Naděžda Krupczová, hlavní technička Ing. Irena Vomáčková, hlavní účetní Vladimíra Davidová a sekretářka Michaela Nermuťová, DiS.

Ve středu dne 23. dubna 2014 následuje slavnostní vyhodnocení soutěže, kterého se zúčastní tři zástupci z řad seniorů jednotlivých zařízení a jejich vedoucí. První tři nejlepší zařízení obdrží finanční šeky a jejich zástupci se sami rozhodnou, na co bude finanční ohodnocení použito.

Výsledky soutěže budou dne 23. dubna 2014 zveřejněny v aktualitách na internetových stránkách MSSS v Mostě – p. o.: www.msss-most.cz.



*Michaela Nermuťová, DiS.
sekretariát MSSS v Mostě – p. o.*

Údržba zeleně v objektech MSSS v Mostě – p. o.

Na schůzi Rady města Mostu konané dne 27. března 2014 bylo schváleno zadání veřejné zakázky na zajištění údržby zeleně v areálech Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace.

Od 1. dubna 2014 do 31. prosince 2017 bude v objektech MSSS v Mostě – p. o. udržována zezeň prostřednictvím společnosti Technické služby města Mostu, a. s.

Údržba zeleně zahrnuje například sezónní péči o trávníky, řez živých plotů, údržbu trvalkových záhonů, podzimní vyhrabání listů apod.

Věříme, že spolupráce s výše uvedenou společností bude přínosem pro údržbu zeleně v objektech MSSS v Mostě – p. o.



*Michaela Nermuťová, DiS.
sekretariát MSSS v Mostě – p. o.*



Hyperglykémie je nepřítel

V minulém čísle jsme probrali komplikaci cukrovky – neuropatie a péči o dolní končetiny. Nyní se zaměříme na další z komplikací cukrovky a tou je – **hyperglykémie**.

Co je to hyperglykémie?

Hyperglykémie je zvýšený obsah glukózy (obecně cukru) v krvi, tj. více než 5,8 mmol/l.

I u zdravého člověka se vyskytuje po každém jídle. Pokud ale do několika hodin po požití potravy neklesne, může to být problém. Máte-li dosud neléčenou cukrovku, znamená to, že ve vaší krvi jsou zvýšené hladiny cukru. Tento stav zvýšené hladiny cukru v krvi je pro lidské tělo nepřírozený a nežádoucí. Léčba cukrovky je proto postavena tak, aby škodlivé vysoké hodnoty cukru v krvi snižovala na normální úroveň. Někdy se přesto stane, že se hyperglykémie u léčeného pacienta znovu objeví. Příčiny mohou být různé a je třeba je znát.



Časté příčiny hyperglykémie?

1. neúčinná léčba cukrovky (na vině může být pacient, když neužívá doporučené léky nebo porušuje dietu, nebo lékař, který naordínuje nevhodnou či nedostatečnou léčbu)
2. nedodržení diety a dietních opatřeních pacientem
3. relativní nedostatek inzulínu (dochází k němu nejčastěji u pacienta s diagnózou diabetes mellitus 1. typu, a to např. při porušené aplikaci inzulínu inzulínovým perem nebo pumpou)
4. nerozpoznaná, dosud nedagnostikovaná a tudíž neléčená cukrovka
5. dekompenzace (zhoršení stavu) u jinak dobře léčené cukrovky (zhoršení může nastat z různých důvodů, např. vlivem stresu, vlivem horečnatého onemocnění, virózy nebo jiné infekce)

Příznaky a projevy hyperglykémie?

Mezi akutní projevy hyperglykémie patří žízeň, velká potřeba močení či sucho v ústech. Může se přidat i rozostřené vidění, nebo pocit velkého hladu.

Diagnostika hyperglykémie?

Stanovení hladiny cukru v krvi (glykémie) se provádí pomocí chemického rozboru krve v laboratoři nebo jednoduchým přístrojem – glukometrem - přímo v ordinaci lékaře.

Léčba hyperglykémie?

Hyperglykémie se snižuje pomocí přesných dávek inzulínu, který se aplikuje v podobě injekcí (tzv. inzulínek – mají tenké a krátké jehličky) kolmo do předem nabrané kožní řasy, nejčastěji v oblasti podbřišku či přední strany stehen. Hyperglykémie do 17mmol/l se může snížit pomocí fyzické aktivity. Nad 17mmol/l se fyzická aktivita nedoporučuje.

Rada na závěr: Důsledná léčba cukrovky v jejích začátcích zásadním způsobem ovlivňuje budoucí vyhlídky nemocného.

*Radka Tížková
úseková sestra Domova pro seniory, ul. Barvířská 495*

„Lákavé akce“ pro seniory



Na prodejních zájezdech s pohoštěním zdarma musí být něco magicky přitažlivého. Starší lidé jsou totiž navzdory četným varováním stále ochotní zaplatit prodejci za hrnce, matrace nebo biolampy desetitisíce korun. Často se navíc jedná o peníze, které nemají.

Scénář je vždycky stejný. Podle pozvánky stojí zájezd jen pár korun, zúčastní se jí i desítky seniorů, a to přesto, že sami často vědí, co je čeká – nekonečné přemlouvání, aby utratili mnohem víc peněz za zboží, které jim budou prodejci celý den prezentovat. Výsledná cena se tak může vyšplhat až na desítky tisíc – v případě, že unavený senior podlehne nátlaku vycvičených prodejců.

Když si svůj nákup účastníci zájezdu rozmyslí a chtějí uzavřenou smlouvu vypovědět, často se o to snaží marně. Kontaktovat prodejce osobně v sídle firmy nebo po telefonu bývá v podstatě nemožné. Neznám ve svém okolí nikoho, kdo by aspoň jednou nebyl na nějaké předváděcí akci. Dokonce znám pár lidí, kteří na předváděčky jezdí docela často a jsou velmi spokojeni. Berou to jako výlet a malé společenské setkání. Vítají, že jim prodávající výrobek předvede a vysvětlí jeho výhody. Jsou rádi, že dobře a výhodně nakoupili.

Podle paragrafu 57 občanského zákoníku máte jako kupující právo odstoupit od kupní smlouvy, která byla uzavřena mimo prostory obvyklé pro podnikání i bez udání důvodu do čtrnácti dnů od podpisu smlouvy. Zároveň jste povinni vrátit zboží.

Aby ale došlo k platnému odstoupení, musí být splněny všechny zákonné podmínky. Dokonce záleží i na formulaci dopisu, kterým firmě oznamujete, že vracíte zboží a chcete vrátit peníze. Ideální je, když zákazník napíše: **„Odstupuji od kupní smlouvy, kterou jsem s Vámi uzavřel toho a toho dne a jejímž předmětem byla koupě toho a toho zboží,“** upřesnil advokát. Pokud totiž například napíšete, že "vypovídáte" kupní smlouvu, tak je to špatně, k odstoupení nedošlo.

Na odstoupení od kupní smlouvy má kupující podle zákona 14 dnů, což neznamená, že do čtrnácti dnů musí být odstoupení od smlouvy doručeno prodejci. "Odstoupení od kupní smlouvy stačí čtrnáctý den od podpisu smlouvy dát na poštu." Je samozřejmě vhodné odstoupení poslat na dodejku do vlastních rukou, abyste měli doklad o tom, že jste od smlouvy odstoupili, komu jste odstoupení zaslali a kdy bylo doručeno. Myslím, že nejlepším řešením je se takových akcí vůbec nezúčastňovat, abyste předešli tomu, že utratíte spoustu peněz za něco, co vlastně ani ve skutečnosti nevyužijete.

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

Velikonoce – svátky jara

Velikonoce jsou nejvýznamnějším svátkem křesťanů a podle jejich pojetí se váží k ukřižování a zmrtvýchvstání Ježíše Krista. Svůj původ mají s největší pravděpodobností v pohanských tradicích a oslavách jara, ačkoli si jejich počátky mnohé společnosti vykládají různě.



