

HARMONIE TŘETÍHO VĚKU

říjen 2013 – prosinec 2013

58. vydání



vydává Městská správa sociálních služeb v Mostě – příspěvková organizace



Silvestr
v Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická 1074
dne 31. prosince 2013



Komořanky vystoupily
v Domově pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166
dne 2. prosince 2013



Senioři z Domů s pečovatelskou službou v Mostě
v Drážďanech dne 12. prosince 2013



Akce „Česko zpívá koledy“
v Domově pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 404
dne 11. prosince 2013

OBSAH

Ředitelství Městské správy sociálních služeb v Mostě, příspěvkové organizace	
Změny úhrad od 1. února 2014	3 - 5
Termíny schůzí výboru obyvatel (samospráv) v roce 2014	6
Kvizové odpoledne, kvíz „Dějiny“	6 - 7
Plán akcí na 1. pololetí roku 2014	8 – 15
Domov pro seniory, ul. Barvířská 495, Most	
Výstava paličkových výrobků	15
ZDRAVOTNICKÉ OKÉNKO: Cukrovka a péče o dolní končetiny	16
Soutěž o nejkrásnější Kiwanis panenku	17
Úspěchy seniorů v soutěžích ekologického centra	17
Odborná stáž	18
Jak nám sestřičky připravily krásné ukončení roku	18
Denní stacionář pro mentálně postižené klienty, ul. Jiřího Wolkera 404, Most:	
Vánoční besídka	19
Předvánoční karneval	20
Mikulášská nadílka v divadle	21
Domov pro seniory, ul. Jiřího Wolkera 404, Most	
Česko zpívá koledy	22
Domov pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166, Most	
Oslava Dne seniorů	22
Jak jde život v Domově pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166, Most	23
Světový projekt Kiwanis panenka, aneb kolik úsměvů jsme na tvářích dětských pacientů vykouzlili	24
Marienberg	25
Poděkování	25
Mikulášská nadílka	26
Penzion pro seniory, ul. Albrechtická 1074, Most	
Vánoce	26
A co udělalo radost Vám?	27
Naše tancování: „Marfušky“	27
Naše soutěžení bylo úspěšné	28
V „Albrechtické“ bylo vyhlášeno království „Letákov“	28
Zamyšlení	29
Penzion pro seniory, ul. Komořanská 818, Most	
Beseda se senátorkou	29
Česko zpívá koledy	30
Předvánoční vystoupení dětí z Mateřské školy, ul. Komořanská	30
Blahopřání - zlatá svatba	31
Hudební odpoledne	31
Poděkování	32
Komořanky v Domově pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166	32
Přání do roku 2014	32
Návštěva Lázní Mšené	33
Mikulášská zábava	33
Velká gratulace, poděkování	34
Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180, Most	
Informace o prosincových akcích	34 - 35
Pečovatelská služba, ul. Růžová 2071, Most	
Plán kulturních akcí na 1. pololetí roku 2014	36
Společné setkání dne 10. října 2013	37
Zajímavá beseda	37
Poděkování	38
Senioři, hýbejte se, aneb náš první turnaj v šipkách	38
Předvánoční setkání	39
Vánoční trhy v Dráždanech	39
Básně – Leden, Štěstí, Sněhulák	40
Denní dětský rehabilitační stacionář, Středisko denní péče o děti do tří let věku, ul. Františka Malíka 973, Most	
Den otevřených dveří	40
Den „Na draka“	41
Dva střevíčky pro děti z denního dětského rehabilitačního stacionáře a jesliček	41
Prezentace zařízení	42 – 43
Halloweenská zábava	44
Mikuláš přišel za dětmi	44
Advent	45
Společné	
Česko zpívá koledy	45 - 46
Ocenění mosteckých mažoretok	46
Tvoření z odpadových materiálů	47
Vánoční turnaj v bowlingu	48
Voda pro život	48
Senior roku 2013	49 - 52

Přání do roku 2014



Vážení uživatelé, vážení zaměstnanci,
tímto Vám děkuji za spolupráci v předešlém roce 2013,
za to, co jste pro MSSS v Mostě – p. o. vykonali
a v roce 2014 Vám přeji
mnoho zdraví a spokojenosti.

*Ing. Vlasta Jakubcová
ředitelka organizace*

Změna základní sazby za 1 m² podlahové plochy v penzionech pro seniory

Rada města Mostu na své schůzi dne 28. listopadu 2013 schválila s účinností od 1. února 2014 změnu základní sazby za 1 m² podlahové plochy v penzionech pro seniory ze současných 25 Kč na 30 Kč. Navýšení základní sazby se týká:

- Penzionu pro seniory v Mostě, ul. Albrechtická 1074
- Penzionu pro seniory v Mostě, ul. Komořanská 818
- Penzionu pro seniory v Mostě, ul. Ke Koupališti 1180.



Obyvatelé penzionů pro seniory obdrží v průběhu měsíce ledna 2014 nové výpočtové listy s uvedením výše nájemného a služeb s nájmem souvisejících.

*Ing. Lenka Maňáková
hlavní ekonomka*

Změna úhrad za poskytování ubytování v domovech pro seniory, v domově se zvláštním režimem a v domově pro osoby se zdravotním postižením

Městská správa sociálních služeb v Mostě – příspěvková organizace poskytuje pobytové služby občanům ve třech domovech pro seniory s celkovou kapacitou 410 lůžek, v jednom domově se zvláštním režimem s kapacitou 19 lůžek a v jednom domově pro osoby se zdravotním postižením s kapacitou 6 lůžek. Úhrada za poskytnutí ubytování zahrnuje úhradu za ubytování, úklid, praní a drobné opravy ložního a osobního prádla a žehlení. Dle vyhlášky č. 505/2006 Sb., kterou se provádí zákon o sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů může činit maximální výše úhrady za poskytnutí ubytování 200 Kč denně.



Rada města Mostu na své schůzi dne 28. listopadu 2013 schválila s účinností od 1. února 2014 změnu úhrad za ubytování v pobytových službách.