Podle katolické tradice jsou Velikonoce vyvrcholením čtyřicetidenního postního období. Jejich termín je pohyblivý a určuje se podle prvního jarního úplňku, jelikož slunce a měsíc měly od pradávna rozhodující vliv na určování času. Velikonoce připadají na první neděli po jarním úplňku po rovnodennosti. Mohou tedy proběhnout kdykoli mezi 22. březnem a 25. dubnem. Letošní rok Velikonoce oslavíme dne 21. dubna. Pro uživatele domova pro seniory v ul. Barvířská 495 a jejich rodinné příslušníky jsou připraveny velikonoční trhy, které se uskuteční ve dnech od 17. dubna do 18. dubna od 9:00 hod. do 15:00 hod..

Jednotlivé dny svatého týdne mají svá pojmenování. Zatímco na Modré pondělí bylo v minulosti zvykem neuklízet, o Žlutém úterý se muselo výhradně uklízet. Na Škaredou středu, kdy Jidáš zradil Ježíše, pálili kněží snítky kočiček, které byly posvěceny předcházejícího roku na Květnou neděli. Lidé by se ten den neměli mračit, aby jim to nezůstalo po zbytek roku. Zelený čtvrtek je spojován s Kristovou poslední večeří. Jelikož se tento den traduje, že zvony odletěly do Říma, jejich zvuk na vesnicích nahradily hrkačky, jimiž obvykle malí chlapci zaháněli Jidáše. Na Zelený čtvrtek by se měly jíst pouze zelené pokrmy. Velký pátek připomíná ukřižování Krista a ten den by se měl držet největší půst. Bílá sobota se nese v duchu příprav na slavnost Vzkříšení a Boží hod velikonoční přináší velké hodování po dnech hladovění. Tradičními velikonočními pokrmy jsou jidáše, mazance a velikonoční beránci.

Tradice

Podle zvyků muži pomocí pomlázek, tatarů či žil šlehají ženy, aby neuschly. Ty je mohou na oplátku polévat vodou (k tomuto účelu dříve v některých oblastech sloužil následující den, takzvané odplatné úterý, kdy děvčata oplácela pomlázkou hochům). Dívky obvykle hochy obdarovávají zdobenými vajíčky.



Velikonoce v cizině

Ve většině zemí západní Evropy a v USA se praktikuje schovávání sladkostí a drobností na zahradě, kde je děti hledají. Ve Finsku chodí koledovat děti převlečené za čarodějnice, v Norsku se o svátcích vžila tématika vražd, takže televize vysílají detektivky a v novinách vycházejí články, v nichž čtenáři hledají pachatele.

V některých zemích, jako jsou například Filipíny, jsou Velikonoce spjaté s krvavými průvody. Ve státech Střední a Jižní Ameriky se konají rozsáhlá procesí za mohutné účasti věřících.

V Rusku se slaví Velikonoce se zpožděním, protože se pravoslavná církev drží starého juliánského kalendáře.

Velikonoční pranostiky

- Hezky-li na Boží hod velikonoční, s prací na poli zčerstva počni.
- Jasně počasí o velikonocích - nastane léto o letnicích.
- Na velikonoce jasno - bude laciné máslo.
- Velikonoce krásné úrodu nám dají, pakli slunce hasne, louky sucho mají.
- Vítr, který od velikonoc do svatého Ducha panuje, drží se celý rok.
- Na Velkou noc bude-li málo pršet, ne mnoho píce pro sucho bude měti; pakli ten den jasno bude, máslo, omastek lacino přijde.
- Prší-li o velikonočním Hodu, bude v létě nouze o vodu.
- Déšť velikonoční suchou potravu přináší, ale čas pěkný, hojně sádla a potrav.
- Když na velikonoční neděli prší, na každé pondělí až do svatého Ducha pršetí bude.

*Daniela Jedináková, DiS.
sociální pracovnice Domova pro seniory, ul. Barvířská 495*

Klub důchodců v Mostě změnil název i prostory



Začátkem měsíce března 2014 proběhlo slavnostní otevření nového Klubu seniorů v ul. Javorová v Mostě, kde sídlil původní Klub důchodců. Senioři se tak mohou setkávat ve větších a moderně vybavených prostorech, které jsou vybavené novým nábytkem, domácím kinem a změnou prošlo i sociální zařízení. Radost seniorům určitě udělají i zakoupené herní konzole a počítače.

Slavnostní zahájení zpestřilo vystoupení dětí z mateřských školek a také vystoupení seniorek z MSSS v Mostě – p. o.

*Lenka Charvátová
vedoucí II. stanice Domova pro seniory, ul. Barvířská 495*



Představte si, že jste se ocitli v naprosté tmě, že zmizelo veškeré světlo a Vy pouze pomocí zbylých smyslů se snažíte dostat z té tmy ven.

Této výstavy jsem se zúčastnila a na vlastní kůži vyzkoušela celou jednu hodinu, jak se nevidomý člověk cítí. Celá výstava je unikátní interaktivní cesta do světa nevidomých a do naprosté tmy. Poznala jsem, jak hrozné je přijít o smysl, skrze něj získává náš mozek nejvíce informací o svém okolí. Po celou dobu výstavy nás provázeli nevidomí průvodci.

Zajímavé? Zvláštní? Cizí? Nebo přirozené? Řídíte se výhradně hmatem, sluchem, čichem a smyslem pro rovnováhu.

Výstava se snaží reálně ukázat všem svět nevidomých lidí a zároveň možnosti, jak jim pomoci a porozumět. Po neviditelné cestě vás průvodce provede ve skupinkách zhruba patnáct minut ve speciálně vybavených a zcela zatemněných místnostech. Na chvíli poznáte úplně jiný svět a život.

Vyzkoušela jsem si, jak se pohybovat v ruchu města, v lese, jak se umýt, jak se pohybovat v kuchyni. V dalších prostorách nám průvodkyně prakticky ukázala, jaké pomůcky používají nevidomí lidé běžném životě.

Díky neviditelné výstavě, kterou doporučuji všem navštívit, jsem si uvědomila, jak obtížné to mají v životě nevidomí lidé a lidé s zbytky zraku a jak se statečně se svým handicapem dokážou vypořádat. Najednou pochopíte, jak se svět kolem vás mění a se měníte spolu s ním.

*Jana Musilová
pracovnice v sociálních službách II. stanice Domova pro seniory, ul. Barvířská 495*

Poznámka redakce:

Kontakt na Neviditelnou výstavu

Novoměstská radnice, Karlovo náměstí 1/23 (vstup z Vodičkovy ulice 1/3, II. patro), Praha 2

mobil: 777 787 064

e-mail: info@neviditelna.cz

web: www.neviditelna.cz

Josefovské sportování

Ve středu dne 19. března 2014 se v Domově pro seniory, ul. Barvířská 495 konalo Josefovské sportování. Tradiční sportování se neslo v duchu oslavy svátku Josefa. Zástupci jména Josef se v našem zařízení vyskytují celkem často, tak nám nedalo na tento svátek neupozornit.

Účastníky sportování a pravidelnými účastníky skupinových aktivit v našem zařízení byli pan Josef Tóth a pan Josef Novák. Pro ně i pro ostatní zúčastněné jsme si připravili malé povídky o vzniku a výskytu jejich jména. Vzpomněli jsme také na slavné Pepíky – herce, zpěváky, sportovce.

Při přemýšlení jsme se my i uživatelé velmi nasmáli. Veselí a dobrá nálada vydrželi celé sportovní dopoledne, kdy se soutěžilo v hodu rybičkou do obruče, shazovaly se plechovky anebo se střefovalo do branek. Odměnou za výkon byla sladká odměna a pocit příjemně stráveného dopoledne pro nás i pro naše uživatele.



*Hana Kelišková, DiS a Alena Čejková, DiS.
ergoterapeutky*

Naši uživatelé v divadle

Dne 24. ledna 2014 se u příležitosti Dne holocaustu, který každoročně připadá na den 27. ledna, konalo v Městském divadle v Mostě divadelní představení Klára 3847 – Příliš mnoho hvězd, které do mosteckého divadla přijelo zahrát Docela velké divadlo Litvínov.

Příběh ženy, která přežila holocaust byl strhující, dojemný a velmi poučný. Představení se zúčastnili senioři ze všech zařízení MSSS v Mostě – p. o.

Dalším kulturním zážitkem bylo představení Noc na Karlštejně, které nastudovalo Městské divadlo v Mostě. Toto představení bylo zahrnuto do projektu „Studenti a senioři jdou společně do divadla“. Muzikálové zpracování se uživatelům velmi líbilo.

Těšíme se na další kulturní i jiné akce.