Výše úhrad za poskytnutí ubytování s účinností od 1. února 2014:

Domov pro seniory Mostě, Barvířská 495

Domov se zvláštním režimem v Mostě, Barvířská 495

Domov pro osoby se zdravotním postižením v Mostě, Barvířská 495

a) ubytování dvoulůžkový pokoj	160,00 Kč/osoba/den (měsíčně 4.864,00 Kč)
b) ubytování jednolůžkový pokoj	165,00 Kč/osoba/den (měsíčně 5.016,00 Kč)
c) ubytování garsonka	170,00 Kč/osoba/den (měsíčně 5.168,00 Kč)
d) ubytování ve dvoupokojové bytové jednotce, kterou obývá jeden uživatel	180,00 Kč/osoba/den (měsíčně 5.472,00 Kč)

Domov pro seniory v Mostě, Antonína Dvořáka 2166

a) ubytování dvoulůžkový pokoj	160,00 Kč/osoba/den (měsíčně 4.864,00 Kč)
b) ubytování garsonka	170,00 Kč/osoba/den (měsíčně 5.168,00 Kč)

Domov pro seniory v Mostě, Jiřího Wolkerova 404

a) ubytování jednolůžkový pokoj (menší)	160,00 Kč/osoba/den (měsíčně 4.864,00 Kč)
b) ubytování jednolůžkový pokoj (větší)	165,00 Kč/osoba/den (měsíčně 5.016,00 Kč)
c) ubytování garsonka	170,00 Kč/osoba/den (měsíčně 5.168,00 Kč)
d) ubytování ve dvoupokojové bytové jednotce, kterou obývá jeden uživatel	180,00 Kč/osoba/den (měsíčně 5.472,00 Kč).

*Ing. Lenka Maňáková
hlavní ekonomka*

Změna úhrad za poskytování fakultativních služeb v domovech pro seniory, v domově se zvláštním režimem a v domově pro osoby se zdravotním postižením

Fakultativní služby jsou další činnosti, které mohou být poskytovány souběžně s poskytováním sociálních služeb. Jsou to činnosti související s péčí a podporou člověka, které vedou k jejímu sociálnímu začleňování, eventuálně předcházejí sociálnímu vyloučení a jejichž poskytování je odůvodněno zjištěnou potřebou osoby.



Poskytované fakultativní služby	Výše úhrady od 1. 2. 2014
klasická masáž	80 Kč/ úkon
použití masážního křesla	50 Kč/ úkon
vířivá koupel dolních končetin	50 Kč/ úkon
vířivá koupel horních končetin	50 Kč/ úkon
koupel perličková	50 Kč/ úkon
bioptonová lampa	30 Kč/ úkon
aplikace tepla (solux stolní)	50 Kč/ úkon
aplikace tepla (solux stojan)	50 Kč/ úkon
doprava uživatele automobilem poskytovatele k lékaři nebo za účelem vyřizování osobních záležitostí - na území města Mostu (úkon = jízda tam i zpět)	6,95 Kč/km + skutečné mzdové náklady zaměstnance za potřebovaný čas
půjčení mechanického vozíku	20 Kč/ den
půjčení chodítka (pevné čtyřbodové)	8 Kč/ den
půjčení chodítka (tříkolové)	8 Kč/ den
půjčení chodítka (čtyřkolové)	8 Kč/ den

Úhradu za fakultativní činnosti budou hradit i uživatelé, kteří pobírají příspěvek na péči, neboť fakultativní služba nikdy nemůže být hrazena z příspěvku na péči, ten je určen k úhradě péče ve smyslu základních činností.

*Ing. Lenka Maňáková
hlavní ekonomka*



Termíny schůzí výboru obyvatel (samospráv) v roce 2014

Měsíc	Datum konání	Čas	Místo konání
leden	15.1.2014	9:00 hodin	Penzion pro seniory, ul. Albrechtická 1074
březen	5.3.2014	9:00 hodin	Domov pro seniory, ul. Barvířská 495
květen	14.5.2014	9:00 hodin	Domov pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166
červen	18.6.2014	9:00 hodin	Domov pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 404
září	10.9.2014	9:00 hodin	Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180
listopad	5.11.2014	9:00 hodin	Pečovatelská služba, ul. Růžová 2071
prosinec	10.12.2014	13:00 hodin	Penzion pro seniory, ul. Komořanská 818

Helena Houšková, kulturně výchovná pracovníce

Kvízové odpoledne

Dne 3. října 2013 se od 13:00 hodin ve společenském sále Domova pro seniory, ul. Barvířská konalo Kvízové odpoledne pro seniory, které pořádala Městská správa sociálních služeb v Mostě, příspěvková organizace, a to k příležitosti Mezinárodního dne seniorů.

Kvízového odpoledne se zúčastnila tříčlenná soutěžící družstva seniorů a diváci z řad seniorů a zaměstnanců MSSS v Mostě – p. o.

Soutěžící družstva soutěžila v těchto disciplínách: Herci a filmy, Město Most, Puzzle, Dějiny, Zeměpis, Sport, Paměť a Einsteinovy otázky.

Dále soutěžící družstva měla možnost získat body ve volné disciplíně, která představovala krátké vystoupení seniorů, ke kterým se zapojily i vedoucí některých zařízení. Roztleskávačky „Holky z Astry“ reprezentovaly Domov pro seniory, ul. Barvířská recitačním vystoupením, za Domov pro seniory, ul. Jiřího Wolкера vystoupila pěvecká skupina Wolkeráček a zástupci z Domova pro seniory, ul. Antonína Dvořáka předvedli pohádku O velké řepě. Seniorky z Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická si pro diváky připravily taneček na písně „Pletla v kytku“ a „Červený šátečku“ a senioři z Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti zavtipkovaly na téma „Rock and roll“. Dále se diváci pobavili u pásma vtipů od dvou senierek z Penzionu pro seniory, ul. Komořanská a u malovaných vtipů od obyvatele z Domu s pečovatelskou službou v Mostě.

Volné disciplíny hodnotila porota - ředitelka organizace Ing. Vlasta Jakubcová, hlavní ekonomka organizace Ing. Lenka Maňáková a obyvatelka Domova pro seniory, ul. Barvířská Jana Kindlová.

Pořadí výherců bylo do poslední chvíle napínavé. Na prvním místě se umístilo soutěžící družstvo z Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180, druhé místo obsadili senioři z Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická a třetí místo obhájilo družstvo z Domova pro seniory, ul. Barvířská.

Výherci obdrželi peněžní dárkové poukázky, dárkové poukázky na masáže zad a šíjí, květiny a pamětní listy. Ani členové nevyherních družstev neodešli s prázdnou, obdrželi čokolády a pamětní listy.