*Hana Kelišková, DiS.
ergoterapeutka*

Masopustní zábava

Ve čtvrtek dne 27. února 2014 se v Domově pro seniory, ul. Barvířská 495 konala Masopustní zábava.

Zábava probíhala v duchu masek a převleků, jak už to o Masopustu bývá.

Naši senioři měli možnost přijít na zábavu v přestrojení či masce dle vlastního výběru a fantazie. Ergoterapeutky a fyzioterapeutky se převlékly do kostýmu klaunů a šašků a snažily se pobavit obyvatele domova, kteří na zábavu dorazili.

Nechyběla ani masopustní výherní výstava, kde mohli naši senioři vyhrát různé ceny. Samozřejmě nechyběla ani hudba, kterou měla v režii kapela Melodie.

Pro nás i naše seniory to bylo příjemně strávené odpoledne a jsme rádi, že se to všem líbilo.



*Veronika Stahlová, DiS.
sociální pracovníce*

Beseda se zástupci Tělovýchovné jednoty zdravotně postižených Nola Teplice



V pondělí dne 24. února 2014 mezi nás zavítali dva zástupci TJ Nola Teplice, aby nám představili svoji činnost.

Tělovýchovná jednota zdravotně postižených Nola Teplice vznikla v roce 1983 a jejím posláním je pečovat o sportovní využití mládeže postižené dětskou mozkovou obrnou. Cílem organizace je sportovní aktivita těchto dětí ze spádových oblastí Mostecka, Chomutovska a Ústecka.

TJ ZP Nola Teplice má mezi svými členy výborné sportovce, kteří reprezentují Českou republiku na různých mistrovstvích a také na paralympijských hrách. Paralympiáda v Soči probíhá ve dnech od 7. března do 16. března 2014. Budeme držet našim sportovcům palce.

*Alena Čejková, DiS.
ergoterapeutka*

Masopustní veselice

Dne 13. března 2014 od 16:00 hodin se konala v Domově pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 404 v Mostě „Masopustní veselice“. Byla to taková jarní zábava, při které se uživatelé i zaměstnanci veselili, tančili, zpívali a hlavním bodem zábavy byl průvod masek, které si uživatelé i zaměstnanci zhotovili sami. Tyto masky představovaly hokejistu Jágra, vodníka, jeptišku, Šmoulu, šaška, havajské tanečnice a další. Průvod masek také pochodoval po zařízení, aby se potěšili i ti, kteří z různých důvodů na veselici nemohli přijít. Letošní masky se všem moc a moc povedly. Nejhezčí masky jsme odměnily malým dárkem. K poslechu i tanci nám hrála skupina „Melodie“, při které si netančící uživatelé zazpívali.

Velice pěkně byla vyzdobena společenská místnost, kterou zdobila ergoterapeutka Hana Kelišková, DiS. společně s personálem, který byl v daný den na zařízení. Letošní „Masopustní veselice“ se opravdu povedla a všichni uživatelé odcházeli s dobrou náladou domů. Těšíme se na další ročník a hlavně na nové masky.



*Marie Škrhová
vedoucí Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 404*

MDŽ v Domově pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 404



V pátek dne 7. dubna 2014 se v Domově pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 404 uskutečnila oslava Mezinárodního dne žen. Zaplněná jídelna domova pro seniory shlédla taneční vystoupení malých i větších děvčat pod vedením Kateřiny Duškové. Posezení zpříjemnilo pohoštění, které připravili zaměstnanci domova a uživatelky paní Lia Jindrová, paní Jiřina Hasenöhrlová a paní Gertruda Bauerová, které v rámci ergoterapie upekly pohoštění ve formě jablečných závinů, bábovek a tvarohového koláče. Takhle oslavily MDŽ v našem zařízení nejen uživatelky, ale také zaměstnankyně, na které s kytičkou a přáním nezapomněl pan Jiří Vnouček.

*Hana Kelišková, DiS.
ergoterapeutka*

Canisterapie v Domově pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 404



Canisterapií se rozumí léčebný kontakt psa a člověka. Pes už svou přítomností dokáže vyvolat dobrou náladu a o tom, že úsměv léčí není pochyb. Canisterapie může být individuální nebo skupinová.

V Domově pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 404 proběhla první canisterapie dne 7. února 2014. Návštěva cvičeného psa a jeho majitelky vzbudil po celém domově pro seniory rozruch. Setkání se psem si málokdo nechal ujít. Paní Radka Fenclová je zkušená chovatelka a cvičitelka psů. K nám napoprvé

dorazila se svým psem Baldou. Představila sebe i svého psa, ukázala co její pes umí a nakonec nechala všechny přítomné si pejska pohladit a dát mu pamlsky.

Příjemné setkání uživatelů a psa zvedlo náladu nejen seniorům, ale i personálu. Ihned jsme se domluvili na dalším setkání a těšíme se na paní Radku Fenclovou i jejího psa.

Ve spolupráci s obyvateli Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 404 napsala

*Hana Kelišková, DiS.
ergoterapeutka*

Turnaj ve cvrnkané v Domově pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 404

3. ročník turnaje ve cvrnkané se v Domově pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 404 uskutečnil ve středu dne 12. února 2014. Zúčastnila se ho tříčlenná družstva ze všech zařízení Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace. Při soutěžním zápoulení panovala dobrá nálada. Vyhodnocena byla tentokrát tři nejlepší družstva.

Nejúspěšnějším družstvem se stala trojice seniorek z Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti 404, na druhém místě se umístili uživatelé z Domova pro seniory Jiřího Wolкера 404 a na třetím místě Penzion pro seniory, ul. Albrechtická 1074. Bezkonkurenčně nejlepším jednotlivcem se stala paní Jitka Ehmigová. Pro vítěze byly připraveny dárkové balíčky, které věnovala paní ředitelka a dále medaile, vytvořené v ergodílně. Za účast a snažení obdrželi všichni soutěžící pamětní list.

Děkujeme všem za spolupráci a těšíme se na další ročník.



*Hana Kelišková, DiS.
ergoterapeutka*

Otík má narozeniny



Je dne 21. března 2014 páteční ráno, obloha jasná, no, počasí patří k jaru. Tohoto dne klienti Denního stacionáře pro mentálně postižené klienty, příp. kombinovaně handicapované občany s ukončenou školní docházkou v Mostě, ul. Jiřího Wolкера 404 pomalu docházejí s úsměvem a dobrou náladou. V ruce si přinášejí překvapení - dáreček, aby společně oslavili Otíkovy narozeniny.



Otíka mají moc rádi. Každý přinesl dáreček - čokolády, bonboniéry, plyšová zvířátka, dárečky úhledně zabalené. Škoda, měly tak krásnou barevnou strukturu a my neviděli nic. Bylo to Otíkově tajemství!

Na stolech se podávaly sladké zákusky i slané pečivo. K pití bylo dětské šampaňské a Coca Cola. Klienti zpívali písně, k tomu také tančili a hráli mašinku.

Narozeniny se líbily všem. Už se těšíme na další narozeniny.

*Monika Soukupová
vychovatelka Denního stacionáře pro mentálně postižené klienty příp. kombinovaně
handicapované občany s ukončenou školní docházkou, ul. Jiřího Wolкера 404*

KUŽELKY

Po zimních měsících, kdy si každý rád „zalenoší“ a není tolik příležitostí na dlouhé procházky po přírodě, pro nás ergoterapeutka Jana Zejfartová, DiS. přichystala turnaj v kuželkách.

Dne 20. února 2014 v 9:00 hodin jsme se společně sešli v naší ergodílničce, pro nás s typickými pletenými čelenkami, které pro nás pro všechny upletla spolubydlící Blanka Jíšová.

U kuželek se každý rád zabaví a zasměje. Na konci našeho soukromého turnaje nás nebolí jen ruce, z usilovného boje s kuželkami, ale i břicho od neustálého fandění a smíchu.

Každý by si měl udělat čas na protažení celého těla.

Doporučujeme!



*kolektiv uživatel
Domova pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166*

Poutavá výstava aneb co umí šikovné ručičky uživatelky Domova pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166

V našem zařízení je spousta šikovných uživatelek, které hravě zvládnou několik technik ručních prací. Proto jsme se rozhodly, že uspořádáme výstavu jedné z nich. Požádaly jsme uživatelku paní Blanku Jíšovou, která velmi ráda háčkuje. S výstavou jejich háčkovaných výrobků souhlasila. Domluvily jsme se, že výstava bude probíhat jeden týden, aby si výrobky mohli prohlédnout nejen zájemci z ostatních zařízení MSSS v Mostě – p. o., ale i návštěvy a rodinní příslušníci.

Výstava probíhala v prostorách našeho zařízení v době od 27. do 31. ledna 2014. Zahájení se konalo 27. ledna 2014 v 9.30 hodin. Všechny háčkované výrobky skutečně uháčkovala paní Blanka Jíšová sama. Ke shlédnutí zde byly například háčkované dečky různých tvarů a velikostí, klobouky, vesty a spousta výrobků a doplňků (malé i velké) na vánoční i velikonoční výzdobu.

Háčkovaná technika vznikala společně s pletením. Již dříve v měšťanském prostředí se háčkování využívalo především při zdobení oděvů, třeba k dozdobení šatů se háčkovaly oblíbené límečky. Zkrátka se háčkování používá ke zdobení nejen zmíněných oděvů, ale i ke zdobení a zvelebení bytu.

Než dostane háčkovaný výrobek – především jako ozdoba bytu – svůj správný tvar, dá to spousta práce. Musí se nejen správně a s dokonalou přesností uhákovat, ale i tzv. našpendlit např. na podložku z polystyrenu a naškrobit. A to všechno jde pouze za předpokladu, že to všechno dělají šikovné ručičky. A ty tedy rozhodně paní Blanka Jíšová má a má také náš velký obdiv.

Paní Blanka Jíšová (dle jejich slov) se věnovala háčkování již dříve. Ale neměla tolik času, jako nyní v důchodu. K háčkování ji nasměrovala její kamarádka.

Nejen pro paní Blanku Jíšovou byla výstava skutečným zážitkem. Chtěly jsme tím především nejen jí, ale i všem ostatním seniorkám a seniorům dát znát, že si skutečně vážíme jejich práce a že se stále máme od nich co učit. A tak to má být, protože jejich um a životní zkušenosti jsou k nezaplacení.

Uživatelce paní Blance Jíšové přejeme, aby jí hodně dlouho sloužily její šikovné a obratné ručičky a hlavně také zdraví a zrak (paní Jíšová nepotřebuje vůbec brýle, ani na dálku ani na blízko) a elán a chuť vytvářet něco dalšího, krásného.

Určitě brzy opět uspořádáme další výstavu, protože se naši uživatelé mají jistě čím chlubit.

*Alena Valentová, vedoucí zařízení
Jana Zejfartová, DiS., ergoterapeutka*

MEZINÁRODNÍ DEN ŽEN

Samozřejmě jsme společně
s uživatelkami našeho Domova



pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166 v Mostě vzpomínali, v rámci ergoterapie, jak dříve prožívaly a slavily MDŽ. Společné vzpomínky nejen na květiny od manželů nebo práníček od dětí, nás inspirovali naplánovat společné dopoledne s dětmi z Mateřské školky, ul. Antonína Dvořáka.

Děti našim uživatelkám přišly poblahopřát dne 6. března 2014 v 9:30 hodin. Jejich vystoupení bylo plné básniček, říkanek a písniček. Doprovod zajišťovaly paní učitelky z této mateřské školky.

Posezení byla krásná vzpomínka do minulosti, okořeněná různými příběhy.

*Jana Zejfartová, DiS
ergoterapeutka*

Jak šel život v Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická 1074

Od začátku roku 2014 jsme nic výjimečného neprožili. V únoru 2014 jsme měli Masopustní zábavu, sešlo se překvapivě hodně masek. Veselo bylo až, až. Náš muzikant to prostě umí. V březnu 2014 jsme tradičně oslavili MDŽ, včetně účinkování dětí z mateřské školy. Usměv a slzičky se střídaly, hlavně když nám děti předaly své dárky.

Jinak jsme se zúčastňovali turnajů v bowlingu, kde jsme dosahovali velmi dobrých výsledků.

Skupina obyvatelk z Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická 1074 „Marfušky“ měla vystoupení v Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180 a na otevření nového Klubu seniorů v Mostě, ul. Javorová.

Každou středu a sobotu podnikáme zábavná odpoledne ve společenské místnosti, ale účast nemáme valnou.

Teď už jsme zaujati přípravou na Velikonoce, čarodějnice a na májové veselí.

První výlet „Šlápoty“ budeme mít opět do Nové Vsi na ovečky – tak se všichni těšíme.



samospráva Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická 1074

Poděkování

Od měsíce března 2014 máme v Penzionu pro seniory, ul. Komořanská 818 krásnou nově vymalovanou tělocvičnu. Takže se suterénní místnost proměnila v zeleno - oranžové místo setkávání se na společném cvičení místních obyvatelů penzionu pro seniory. Když zasvítí sluníčko, všechno jen září. K dobrému pocitu patří také to,



že se zredukoval a sjednotil nábytek, je na cvičení více místa.

Za to musím poděkovat vedoucí penzionu paní Bc. Ivě Macudzinské, provozáři Honzíkovi Švamberovi a v neposlední řadě také pracovnícím v sociálních službách, které celý stávající mobiliář poctivě vymyly a vycídily.

Děkuji Vám všem nejen za sebe, ale i za mé cvičence. Určitě se nám bude v místní tělocvičně dobře cvičit, povídat a trénovat paměť.

Děkuji.

*Helena Houšková
kulturně výchovná pracovníce*

První březnové pondělní odpoledne

První březnové pondělní odpoledne bylo pro obyvatele Penzionu pro seniory, ul. Komořanská 818 poněkud slavnostnější. Skupina studentů i se svými učiteli ze Základní umělecké školy F. L. Gassmanna v Mostě přijela potěšit svým hudebním uměním především ženy k Mezinárodnímu dni žen.



Houslové kvarteto - pan učitel Bechyňský a jeho žáčky slečna Kučerová, slečna Müllerová a slečna Chvojková – s klávesovým doprovodem paní učitelky Eštokové, zahrálo několik skladeb ze známých muzikálů. Hezké bylo také vystoupení mladého akordeonisty Dominika Pikeše, který hrál v doprovodu pana učitele Frolíka. Písničky, které Dominik zahrál, si mnozí z posluchačů s chutí zaspívali. Bylo to moc pěkné a milé odpoledne.

*Anna Soukupová a Václav Václavík
obyvatelé Penzionu pro seniory, ul. Komořanská 818*

Poděkování

Ráda bych pochválila všechny, kteří se podíleli na organizaci Společenského večera MSSS v Mostě – p. o. 2014, který se konal dne 22. února 2014 ve společenském sále Domova pro seniory „Astra“ v ul. Barvířská 495.

Byl to opravdu pěkný a pohodový večer. Hudba i program se povedly. Výherní výstava byla jako každý rok bohatá. Myslím, že mohl být každý spokojený. Já jsem určitě byla a jestli mi zdraví a síly dovolí, určitě půjdu příští rok zase.



Vlasta Bundová

Vítání jara

V úterý dne 11. března 2014 proběhlo v Penzionu pro seniory, ul. Komořanská 818 předávání jarních květin, které vyrobily děti z přípravného stupně Základní školy a střední školy Jana Palacha v Mostě.

Žáci vyráběli květiny celý týden, jen aby nám udělali radost a přinesli do naší jídelny trochu jara. Pomohli mi kytičky rozmístit po jídelně a také se mi představili jménem. Jako poděkování žáci dostali sladkou odměnu.

„Moc se nám tato akce líbila. Rádi dáváme radost i druhým lidem. Snad i touto maličkostí jsme obyvatele penzionu pro seniory potěšili a jarně naladili. Doufáme, že se podobné akce jako tato, budou opakovat. „Moc děkujeme Anně Soukupové za její vřelé dopoledne.“ – říká třídní učitelka paní Šárka Píchová.



Anna Soukupová

obyvatelka Penzionu pro seniory, ul. Komořanská 818

Josefovská zábava v Penzionu pro seniory, ul. Komořanská 818



Dne 17. března 2014 se již tradičně konala v Penzionu pro seniory, ul. Komořanská 818 v Mostě Josefovská zábava.