Kvízové odpoledne se přítomným seniorům velice líbilo a již teď se všichni těší na soutěžení v příštím roce.

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



Kvíz - Dějiny

Zde si můžete vyzkoušet jeden z kvízů - Dějiny, který absolvovala soutěžící družstva Kvízového odpoledne konaného dne 3. října 2013 v Domově pro seniory, ul. Barvířská 495. Soutěžící měli na zpracování tohoto kvízu tři minuty.

Správně odpovědi najdete na poslední straně tohoto vydání Harmonie třetího věku.

1. Posledním Přemyslovcem na českém trůně byl:

- a) Přemysl Otakar II.
- b) Václav III.
- c) Václav IV.
- d) Ladislav Pohrobek



2. O který hrad nebo zámek se jedná?

Státní zámek, který je dominantou stejnojmenné části Benešova, vzdálené od centra města 3 km. Původně gotický hrad s typickou francouzskou dispozicí prodělal několik přestaveb. Poslední, koncem 19. století, byla pro pozdějšího rakouského následníka trůnu arcivévodu Františka Ferdinanda d'Este. Z té doby pochází zámecké zařízení a sbírka zbraní z 16. až 18. století, která patří mezi nejkrásnější v Evropě. U zámku byly založeny rozsáhlé anglické parky a růžová zahrada s plastikami z Itálie. V okolí jsou lovecké revíry a rybníky.

Odpověď:

3. Který český prezident vládl v období 1968 – 1975?

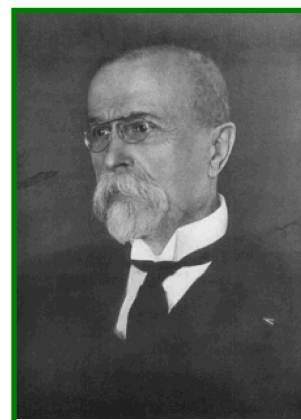
Odpověď:

4. V kolika letech (tolerance 2 roky) přišel Jan Žižka z Trocnova o první oko a o které (pravé či levé)?

Odpověď:

5. Kdy a kde se narodil první československý prezident Tomáš Garrigue Masaryk?

- a) 7. března 1850 v Hodoníně, Rakousku-Uhersku
- b) 25. května 1900 ve Vídni, Rakousku-Uhersku
- c) 8. ledna 1901 v Praze, Rakousku-Uhersku



Plán akcí na 1. pololetí roku 2014

Domov pro seniory, ul. Barvířská 495

leden

- 6. 1. 2014 - 9:30 hodin – Tříkrálové sportovní dopoledne – malý sál
- 20. 1. - 10. 2. 2014 – Ateliér – malování pod vedením pana Josefa Tótha – velký sál
- 29. 1. 2014 - 13:30 hodin – společná oslava narozenin
- 31. 1. 2014 - 10:00 hodin – bowling Sportovka

únor

- 7. 2. 2014 - 9:00 hodin - cvrnkaná
- 12. 2. 2014 - 9:30 hodin - kvízové dopoledne – malý sál
- 13. 2. 2014 - 14:00 hodin - Valentýnská diskotéka – velký sál
- 26. 2. 2014 - 14:00 hodin - společná oslava narozenin
- 27. 2. 2014 - 14:00 hodin - Masopustní zábava – velký sál
- 28. 2. 2014 - 10:00 hodin - bowling Sportovka

březen

- 10. 3. – 24. 3. 2014 – Ateliér – keramická dílna s panem Tóthem
- 19. 3. 2014 – 9:30 hodin – Josefovské sportování – malý sál
- 26. 3. 2014 – 13:30 hodin – společná oslava narozenin
- 28. 3. 2014 – 10:00 hodin – bowling Sportovka

duben

- 7. 4. 2014 – 9:30 hodin - kvízové dopoledne
- 17. 4. – 18. 4. 2014 - 9:00 – 15:00 hodin - velikonoční trhy
- 23. 4. 2014 - 13:30 hodin – společná oslava narozenin
- 25. 4. 2014 - 10:00 hodin – bowling Sportovka
- 30. 4. 2014 - 13:30 hodin - čarodějnice – zahradní altán

květen

- 7. 5. 2014 - 9:30 hodin – sportovní dopoledne
- 28. 5. 2014 - 13:30 hodin – společná oslava narozenin
- 30. 5. 2014 - 10:00 hodin – bowling Sportovka
- májová zábava na velkém sále – datum se upřesní
- grilování - dle počasí

červen

- 3. 6. 2014 – petanque
- 11. 6. 2014 od 9:00 hodin - Seniorská šlápota – Ressler
- 25. 6. 2014 od 13:30 hodin – společná oslava narozenin
- sportování se školkou
- grilování dle počasí

Domov pro seniory, ul. Jiřího Wolkerova 404

leden

- 10. 1. 2014 - 9:00 hodin - kuželky
- 15. 1. 2014 - 13:00 hodin - bingo

únor

- 7. 2. 2014 - 9:00 hodin - cvrnkaná
- 13. 2. 2014 - 15:00 hodin - Masopustní zábava v maskách
- 21. 2. 2014 - 9:00 hodin - sportovní dopoledne

březen

- 7. 3. 2014 - 10:00 hodin - oslava MDŽ + vystoupení dětí z mateřské školy
- 24. 3. 2014 - 14:00 hodin - společná oslava narozenin
- 27. 3. 2014 - 14:00 hodin - beseda o Starém Mostě



(pokračování na straně č. 9)

duben

- 11. 4. 2014 - 9:00 hodin - sportovní dopoledne
- 18. 4. 2014 - 9:00 - 15:00 hodin – velikonoční trhy
- 28. 4. 2014 - 13:00 hodin - pálení čarodějnic

květen

- 12. 5. 2014 - 9:30 hodin - oslava Dne matek
- 19. 5. 2014 - 13:30 hodin - kvízové odpoledne
- 22. 5. 2014 - 16:00 hodin - májová zábava

červen

- 2. 6. 2014 - 9:00 hodin - sportovní dopoledne
- 11. 6. 2014 - 9:00 hodin - Seniorská šlápota – Ressler
- 23. 6. 2014 - 14:00 hodin - společná oslava narozenin
- 27. 6. 2014 - 14:00 hodin - grilování na zahradě

Domov pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166

leden

- canisterapie dle dohody
- společné vaření – dle dohody
- enkaustika – středa 2x za měsíc
- 7. 1. 2014 – 9:00 hodin – bingo
- 27. 1. 2014 – od 9:00 – 14:30 hodin – výstava háčkovaných výrobků uživatelky Blanky Jišové

únor

- canisterapie dle dohody
- enkaustika – středa 2x za měsíc
- společné vaření – dle dohody
- 7. 2. 2014 – od 9:00 hodin - cvrnkaná
- 20. 2. 2014 – od 9:00 hodin – kuželky

březen

- canisterapie dle dohody
- enkaustika – středa 2x za měsíc
- společné vaření – dle dohody
- 6. 3. 2014 – 9:30 hodin – MDŽ s dětmi z mateřské školy
- 26. 3. 2014 – 13:00 hodin – „Co se v mládí naučíš, ve stáří jako když najdeš“

duben

- canisterapie dle dohody
- enkaustika – středa 2x za měsíc
- společné vaření – dle dohody
- 15. 4. – 16. 4. 2014 – velikonoční prodejní trhy
- 17. 4. 2014 – od 9:00 hodin - velikonoční posezení
- 30. 4. 2014 – 14:00 hodin – pálení čarodějnic

květen

- canisterapie dle dohody
- enkaustika – středa 2x za měsíc
- společné vaření – dle dohody
- 20. 5. 2014 – 9:00 hodin – přivítání jara s harmonikou
- 26. 5. – 30. 5. 2014 – od 9:00 – 14:30 hodin - výstava keramiky

červen

- canisterapie - dle dohody
- společné vaření – dle dohody



(pokračování na straně č. 10)

- grilování dle počasí
- 11. 6. 2014 - 9:00 hodin – Seniorská šlápota – Ressler
- 23. 6. – 27. 6. 2014 – od 9:00 – 14:30 hodin - výstava enkaustiky
- 24. 6. 2014 - 9:30 hodin – návštěva mateřské školy

Penzion pro seniory, ul. Komořanská 818

leden

-
- 6. 1. 2014 - 13:00 hodin - bingo
- 20. 1. 2014 - 13:00 hodin - Kolotoč
- 31. 1. 2014 - 10:00 hodin - bowling Sportovka

únor

- 7. 2. 2014 - 9:00 hodin - cvrnkaná
- 10. 2. 2014 - 13:30 hodin - vystoupení dětí z Lidové školy umění
- 24. 2. 2014 - 13:00 hodin - malý turnaj v golfu
- 28. 2. 2014 - 10 hodin - bowling Sportovka

březen

- 3. 3. 2014 - 13:00 hodin - oslava MDŽ
- 17. 3. 2014 - 15:00 hodin - Josefovská zábava
- 28. 3. 2014 - 10:00 hodin - bowling Sportovka

duben

- 14. 4. 2014 - 13:00 hodin - oslava Velikonoc s MŠ + barvení vajíček
- 18. 4. 2014 - 10:00 hodin - velikonoční prodejní trhy
- 25. 4. 2014 - 10:00 hodin - bowling Sportovka
- 28. 4. 2014 - 14:00 hodin - pálení čarodějnic

květen

- nordic walking – dle počasí
- 12. 5. 2014 - 13:00 hodin - prevence s městskou policií
- 19. 5. 2014 - 13:00 hodin - petanque
- 30. 5. 2014 - 10:00 hodin - bowling

červen

- grilování dle počasí
- nordic walking
- 11. 6. 2014 – 9:00 hodin - Seniorská šlápota - Ressler
- 16. 6. 2014 – od 10:00 hodin – společný výlet



Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180

leden

- přednáška o historii Starého Mostu (dle domluvy)
- 29. 1. 2014 - 16:00 hodin - kavárnička
- 31. 1. 2014 - 10:00 hodin - bowling Sportovka
- každé pondělí 10:00 - 11:00 hodin - bowling Dublin
- každé úterý od 6:00 - 9:00 hodin - plavání
- každé úterý od 11:00 hodin - badminton

únor

- 12. 2. 2014 - 9:00 hodin - kuželky
- 19. 2. 2014 - 9:00 hodin - cvrnkaná
- 28. 2. 2014 - 10:00 hodin – bowling Sportovka
- každé pondělí od 10:00 - 11:00 hodin - bowling Dublin
- každé úterý od 6:00 - 9:00 hodin – plavání
- každé úterý od 11:00 hodin – badminton



(pokračování na straně č. 11)

březen

- 7. 3. 2014 - 17:00 hodin - jarní zábava
- 26. 3. 2014 - 16:00 hodin - kavárnička
- 28. 3. 2014 - 10:00 hodin - bowling Sportovka
- každé pondělí 10:00 - 11:00 hodin - bowling Dublin
- každé úterý od 6:00 - 9:00 hodin - plavání
- každé úterý od 11:00 hodin - badminton

duben

- 15. 4. 2014 - 10:00 hodin - velikonoční trhy
- 29. 4. 2014 - 9:00 hodin - turnaj v kuželkách MSSS v Mostě, p. o .
- 25. 4. 2014 - 10:00 hodin - bowling Sportovka
- 25. 4. 2014 - 16:00 hodin - kavárnička
- 30. 4. 2014 - 17:00 hodin - táborák a pálení čarodějnic
- každé pondělí od 10:00 - 11:00 hodin - bowling Dublin
- každé úterý od 6:00 - 9:00 hodin - plavání
- každé úterý od 11:00 hodin - badminton

květen

- 1. 5. 2014 - 9:30 hodin - prvomájový průvod
- 20. 5. 2014 - 10:00 hodin - minigolf
- 21. 5. 2014 - výlet (termín a čas bude upřesněn)
- 27. 5. 2014 - 10:00 hodin - turnaj petanque
- 30. 5. 2014 - 10:00 hodin - bowling Sportovka
- 30. 5. 2014 - 16:00 hodin - kavárnička
- 21. 5. 2014 - výlet (termín a čas bude upřesněn)
- každé pondělí 10:00 - 11:00 hodin - bowling Dublin
- každé úterý - 6:00 - 9:00 hodin - plavání
- každé úterý - 11:00 hodin - badminton