Po vystoupení Komořanek jsme se pobavili soutěží „Kolo štěstí“. Jedna z obyvatelk domu s pečovatelskou službou měla ve hře opravdu veliké „štěstí“. K nevěřícnému úžasu všech přihlížejících, patřila většina tažených čísel právě jí.

Hudbu k tanci nám zajišťoval jako obvykle pan Chlapec. Tanečnice i tanečníci si dle svých slov „pořádně provětrali faldy“. Rádi bychom poděkovali ergoterapeutce Janě Zeifartové, DiS. za krásnou výzdobu, která se všem moc líbila. Dále paní Soukupové za pomoc při obsluze a zajištění občerstvení, na kterém si obyvatelé velice pochutnali.

Za samosprávu

Emilie Chvalová a Anna Soukupová

obyvatelky Penzionu pro seniory, ul. Komořanská 818

Život v Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180



Přednáška o historii starého Mostu proběhla v Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180 ve čtvrtek dne 27. února 2014. Akci navštívili i uživatelé z ostatních penzionů pro seniory, celkem se nás sešlo na 60 osob. Poutavé vyprávění paní ředitelky Oblastního muzea v Mostě PhDr. Libuše Pokorné zaujalo všechny přítomné. Výborná byla i virtuální prohlídka města na filmovém plátně. Každý si připomněl mládí, které prožil v již zbouraném starém Mostě. A kdo tam nebydlel, tak si aspoň zavzpomínal, jak naše staré město vypadalo.

Dne 6. března 2014 se uskutečnila v Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180 „**Jarní zábava s oslavou Mezinárodního dne žen**“. Celou oslavou nás provázela živá hudba pana Březiny, který u nás hrál poprvé a moc se nám líbil. Zpestřením bylo vystoupení hostujících obyvatelk Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická 1074 – jejich pověstné „Marfušky“. K výborné náladě přispěli i místní svým rock and rollovým vystoupením na téma „To máme mládež“. Krásně vyzdobená společenská místnost, dárek ženám – červené závěsné srdíčko, které vyrobili v naší ergodílně, výborná nálada, to vše přispělo ke spokojenosti místních obyvatel s touto akcí. Všichni odcházeli do svých domovů rozesmátí a moc spokojení.

Z iniciativy samosprávy se sešli obyvatelé penzionu pro seniory v hojném počtu na **společném úklidu zahrady a okolí penzionu**. Za to všem zúčastněným samospráva děkuje.



Každý měsíc se koná v penzionu pro seniory **kavárnička** narozeninových oslavenců, která se stala velmi oblíbenou. Mimo občerstvení si oslavenci vypráví o svém životě při hudbě, čtou se horoskopy, rozšifrovává se numerologie, oslavenci si přitůknou dobrým vínečkem. Svou oslavu si všichni oslavenci v dobré náladě užijí.

Ke **sportovním akcím** v penzionu pro seniory patří pravidelná návštěva bowlingu, kuželek, aquadromu, badmintonu, dále na zařízení probíhá cvičení v tělocvičně. Pravidelných sportovních aktivit se zúčastňuje stále větší počet obyvatel našeho penzionu pro seniory.

Josef Houška
předseda samosprávy Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180

Lednové setkání 2014



Naše první setkání v roce 2014 proběhlo ve čtvrtek dne 9. ledna 2014. Na úvod přivítala paní Růžena Komárová všechny zúčastněné a popřála nám do nového roku hlavně hodně zdraví a spokojenosti. Všichni jsme si na to s chutí připili.

Potom následovalo blahopřání paní Běle Pecákové k svátku a byla jí předána kytička. Dále paní Růžena Komárová zhodnotila akce, které probíhaly v roce 2013,

ať už to byl rekreační pobyt v Kořenově, jednodenní zájezdy nebo setkání s významnými osobnostmi našeho okresu.

Zdůraznila také, že je třeba, aby se senioři neuzavírali doma, ale podle svých možností i společensky žili.

Další problém, kterým jsme se zabývali je nepořádek okolo domu. Někteří nájemníci vyhazují odpadky z balkonu, neuklízí po svých psech, odhazují chleba holubům apod. Pokud toto vidíme, je třeba se nebát tyto nepořádníky napomenout.

Na druhou stranu je potřeba zase pochválit paní Helenu Ďuricovou, která udržuje záhonek před vchodem u zvonků - DÍKY VÁM.

Od letošního roku byla také zahájena kavárnička každou středu od 14:00 hodin. Jste vítáni na popovídání a kávičku nebo čaj.

Jiřina Václavíková

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



Lednová kavárnička

V měsíci lednu 2014 jsme se každou středu od 14:00 hodin scházeli v naší kavárničce, kde jsme si povídali a popíjeli nejen kávu, ale i různé čaje. První středu jsme odstrojovali vánoční stromek a vánoční výzdobu. Potom jsme si povídali jak jsme prožili vánoční svátky a jaké jsme dostali od našich bližních dárky. Na dalším posezení jsme si promítali fotografie a videa z vánočního posezení v roce 2012, ukázky ze zájezdu v Průhonicích, v Kadani a v Klášteci nad Ohří v roce 2013. Při poslední lednové kavárničce jsme si zahráli společenské hry, sestavovali jsme obrázkové stavebnice. Nejvíce nám dalo zabrat sestavení Tučňáků. Za sestavení stavebnic každý dostal sladkou odměnu.



Pak jsme si prohlédli Harmonii třetího věku, kterou nechám kolovat všem obyvatelům našeho domu. Za Harmonii děkujeme, je opět velice pěkná.

Růžena Komárová

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

Únorové společné posezení

Dne 6. února 2014 jsem přivítala všechny přítomné a naše hosty, a to referentky magistrátu města Mostu – odboru sociálních věcí paní Hanu Běleckou a Bc. Janu Horákovou.

Nejdříve jsme uctili památku minutou ticha panu Stanislavovi Růžičkovi, který nás po dlouhé nemoci opustil.

Poté nás paní Hana Bělecká a Bc. Jana Horáková informovaly o změnách v sociální oblasti, vysvětlily kde žádat o průkazky ZTP a o příspěvek na péči, ale i o příspěvek na bydlení. Beseda to byla velmi zajímavá pro všechny přítomné.

Pak jsem předala kytičky k svátku paní Miladě Ježkové, Boženě Mašánové, Boženě Waltrové, Jiřině Václavíkové a Miloslavě Čihulové.

Pak se řešil problematický druh jedné z obyvatelek, který slovně a fyzicky napadá ostatní obyvatelky našeho domu. Paní Hana Bělecká stížnost předá panu náměstkovi primátora města Mostu Ing. Luboši Pitínovi.

Dále jsem poděkovala všem, kteří v SMS soutěži podpořili Slámový betlém vytvořený před Domovem pro seniory, ul. Barvířská 495.

Dne 12. února 2014 nás bude reprezentovat v soutěži Cvrnkaná paní Helena Ďuricová, Marie Loupí a Elena Šplechtová. Budeme jim držet palce.

Během zimního období jsme otevřeli Kavárničku, kde se scházíme každou středu od 14:00 hodin. Budeme si promítat fotografie z našich akcí v roce 2008, budeme vyrábět papírové kytičky k MDŽ, kde nám paní Marie Krupicová z Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolkera 404 předvede, jak se tyto kytičky dělají.

Dále jsem připomněla, že v turistickém informačním centru je k zakoupení nová publikace „Tak jde čas“.

Další společné posezení bude dne 6. března 2014, kde si oslavíme MDŽ a na harmoniku bude hrát pan Karel Malkus. Už se všichni těšíme.



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

Všem ženám k MDŽ

Dávno nejsme malé holky,
přežily jsme jesle, školky,
výchovu i vzdělání,
první lásky vyznání.
Dnes už víme, co nám sluší
víme dřív, než jiní tuší,



co je tabu, co se může,
jak na naše drahé muže.
A za to dnes, milé ženy,
budeme snad políbeny,
možná bude k EM - DÉ - ŽET
ve váze i z růže květ.

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

Historie MDŽ



Protože máme MDŽ spojen s totalitou, jeho původ je třeba hledat počátkem 20. století v New Yorku, kde se konala stávka amerických švadlen za lepší pracovní podmínky. Návrh na zavedení MDŽ předložila v roce 1910 Clara Zetkinová na Mezinárodní konferenci socialistických organizací v Kodani. V roce 1975 OSN oficiálně uznala MDŽ jako svátek ve všech zemích.