červen

- 11. 6. 2014 - 9:00 hodin - Seniorská šlápota – Ressler
- sportovní hry seniorů v Litvínově – termín bude upřesněn
- 20. 5. 2014 - 16:00 hodin kavárnička
- 22. - 28. 5. 2014 - rekondiční pobyt seniorů
- každé pondělí od 10:00 - 11:00 hodin - bowling Dublin
- každé úterý od 6:00 - 9:00 hodin - plavání
- každé úterý od 11:00 hodin - badminton

Penzion pro seniory, ul. Albrechtická 1074

leden

- 20. 1. 2014 - schůze obyvatel
- 31. 1. 2014 - 10:00 hodin – bowling Sportovka
- každou sudou středu – 18:00 hodin- televizní kavárnička

únor

- 7. 2. 2014 - 10:00 hodin - cvrnkaná
- 19. 2. 2014 - 16:00 hodin – Masopustní zábava v maskách
- 28. 2. 2014 - 10:00 hodin – bowling Sportovka
- Albrechtická šlápota v případě příznivého počasí.
- každou sudou středu – 18:00 hodin- televizní kavárnička



(pokračování na straně č. 12)

březen

- 7. 3. 2014 - 13:00 hodin - Oslava MDŽ + vystoupení dětí z mateřské školy
- 19. 3. 2014 - schůze obyvatel
- 28. 3. 2014 - 10:00 hodin – bowling Sportovka
- každou sudou středu - 18:00 hodin- televizní kavárnička
- výšlap do přírody - v případě příznivého počasí

duben

- Albrechtická šlápota – výlet do přírody – dle počasí
- 16. 4. 2014 - 9:00 hodin – 14:30 hodin – velikonoční prodej keramiky
- 23. 4. 2014 - 13:00 hodin - pálení čarodějnic, opékání buřtů, vztyčení minimájky a přizvání dětí ze 14. ZŠ
- 25. 4. 2014 - 10:00 hodin – bowling Sportovka
- každou sudou středu – 18:00 hodin- televizní kavárnička

květen

- 12. 5. 2014 – schůze obyvatel
- Den matek se 14. ZŠ - termín bude upřesněn dle možností školy
- 28. 5. 2014 - 16:00 hodin - Májová zábava, kácení májky
- 30. 5. 2014 - 10:00 hodin – bowling Sportovka
- každou sudou středu -18:00 hodin - televizní kavárnička

červen

- 2. 6. 2014 – 10:00 hodin - Den dětí s Mateřskou školou, ul. Albrechtická u altánku
- 11. 6. 2014 – 9:00 hodin - Seniorská šlápota – Ressler
- společné posezení u táboráku – dle počasí
- každou sudou středu – 18:00 hodin - televizní kavárnička



Pečovatelská služba v Mostě

Šipkový turnaj (pro všechny domy s pečovatelskou službou): vždy od 14:00 hodin ve společenské místnosti Domu s pečovatelskou službou, ul. Růžová 2071 (bl. 522)

1. kolo - 20. 2. 2014
2. kolo - 24. 4. 2014
3. kolo - 18. 9. 2014
4. kolo - 20. 11. 2014 včetně vyhodnocení výsledků turnaje

Dům s pečovatelskou službou, ul. U Parku 2072

Pravidelné akce

- každé pondělí v měsíci od 9:00 hodin - kondiční cvičení, měření tlaku, použití masážního křesla
- každou středu od 14:00 hodin „Kavárnička“ – společenské hry, výroba drobných dárkových předmětů

leden

- 9. 1. 2014 od 14:00 hodin - společenské posezení obyvatel, oslava Nového roku 2014

únor

- 6. 2. 2014 od 14:00 hodin - beseda s paní Hanou Běleckou na téma: „Příspěvek na bydlení“

březen

- 6. 3. 2014 od 14:00 hodin - společenské posezení, oslava MDŽ s hudebním doprovodem panem Karlem Malkusem (harmonika)
- příprava na Velikonoce, zdobení perníčků pro děti z mateřské školy

(pokračování na straně č. 13)

duben

- 10. 4. 2014 od 13:00 hod. - společenské posezení – oslava velikonočních svátků, vystoupení dětí z mateřské školy a pan Jiří Kurcin s pomlázkou
- příprava na den matek, příprava dárků pro Základní umělecké školy v Mostě

květen

- 15. 5. 2014 od 14:00 hodin - společenské posezení ke Dni matek, vystoupení Základní umělecké školy v Mostě
- 22. 5. 2014 – jednodenní zájezd – Ústěk, muzeum čertů

červen

- 5. 6. 2014 od 14:00 hod. - společné posezení při kávě, seznámení s plánem na 2. pololetí roku 2014
- 21. 6. 2014 – 28. 6. 2014 - rekreační pobyt v Jetřichovicích

Garantem celého plánu je obyvatelka paní Růžena Komárová.

Dům s pečovatelskou službou, ul. Růžová 2071

Pravidelné akce

- každou středu od 14:00 hodin - společné posezení obyvatel při kávě, oslavy narozenin

březen

- 6. 3. 2014 od 14:00 hodin - oslava MDŽ

duben

- 16. 4. 2014 od 14:00 hodin - velikonoční posezení, vyprávění o velikonočních zvycích

květen

- 12. 5. 2014 od 14:00 hodin - soutěž ve stolních kuželkách

Garantem akcí jsou pracovníce v sociálních službách Jitka Krejčárková a Irena Halamová.

Dům s pečovatelskou službou Růžová 2070

Pravidelné akce

- každé pondělí v měsíci od 13:30 hodin - společné posezení obyvatel při kávě
- každé pondělí v měsíci od 9:00 hodin - kondiční cvičení, měření tlaku, použití masážního křesla

březen

- 5. 3. 2014 od 13:30 hodin - posezení s obyvatelkami k příležitosti MDŽ

květen

- 7. 5. 2014 od 13:30 hodin - posezení s obyvatelkami ke Dni matek

Garantem jsou pracovníce v sociálních službách Stanislava Babická a Hana Hampejsová.

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

leden

- Radovánky na sněhu - denně od 9:00 hodin, dopoledne dle počasí
- Návštěva knihovny, koutku pro malé čtenáře – od 9:00 hodin
- Divadlo – dle nabídky, od 9:00 hodin

únor

- 11. 2. 2014 od 9:00 hodin - Bílý den – co víme o sněhu?
- od 9:00 hodin, dle domluvy - návštěva mateřské školky,
- 26. 2. 2014 od 9:00 hodin - Masopustní rej



(pokračování na straně č. 14)

březen

- 7. 3. 2014 od 9:00 hodin - Výroba drobných dárků pro maminky k svátku
- 19. 3. 2014 od 9:00 hodin - Vycházka na Benedikt – příroda se probouzí
- od 9:00 hodin - Šmoulíci jsou naši kamarádi – nejlepší hračka, obrázek, knížka

duben

- 14. – 18. 4. 2014 od 9.00 hodin - malování vajíček, nácvik koled
- 14. – 18. 4. 2014 od 9.00 hodin - pletení pomlázek
- 30. 4. 2014 od 9:00 hodin - Čarodějnický bál

květen

- 5. 5. 2014 od 9:00 hodin - Hledání pokladu
- 15.5. 2014 od 9:00 hodin - Sportovní dopoledne
- Divadlo – dle nabídky – od 9:00 hodin

červen

- 2. 6. 2014 od 9: hodin Dětský den (překvapení)
- od 9:00 hodin - Nácvik tanečku na hipodrom
- od 9.00 hodin - Koupání a hry na zahradě
- 30. 6. 2014 od 9:00 hodin - Loučení se školkou

Další akce budou realizovány dle zájmu rodičů s ohledem na věk dětí.

Denní stacionář pro mentálně postižené klienty, příp. kombinovaně handicapované občany s ukončenou školní docházkou, ul. Jiřího Wolкера 404

leden

- 2. 1. 2014 – 10:00 hodin - vítání nového roku – diskotéka, soutěže
- 10. 1. 2014 – 9:00 hodin - výtvarná soutěž o nejkrásnějšího sněhuláka
- 15. 1. 2014 – 9:00 hodin - návštěva Městského divadla v Mostě – Hrátky s čertem

únor

- 14. 2. 2014 – 10:00 hodin - oslava Valentýna
- 21. 2. 2014 – 10:00 hodin - pěvecká soutěž „Stacionář má talent“
- 24. 2. 2014 – 9:00 hodin - sportovní pětiboj

březen

- 19. 3. 2014 – 10:00 hodin - oslava narozenin klienta stacionáře
- 26.3. 2014 - 9:00 hodin - návštěva divadla Rozmanitostí
- výzdoba jarních dekorací a výzdoba stacionáře a společných prostor – do 21. 3. 2014

duben

- výroba velikonočních dekorací a jejich prodej na Velikonočních trzích v zařízení
- 2. 4. 2014 - 10:00 hodin - oslava narozenin dvou klientů stacionáře
- 18. 4. 2014 - 10:00 hodin - Velikonoční nadílka s diskotékou – hry a soutěže

květen:

- 9. 5. 2014 – 9:00 hodin - výtvarná soutěž ke Dni matek na téma „Moje maminka“
- 14. 5. 2014 – 13:00 hodin - besídka pro maminky s vlastnoručně připraveným občerstvením a vystoupením dětí
- 23. 5. 2014 – 10:00 hodin - návštěva cukrárny
- 30. 5. 2014 – 10:00 hodin - oslava „Dne dětí“ – soutěže, hry, hudba, disco

červen:

- 3. 6. 2014 – 10:00 hodin - návštěva psího útulku
- 18. 6. 2014 – 10:00 hodin - oslava narozenin dvou klientek stacionáře
- 25. 6. 2014 – 10:00 hodin - výlet na Benedikt a společný oběd v restauraci
- 30. 6. 2014 – 10:00 hodin - taneční zábava – loučení se školním rokem před prázdninami

Každý lichý pátek od 10:30 hodin probíhá canisterapie

(pokračování na straně č. 15)



Společné akce MSSS v Mostě – p. o.

únor

- 7. 2. 2014 – 9:00 hodin – turnaj ve cvrnkané – Domov pro seniory, ul. Jiřího Wolкера
- 22. 2. 2014 – 19:00 – 24:00 hodin – Společenský večer MSSS v Mostě – p. o. v Domově pro seniory, ul. Barvířská 495

duben

- 29. 4. 2014 – 9:00 hodin – turnaj MSSS v Mostě - p. o. v kuželkách – Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180

červen

- 11. 6. 2014 - 9:00 hodin - Seniorská šlápota – Ressler
- 22. – 28. 6. 2014 – rekondiční pobyt seniorů MSSS v Mostě - p.o.

Další akce budou upřesněny dle nabídky - např. společné akce s Městskou policií v Mostě, vystoupení Komořanek, Mažorettek atd.

Změna programu vyhrazena.

Zpracovala: Helena Houšková, kulturně výchovná pracovníce

Výstava paličkovaných výrobků v Domově pro seniory, ul. Barvířská 495

Ode dne 18. listopadu do 22. listopadu 2013 probíhala v Domově pro seniory, ul. Barvířská 495 výstava paličkovaných výrobků klubu Palička.

Výstavu si prohlédli obyvatelé Domova pro seniory, ul. Barvířská i návštěvníci z jiných zařízení MSSS v Mostě - p. o. i široká veřejnost.

Výstava, která byla průřezem tvorby krajkárek nabízela pohled na vánoční tvorbu - např. krajkový betlém, stromeček, zvonky, ale i krajkové motýly, květiny, ozdoby do vlasů, atd.

Můžeme jen těžko vše, co jsme na výstavě viděli, popsat. To se totiž slovy popsat nedá, kolik práce a úsilí je nutno k vytvoření takových výrobků vynaložit.

Obdivujeme trpělivost a píli, kterou ženy z klubu Palička mají a děkujeme jim za nádhernou výstavu.

Ve spolupráci s obyvateli Domova pro seniory, ul. Barvířská 495 napsala



*Hana Kelišková, DiS.
ergoterapeutka*

ZDRAVOTNICKÉ OKÉNKO



Cukrovka a péče o dolní končetiny

V dnešním zdravotnickém okénku se zaměříme na péči o dolní končetiny, která je důležitou prevencí vzniku nepříjemných komplikací nemoci.

Tipy pro péči o dolní končetiny:

Maximální pozornost musí být věnována hygienické péči.

Každý den dolní končetiny omýváme teplou vodou a nevysušujícím mýdlem. Pozor na teplotu vody. Teplotu vody vždy vyzkoušejte namočením lokte, protože většina diabetiků má porušenou citlivost a horkou vodu nemusí na dolních končetinách poznat.