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

CVRNKANÁ

Dne 12. února 2014 jsme se přihlásily na 3. ročník turnaje ve cvrnkané. Soutěž proběhla v Domově pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 404.

Byly jsme přivítány velmi mile, atmosféra byla vynikající, dobře jsme se bavily. I když cvrnkanou s kuličkami jsme hrály kdysi jako malé děti, tak jsme si to po letech opět zopakovaly.

Napětí bylo velké, zcela jsme se do hry ponořily, že jsme zapomněly i na čas. No a jak to dopadlo? Zato, že jsme hrály poprvé aniž jsme trénovaly, skončily jsme ze sedmi družstev na krásném čtvrtém místě. Hned se musíme doma pochlubit, určitě nás pochválí. Byly jsme rády, že jsme tam potkaly i některé známe a příště se zase určitě zúčastníme.



*Helena Ďuricová, Marie Loupi a Elena Šplechtová
Dům s pečovatelskou službou, ul. U Parku bl. 566*

Výroba kytiček



Dne 12. února 2014 ve 14:00 hodin jsme se opět přišly pobavit do naší Kavárničky. Byla to dámská jízda. Navštívila nás paní Marie Krupicová z Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 404, která nám ukázala jak se dělají papírové kytičky. Bylo to velmi pěkné a zábavné odpoledne, kde jsme pilně pracovaly. Všem se nakonec kytičky povedly a tak si na MDŽ ozdobíme stoly v naší společenské místnosti.

Pak jsme si zazpívaly pár hezkých písniček za doprovodu paní Marie Krupicové, která hrála na klavír.

Všem se toto odpoledne líbilo, velký dík patří paní Marii Krupicové a budeme se těšit na další setkání.

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

Poděkování

Na našem březnovém společném posezení mě velice mile překvapila naše dobrá duše, paní Růžena Komárová.

Ona totiž vymyslela, že se nebude jen blahopřát a předávat kytička k svátku tak jako doposud, ale že se bude blahopřát i seniorům našeho klubu. Nikdo jsme ovšem nevěděli, kteří senioři dosáhnou kulaté narozeniny jako 70, 80, 90 i více let.

A ejhle, já byl tím prvním seniorem, komu se na našem společném sezení blahopřálo k mým osmdesátým narozeninám a byl mě předán paní Růženou Komárovou hezký květinový košíček.

Měl jsem a mám stále z toho všeho velikou radost, hřeje to u srdíčka. Za vše moc děkuji, nejen paní Růženě Komárové, ale všem s kterými se scházím na našem společném posezení.

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



Březnové společné posezení a oslava MDŽ



Dne 6. března 2014 jsme se opět všichni sešli a oslavili jsme MDŽ. Naši muži nám také popřáli a při té příležitosti předala paní Růžena Komárová našim oslavencům kytičku k svátku, který budou mít během měsíce března – paní Elena Šplechtová, paní Soňa Jágrová a pan Vlastimil Hanzl.

Pro dobrou zábavu nám zahrál pan Karel Malkus na harmoniku a tak jsme si zazpívali a někdo i zatančil.

Pak jsme také měli jednoho oslavence, který bude mít dne 27. března 2014 krásných 80 let. Panu Hegrovi zahrál pan Malkus písničku a s přítelkyní paní Maruškou si zatančili sólo taneček.

Paní Růžena Komárová nám přečetla básničku k MDŽ a pak jsme se s chutí pustili do občerstvení, které na nás čekalo.

Jinak se scházíme každou středu v naší Kavárničce. Bohužel jen samé ženy. Naposledy nám paní Růženka promítala DVD z našich akcí a to z let 2008 až 2011. Při sledování jsme si zavzpomínaly na ty, kteří už nejsou mezi námi.

Naše pracně vyrobené papírové kytičky byly použity jako jarní výzdoba na stolech. Na příštím posezení v kavárničce nás čeká kvíz, no uvidíme jak nám to ještě myslí.

A už se budeme připravovat na další společné posezení, které bude velikonoční. Už se těšíme, jak si naši společenskou místnost vyzdobíme.

*Jana Vrbová a Jana Matesová
Dům s pečovatelskou službou, ul. U Parku bl. 566*

Oslava Velikonoc

Je dne 10. dubna 2014. Opět přišlo jaro o něco dříve a je krásné jarní počasí, správné aprílové. A my seniorky a dva švarní senioři jsme se opět sešli v naší klubovně, kde nás se samozřejmostí uvítala bezvadná organizátorka – naše paní Růženka Komárová, a to s výborným pohoštěním. Děkujeme jí za péči.

Přivítala hosta – předsedu kontrolní komise zastupitelstva statutárního města Mostu pana Jiřího Kurcina, ten přišel i s pomlázkou a poté přijuchalo osm dětí z Mateřské školy, ul. Růžová – dětský soubor Štěňátka a paní učitelky Kateřina Hurábová a Jana Hendrychová, aby nás pozdravily a pochlubily se, co se naučily. Za hudebního doprovodu na klavír děti zazpívaly a některé z nás si pobrukovaly také.

S nostalgií nám přišlo na mysl, jak je to dávno, co jsme měly kolem sebe svoje vlastní děti, také tak malé – předškolního věku. A my byly "mladice" plné života. Ale to odvál čas. A velmi rychle.

Děti (Štěňátka) byly obdarovány velikonočním balíčkem a my jsme pokračovali v našem programu.



Nezapomněl ani pan Jiří Kurcin použít pomlázku a také nás obdaroval malou sladkostí, snad si i vykoledoval pár vajíčků.

Paní Růženka Komárová předala kytičku k 80. narozeninám paní Ludmile Drtinové a také jsme všichni popřáli všeho nejlepšího paní Janě Ivanovové, která také bude mít v tomto měsíci narozeniny.

Pak už bylo jen pár informací a to, že rekreace do Jetřichovic je plně obsazena a na jednodenní zájezd do Muzea čertů do Úštěku jsou volná už jen dvě místa.

Pobavili jsme se, pojedli dobrý zákusek a chlebíček, připili na zdravíčko a těšíme se na další setkání ve čtvrtek dne 15. května 2014.

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

Bílý den – co víme o sněhu?

Ačkoliv je únor 2014, marně děti z dětského rehabilitačního stacionáře a jesliček vyhlíží z oken padající sněh. Letos opravdu čekají marně. A tak jsme si alespoň s dětmi o sněhu povídali, zpívali a společně tancovali. Hudebně – pohybový program jsme začali vhodným oblečením. Všechny děti i tety přišly v bílém. Hrací domeček oděný do prostěradel představoval iglú, do kterého se děti schovávaly. Plastová klouzačka byla náhradou za bobovou dráhu, kterou vyzkoušely všechny děti. Společná výroba malých sněhuláků děti bavila a tak si je odnesly s sebou domů. K dobré náladě přispěly i písničky, ve kterých se o sněhu alespoň zpívalo. Sladká odměna čekala na všechny.



Veselá nálada trvala celé dopoledne. Tak snad příště si sněhu užijeme doopravdy.

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

Knížka je náš kamarád



Čas, věnovaný čtením pohádek nebo jen prohlížením obrázků, je pro malé děti velkým přínosem. Nejen, že se zdokonaluje jejich slovní zásoba, ale rozvíjí se i představivost a děti získávají zkušenosti, které přispívají k celkovému rozvoji. A tak se děti z denního dětského rehabilitačního stacionáře a z jesliček se svými tetami vydaly na návštěvu do mostecké knihovny. Jak se ukázalo, některé děti jsou již pravidelnými návštěvníky knihovny. Po uvítání milou paní knihovnicí se děti seznámily s kamarádem knihovny a to se želvou, která se jmenuje Karel. Plavala v akváriu a děti si ji dosyta mohly prohlédnout. A pak začala prohlídka knížek pro nejmenší. Protože to paní knihovnice s dětmi uměla, získala je ke spolupráci a tak se každou chvíli ozývalo: “To znám, to mám doma, to mi čte maminka.“ Po prohlídce knihovny se mohly děti podívat na dětské knížky v dětském koutku. Bylo tam mnoho knížek s veselými obrázky, že děti nevěděly, kterou knížku si prohlédnout. V knihovně po celou dobu panovala pohoda a tak byl čas i na krátký rozhovor. Vyšlo najevo, že o naší akci, o sbírání víček na hipoterapii, četli v tisku. A tak se rozhodli, že nás podpoří a také budou sbírat víčka. To je pro nás skvělá zpráva!