Po koupeli nohy důkladně osušte, hlavně mezi prsty. Nohy a nehty namažte ošetřujícím krémem, prostor mezi prsty při mazání vynechejte. Ztvrdlou kůži na patách průběžně odstraňujte pomocí pemzy. Pemzu nepoužívejte, jestliže máte na nohou praskliny. Nejlépe by bylo čas od času využít služeb zkušené pedikérky.

Důležitá je každodenní kontrola nohou. Zjišťujte, zda na nohou nejsou oděrky, puchýře nebo škrábnutí, nezapomínejte na prostor mezi prsty. Prohlédnout je třeba chodidlo i místa mezi prsty (i s pomocí zrcátka). Pokud zjistíte sebemenší poranění na noze, neprodleně navštivte svého lékaře. Diabetici velmi často trpí na plísňová onemocnění. Pokud se objeví plísňové onemocnění na dolních končetinách, informujte svého lékaře, který vám poradí vhodnou léčbu. Vhodné jsou antimykotické masti a krémy, které jsou k dostání v lékárnách např. Canesten, Clotrimazol apod. Tyto léky jsou volně prodejné. Přesto je vhodné o problému lékaře informovat.

Pro léčbu mykózy je vhodné střídát více párů obuvi, tak abyste boty nenazouvali vlhké nebo mokré. Doporučujeme používat pouze bavlněné ponožky.

Pro lepší cirkulaci krve v dolních končetinách jsou vhodné ponožky se zdravotním lemem (žádné silonkové ponožky, ale opět jen bavlněné).

Pro diabetiky je vhodná kožená obuv, která bude volnější, širší a hlubší a nebude nikde tlačit. Nesmí však být na noze příliš volná. Polstrování obuvi musí být měkké, svršek boty nejlépe beze švů.

Před obutím bot si vždy zkontrolujte, zda uvnitř není např. kamínek, shrnutá vložka, což by mohlo způsobit otlaky a poranění, které nejsou žádoucí. Nenoste obuv s podpatkem a úzkou špičkou. Podpatek obuvi by měl mít maximálně 2 - 2,5 cm. V lékárnách nebo ve zdravotnických potřebách jsou k dostání speciální boty pro diabetiky. Venku ani doma nikdy nechoďte naboso.

Pečujte o krevní oběh nohou. Chodte na procházky, zlepšují cirkulaci krve. Během dne nohy průběžně krátce promasírujte rukama.

V případě, že sedíte delší dobu, občas natáhněte nohy a cca 5 minut s nimi pohybujte v kotnících (propnutí nohy střídejte s jejím přitažením k nártu). Zlepšíte tak cirkulaci krve.

Nezapomínejte s nohama cvičit. Posadte se na židli, chodidla položte na zem a střídavě zvedejte paty a špičky nohou nebo můžete opřít paty o zem, mírně zvedněte špičky a střídavě ohýbejte a napínáte prsty u nohou.

Rada na závěr: Péči o nohy neodkládejte, začněte hned dnes.

*Mgr. Lenka Makovcová, DiS., vedoucí Zařízení č. 1
Hana Půhoná, úseková sestra*

Soutěž o nejkrásnější Kiwanis panenku

V úterý dne 26. listopadu 2013 jsme se s uživatelkou Domova se zvláštním režimem, ul. Barviřská 495 paní Dagmar Kaláškovou a ostatními uživateli zúčastnili jedenáctého ročníku výtvarné soutěže „Nekrásnější Kiwanis panenka“ v kategorii seniorů. Tuto akci pořádal Kiwanis klub v Ústí nad Labem. Soutěž se koná každý rok jako poděkování za naplnění látkových Kiwanis panenek. Do této soutěže nás přihlásila paní Alena Valentová, která spoluprací s Kiwanis klubem za MSSS v Mostě – p. o. zaštiťuje.



Za naše oddělení soutěžila paní Dagmar Kalášková, která byla za svoji vyplněnou a ozdobenou panenku oceněna diplomem a odměněna krásnými dárečky.

Touto cestou bychom chtěli poděkovat prezidentce klubu paní Lence Janské a také předsedkyni komise paní Zuzaně Hovorkové, které pro nás připravily odpoledne plné zábavy a pohoštění. O zábavu se postaraly děti z Dětského domova v Ústí nad Labem, divadelní soubor Paraplíčko, zazpíval nám sbor senierek a děti z mateřské školky. Všichni vystupující sklidili zasloužený potlesk.

Jana Musilová, pracovnice v sociálních službách Domova se zvláštním režimem, ul. Barviřská 495

Úspěchy seniorů v soutěžích ekologického centra

Dne 22. března 2013 vyhlásilo Ekologické centrum pro Krušnohoří soutěž zvanou „Voda pro život“, která byla symbolicky zahájena ve Světový den vody. Veřejnost měla možnost se do této soutěže přihlásit v různých kategoriích – dramatická tvorba, literární tvorba, kreativní či filmová tvorba a inovace.

Do soutěže se za Domov pro seniory, ul. Barviřská přihlásil pan Josef Tóth se svým obrázkem „Každá kapka čisté vody přínosem do přírody“.

S tímto obrázkem pan Tóth vyhrál první místo, za něž si v Ekologickém centru osobně převzal ocenění.

Tímto úspěchy našich seniorů v soutěžích nekončí. Počátkem prosince se senioři Městské správy sociálních služeb v Mostě – p. o. zúčastnili vánoční soutěže, tentokrát věnovanou tvoření vánočních ozdob a ozdůbek z odpadového materiálu. Do soutěže bylo zasláno celkem deset příspěvků.

Zvláštní ocenění získaly seniorky z Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolкера za anděla z papírových ruliček – paní Lia Jindrová a Gertruda Bauerová.

1. místo v kategorii „Dospělí“ získal pan Josef Tóth, který do soutěže přispěl hned několika výrobky – vánočními svíčkami z použitých CD, obrazem na polystyrenové desce či kaprem z polystyrenu a papírové hmoty. Ten nakonec rozhodl o vítězi.

Všem výhercům gratulujeme a děkujeme za reprezentaci našich zařízení v soutěžích.