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

Masopustní dovádění je již tradicí



Masopustem žijí nejen děti z denního dětského rehabilitačního stacionáře a z jesliček, ale i jejich rodiče. Již několik dní před začátkem se rodiče svěřují, jak společně s dětmi vybírají a zkoušejí nové masky. Těší nás spolupráce s rodiči, tak to má být. Letos se v herně denního dětského rehabilitačního stacionáře sešlo nejvíce Berušek. Přidaly se i tety. Klauni vítali každého návštěvníka. Společně si všichni užili den. Za ohromného jásotu se rozjela parádní diskotéka, nechyběly soutěže ani sladkosti.

Kdo byl unavený, mohl si odpočinout a sledovat kamarády a jejich řádění. Veselé dopoledne bylo ukončeno frkačkami, které přinesla jedna z maminek.

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

Panenko pro maminku

Tety v denním dětském rehabilitačním stacionáři mile překvapil nápad jedné z maminek, která ušila a věnovala dětem několik látkových panenek. Děti si pak mohly s pomocí tet panenky dotvořit a obléknout podle svých představ. Vytvořily tak nejen originální dárek pro svou maminku, ale zároveň si také při výrobě panenky děti procvičily jemnou motoriku a zopakovaly například barvy, druhy oblečení či základní poznatky o lidském těle.

Šikovné mamince za nápad a jeho uskutečnění moc děkujeme.



Mgr. Lenka Dvořáková, speciální pedagog v Denním dětském rehabilitačním stacionáři a Středisku denní péče pro děti do tří let věku, ul. Františka Malíka 973

Šmoulí kamarádi

Jsou tu s námi roky a pořád nás baví. Kdo? No přece „Šmoulové“ a celá jejich velká rodinka. Denně si děti z denního dětského rehabilitačního stacionáře a jesliček s sebou z domova nosí své oblíbené kamarády. Ráno se pochlubí ostatním dětem, tetám, pohrají si a poté si svého šmoulího kamaráda položí na vyhrazené místo. Během dne chodí děti kontrolovat, zda je hračka na svém místě. V čase odpočinku si svého Šmoulu berou s sebou do postýlky. Chvilku si spolu povídají aby se jim dobře spalo. Při odchodu domů děti nikdy nezapomenou na svého plyšového kamaráda a vesele s ním odcházejí.



Zdá se, že šmoulí kamarádi potěší ještě spousty dětí. Proto se na jeden den všechny děti „proměnily“ ve velké Šmouly. Společně se svými hračkami a písničkami prožily veselý den.

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

Poděkování



Dovolte mi touto cestou vyjádřit poděkování všem obyvatelům, kteří se v měsíci březnu 2014 zúčastnili v objektech Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180 a ul. Albrechtická 1074 velkého jarního úklidu našich zahrad.

Zvláště pak musím ocenit účast obyvatel Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180, kde na jarní brigádu přišlo více než třicet obyvatel a společnými silami udělali na zahradě penzionu pro seniory obrovský kus práce.

V Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická 1074 dorazili opět pouze skalní aktivisté v menším počtu, ale i zde je zahrada krásně uklizená.

*Venuše Zaspalová, DiS.
pověřená vedením Penzionů pro seniory, ul. Albrechtická 1074 a ul. Ke Koupališti 1180*

11. Plavecký přebor seniorů z domovů pro seniory Ústeckého kraje v Libochovicích 2014

Dne 13. února 2014 se konal v Libochovicích již 11. ročník Plaveckých přeborů domovů pro seniory Ústeckého kraje. Pozvánku na plavecké závody přijaly domovy pro seniory z celého Ústeckého kraje.

Plavalo se dvakrát patnáct metrů na čas, volným způsobem, kategorie muži a ženy. Kvůli velkému věkovému



rozpětí byly mladším závodníkům přičítány v konečném hodnocení trestné vteřiny.

Městskou správu sociálních služeb v Mostě – příspěvkovou organizaci zastupovalo šest závodníků, z toho tři muži a tři ženy. Nic jsme nenechali náhodě a dvakrát před samotným přeborem jsme si zašli oficiálně zatrénovat na místní Aquadrom, někteří dokonce trénovali individuálně.

Úspěch našich barev byl v rámci celého Ústeckého kraje veliký. V kategorii žen jsme obsadili všechna první tři hodnocená místa. Jako již po několikáté vystoupala na nejvyšší stupeň vítězů paní Marie Krupicová z Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 404, druhé a třetí místo obsadily ženy z Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180. První příčku v mužích obsadil, také již tradičně, pan Stanislav Bruna z Penzionu pro seniory, ul. Komořanská 818. Ale ani ostatní muži se nenechali zahanbit a bojovali se ctí.

Na závěr soutěž seniorů – plavců pokračovala závodem doprovodů a sponzorů. Také v této disciplíně jsme obstáli. Při závěrečném vyhodnocení vítězové obdrželi diplom, věcný dárek a květinu.

Musím konstatovat, že opravdu je potřeba smeknout před sportovci – plavci, kteří se neustále udržují v kondici a odváží si jít na takovéto závody. Zároveň musím poděkovat pořádajícímu Domovu důchodců v Libochovicích za uspořádání této krásné akce. Vítězům a všem našim závodníkům blahopřejeme a děkujeme za vzornou reprezentaci našeho zařízení.

MSSS v Mostě – p. o. má již v Libochovicích své výborné jméno.

*Helena Houšková
kulturně výchovná pracovnice*

Divadelní představení Klára 3847 - Příliš mnoho hvězd

V pátek dne 24. ledna 2014 se na čtyřicet seniorů a zaměstnanců Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace zúčastnilo divadelního představení Klára 3847 – Příliš mnoho hvězd v Městském divadle v Mostě. Pořadatelem akce byla redakce týdeníku Homér, která se rozhodla uctít blížící se den památky obětí holocaustu a předcházení zločinu proti lidskosti.

Vzácným hostem divadelního představení byl i velvyslanec státu Izrael v České republice pan JE Gary Koren, hejtman Ústeckého kraje Oldřich Bubeníček, radní Martin Klika, primátor města Mostu Vlastimil Vozka, starostové okolních měst a obcí, studenti i senioři.

Jednalo se o příběh dívky Kláry, která jako jediná z patnáctičlenné rodiny, přežila holocaust. Představitelkou hlavní role Kláry a zároveň režisérkou byla vnučka skutečné Kláry Brodyové – Lavičkové, Lenka Lavičková.

Představení bylo velice emotivní, během celého představení bylo v hledišti hluboké, napjaté ticho. Že diváci byli tímto příběhem zasaženi, potvrzoval dlouhý závěrečný potlesk, mnozí plakali.

Když pomínu závažnost a hloubku tématu, tak si naši senioři, ti kteří již nejsou tak mobilní, pochvalovali, že jsme je do divadla autem vyvezli.



*Helena Houšková
kulturně výchovná pracovníce*

Divadelní představení Noc na Karlštejně

Ve středu dne 5. března 2014 patnáct seniorů Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace navštívilo divadelní představení Noc na Karlštejně v Městském divadle v Mostě. Jednalo se již o třetí představení z projektu Studenti a senioři společně navštěvují divadlo. Studenti si seniory vyzvednou, společně shlédnou představení a zase je doprovodí zpět na zařízení.



Myslím, že tímto projektem je navázána krásná spolupráce mezi mladou generací a seniory. Děkujeme, že jsme mohli být součástí tohoto projektu.

*Helena Houšková
kulturně výchovná pracovníce*

3. ROČNÍK TURNAJE VE CVRKNANÉ

3. ročník turnaje ve cvrknané Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace se uskutečnil ve středu dne 12. února 2014 v Domově pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 404. Zúčastnila se ho tříčlenná družstva ze všech zařízení MSSS v Mostě – p. o. Při soutěžním zápoulení panovala dobrá nálada. Vyhodnocena byla tentokrát tři nejlepší družstva.

Nejúspěšnějším družstvem se stala trojice senierek z Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180, na druhém místě se umístili uživatelé z Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 404 a na třetím místě Penzion pro seniory, ul. Albrechtická 1074. Absolutním vítězem turnaje v jednotlivcích se stala paní Jitka Ehmigová z Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180 s 660 body.

Pro vítěze byly připraveny dárkové balíčky, které věnovala paní ředitelka Ing. Vlasta Jakubcová a medaile, vytvořené v ergoterapeutické dílně Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180. Za účast a snažení obdrželi všichni soutěžící pamětní list.

Děkujeme všem za skvělou soutěžní atmosféru a těšíme se na další ročník.



Konečné výsledky:

1. místo	Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180	1400 bodů
2. místo	Domov pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 404	1240 bodů
3. místo	Penzion pro seniory, ul. Komořanská 818	1080 bodů
4. místo	Pečovatelská služba, ul. Růžová 2071	1070 bodů
5. místo	Penzion pro seniory, ul. Albrechtická 1074	1050 bodů
6. místo	Domov pro seniory, ul. Barvířská 495	1040 bodů
7. místo	Domov pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166	810 bodů

*Helena Houšková, kulturně výchovná pracovníce
Hana Kelišková, DiS., ergoterapeutka*

Divadelní představení MATA HARI

V neděli dne 9. března 2014 se 46 zaměstnanců Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace zúčastnilo divadelního představení Mata Hari v Divadle Broadway v Praze. Počet zaměstnanců byl doplněn o naše seniory

Účinkující: Kateřina Brožová, Martin Stropnický, Josef Vojtek, Marián Vojtko, Yveta Blanarovičová, Michaela Horká, Jiří Langmajer, Aleš Háma, Josef Laufer, Marek Vašut, Alžbeta Bartošová, Markéta Procházková, Kamila Nývltová, Jaroslava Obermaierová, Vlasta Peterková, Karel Soukup, Ladislav Frej, Josef Vágner, Radim Schwab, Miroslav Hrabě, Peter Pecha, Tomáš Petřík, Renáta Podlipská, Marie Parová, Michal Tůma, Charlotte Ella Gottová, Barbora Marková, Viktorie Stříbrná, Linda Hloušková, Mirka Pikolová, Pavla Harangová, Adéla Hájková, Kateřina Gorniková, Lucie Šturcová, Veronika Šlapanská, Andrea Bařinková, Eliška Mařterová, Martina Pirná, Ivana Sikorová, Zuzana Pokorná, Zuzana Hanušová, Lucie Červíková

Autor: Michal David, Lou Fanánek Hagen, Radek Balaš

Režie: Radek Balaš

Nový muzikál Michala Davida na motivy života nizozemské orientální tanečnice, která se v průběhu první světové války stala agentkou Německa a Francie.

Mata Hari je považována za pravzor špiónky, Femme Fatal, za exotickou a tragickou krásku, za romantickou hrdinku a jakési nové a moderní ztělesnění hříšné Evy. Zůstává stále mýtem. Co však o ní skutečně víme? Víme, že byla zatčena. Ale za co? Když prováděla špionáž pro Francouze?

Že pracovala pro Paříž a nechávala se platit Berlínem? Že se do nebezpečného dobrodružství vrhla po hlavě z lásky, z lásky k muži, v němž spatřovala i svého dávno tragicky zemřelého syna? A nebo se cela její riskantní špionážní epizoda odehrála kvůli dávno ztracené dceři, kterou Mata Hari tak oddaně milovala? Nejsmutnější částí jejího života byl však jej předčasný a násilný skon, ukončený kulkami popravčí čety. A její tělo, zaživa tak krásné a žádoucí, nestalo nikomu ani za pohřbení a skončilo na pitevním stole. Čím tedy Mata Hari byla ve skutečnosti? Byla to víc princezna, děvka, umělkyně, milostnice, dobrodružka nebo nešťastná matka milující své děti až za hrob? Špiónka, která za sebou nechala statisíce mrtvých? Nova Salome? Obětní beránek válčící země? Nic z toho, nebo ještě něco víc? Připravte se na seznámení s mimořádnou ženou. Se ženou, která vás nejednou překvapí, se ženou tak vzdálenou i tak blízkou, že pochopíte, proč ještě dnes stále dráždí lidi a probouzí vášně.

Motto:

„Život prožívaný není nic moc, ale život, který jsme si vysnili, ten je důležitý, neboť bude pokračovat po naší smrti.“ Coco Chanel, generační vrstevnice Maty Hari.



Helena Houšková
kulturně výchovná pracovnice

Kvíz: Co víte o Slovensku?



1. Hrad Devín stojí na skále nad soutokem řek:

- a) Hornádu a Dunaje
- b) Hronu a Dunaje
- c) Moravy a Dunaje

2. Na skále pod jedním slovenským hradem je slavný římský nápis, který vytesali římsí legionáři v roce 179 našeho letopočtu. Tento nápis se nachází na skále :

- a) Trenčianského hradu
- b) Hradu Beckov
- c) Spišského hradu

3. Tento hrad dal název celému kraji. S dnešní rozlohou přes čtyři hektary je jedním z největších hradních komplexů ve střední Evropě a největší na Slovensku. Je to:

- a) Hrad ve Staré Ľubovni
- b) Hrad Beckov
- c) Spišský hrad

4. V gotickém Dómu sv. Martina bylo korunováno 11 uherských králů a 8 uherských královen. Dóm sv. Martina se nachází v:

- a) Nitře
- b) Trnavě
- c) Bratislavě

5. Z původních čtyř bratislavských středověkých městských bran se zachovala pouze jedna. Je v ní umístěna zajímavá expozice o historických zbraních. Tato brána se jmenuje:

- a) Štěpánská věž
- b) Michalská věž
- c) Karlova věž

6) Na Hlavním náměstí v Bratislavě stojí krásná renesanční fontána z roku 1572. Tato fontána se nazývá:

- a) Maxmiliánova fontána
- b) Leopoldova fontána
- c) Rudolfova fontána



7. V jedné slovenské obci jsou dřevěnice pomalovány ornamenty bílou barvou. Vzácné malby najdete v obci:

- a) Vlkolínece
- b) Čičmany
- c) Východná

8. Vlkolínece je svéráznou rezervací lidové architektury unikátního typu dřevěnic. Obec Vlkolínece je dnes městskou částí:

- a) Trenčína
- b) Trnavy
- c) Ružomberku

9. Na vápencové skále nad řekou Oravou stojí hrad, který střežil cestu do Polska a patří k nejzachovalejším středověkým hradům na Slovensku. Tento hrad se jmenuje:

- a) Beckov
- b) Trenčianský hrad
- c) Oravský hrad

10. Jeden z nejkrásnějších zámků na Slovensku býval v letech 1923 – 1950 letní rezidencí československých prezidentů. Zámek si velmi oblíbil prezident T. G. Masaryk, který zde trávil dovolené. Je to:

- a) Zámek v Topolčiankách
- b) Zámek Betliar
- c) Zámek Smolenice

11. V oblasti Malých Karpat se již hezkých pár století pěstuje vinná réva. V jednom zdejším městečku má sídlo Malokarpatské vinohradnické muzeum se zajímavou expozicí o vinařství a vinohradnictví. Toto muzeum má sídlo v:

- a) Svatém Juru
- b) Pezinoku
- c) Modre

12. Národním parkem Pieniny protéká řeka, po které turisté plují na dřevěných vorech zvaných pltě. Tato řeka se nazývá:

- a) Hornád
- b) Hron
- c) Dunajec

13. Toto město bývá nazýváno vstupní branou do Vysokých Tater, neboť přímo z města je úchvatná podívaná na mohutnou hradbu těchto slovenských velehor. Z města se taky můžete vydat do Vysokých Tater tradiční a velmi oblíbenou Tatranskou elektrickou železnicí. Toto město se jmenuje:

- a) Poprad
- b) Kežmarok
- c) Spišská Belá



Správné odpovědi:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
c	a	c	c	b	a	b	c	c	a	b	c	a

Zdroj: www.stastniseniori.cz



Príspevky do prísútiho vydání Harmonie třetího věku č. 60 zasílejte do dne 11. července 2014.

HARMONIE TŘETÍHO VĚKU

Čtvrtletník MSSS v Mostě - p. o.

Připomínky a příspěvky zasílejte na adresu: Městská správa sociálních služeb v Mostě – příspěvková organizace, Barvířská 495, 434 01 Most, případně na e-mail: sekretariat@msss-most.cz, tel.: 476 768 973.

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