Hana Hrbková, DiS., ergoterapeutka

Odborná stáž

V rámci sebevzdělávání proběhla ve dnech od 10. prosince do 12. prosince 2013 odborná stáž sociálních pracovníků MSSS v Mostě – p. o. do Městského ústavu sociálních služeb Jirkov, p. o., konkrétně do Domova pro seniory U Dubu. Cílem stáže bylo vyměnit si informace o průběhu sociálních služeb, načerpat nové zkušenosti a inspiraci pro práci s uživateli našich zařízení.

Ráda bych se s vámi podělila o dojmy z odborné stáže. Již při vstupu do areálu na nás dýchlá nádherná vánoční atmosféra. Vedoucí sociálních pracovníků si nás vyzvedla na recepci a v kostce seznámila s tím, co nás ten den čeká a co si pro nás personál domova připravil.

Jako první se nám věnovala pracovníce, která má na starosti žádosti. Příjemná paní nás seznámila s tím, jak to u nich od podání žádosti až do podepsání smlouvy chodí. Ukázala nám jejich katalog fotografií, na které je právem pyšná. Na závěr jsme se mohly zeptat, co by nás ještě zajímalo.

Následně jsme byly odvedeny do dílny sociálních pracovníků, kde se nás jedna z nich ujala a té jsme pomáhaly svázat klienty do sálu, kde je čekalo vystoupení harmonikáře. Atmosféra byla skvělá a někteří uživatelé si dokonce i při harmonice zazpívali.

Vedoucí sociálních pracovníků nás provedla po celém areálu a zároveň nás seznámila s chodem celého domova a vším ostatním, co s tím souvisí. S kolegyní jsme měly tu možnost vidět výrobky místních klientů a musím říci, že to opravdu stálo za to.

Na úplný závěr jsme byly pozvány k paní ředitelce, která chtěla slyšet náš názor, co se nám u nich líbilo. No, zkrátka jsme popravdě řekly, že jsme se nesetkaly s ničím negativním a vše jsme hodnotily pouze kladně. Pokud mohu hovořit sama za sebe, tak velkým přínosem mi bylo setkání s místní metodičkou pro individuální plánování.

Poté již nastal čas se rozloučit a poděkovat všem pracovníkům za příjemně strávený den.

Lenka Schettlová

vedoucí IV. stanice Domova pro seniory, ul. Barvířská 495



Jak nám sestřičky připravily krásné ukončení roku

Jako každý rok, připravily pro nás ergoterapeutky spolu s vedením našeho zařízení plno příjemných překvapení.

Předvánoční čas začal u nás v Astře pečením několika druhů cukroví. Již na začátku měsíce prosince nás čekala tradiční Mikulášská zábava, které předcházela dopolední nadílka. Samotná Mikulášská zábava byla letos zpestřena vystoupením Krušnohorské dudácké kapely a blahopřáním krásných svátků od tajemnice magistrátu města Mostu.

Dne 9. prosince nás navštívila kapela Stará Sešlost. Při jejím vystoupení jsme si s chutí zazpívali a zatančili.

O den později vystoupil u nás sbor mosteckého gymnázia. Dále jsme měli možnost shlédnout divadelní vystoupení „Půjdeme spolu do Betléma“ z divadla Rozmanitostí, vystoupení nízkoprahového centra Sovička.

Skutečný závěr roku ukončila svou produkcí nám dobře známá kapela Melodie.

Víme, kolik úsilí vynaložily naše ergoterapeutky, aby každou z těchto akcí připravily a dohlédly na její průběh. Vážíme si jejich práce. Zaslouží si naše velké poděkování.



Jiřina Trnková, uživatelka Domova pro seniory, ul. Barvířská 495

Vánoční besídka ve stacionáři

Tak jako každý rok se i letos konala v Denním stacionáři pro mentálně postižené klienty, případně kombinovaně handicapované občany s ukončenou školní docházkou, ul. Jiřího Wolкера 404 (dále jen „DsMP“) vánoční besídka. Klienti se na ní pečlivě připravili. Pro své rodiče a přátele napekli výborné vánoční cukroví, připravili obložené chlebíčky, ale hlavně si pro své hosty nacvičili krátký program, ve kterém nechyběla scénka z Betléma, taneček na notoricky známou písničku Rolničky a pak zazpívali několik koled.



Po vystoupení si navzájem vyměnili vánoční dárky a mohla začít vánoční diskotéka! Všichni si zatančili, včetně rodičů. Užili jsme si krásnou vánoční atmosféru a už se zase těšíme na Ježíška!!!

*Miloslava Michalová
vychovatelka*

Předvánoční karneval

Prosincový pátek třináctého nebyl pro uživatele Denního stacionáře pro mentálně postižené klienty, případně kombinovaně handicapované občany s ukončenou školní docházkou, ul. Jiřího Wolкера 404 vůbec nešťastný. Naopak! Všichni se na něj těšili a také dlouho se na něj připravovali. Byli totiž pozváni od preventivní Městské policie v Mostě Bc. Lucie Jungmanové na předvánoční karneval, který se konal již tradičně v Business centru (budova bývalých Báňských staveb).

Letošní téma masek bylo libovolné roční období. A tak jsme mohli obdivovat Slunce, Zimního krále, Podzim v podobě draka, Sněhuláka, Jarní vílu a mnoho jiných vlastnoručně vyrobených masek.



Během karnevalu proběhly také různé soutěže, ale hlavně si všichni užili pořádnou diskotéku!

A vyhlášení vítězných masek? Vyhráli všichni, a proto se všichni spravedlivě podělili o výborný dort.

Miloslava Michalová, vychovatelka

Mikulášská nadílka v divadle

Letošní Mikuláš byl pro uživatele služeb Denního stacionáře pro mentálně postižené klienty, případně kombinovaně handicapované občany s ukončenou školní docházkou, ul. Jiřího Wolкера 404 velmi netradiční.

Vypravili jsme se do Divadla Rozmanitostí, které uvádělo krásnou pohádkovou hru "Vánoce tří sněhuláků", která byla velmi krásná, dojemná a tak jak to v pohádkách bývá, všechno dobře dopadlo. No ale co následovalo potom!



Do hlediště vběhl čert a rázem bylo po klidu. Naváděl děti, aby si nečistily zuby, aby neposlušaly rodiče, aby se nemyly, aby, no samé nepravosti. Na štěstí přišel Mikuláš s Andělem a ti ho zklidnili, aby mohli dětem rozdat dárky, které si každé dítě vysloužilo písničkou nebo básničkou. Krásný zážitek!

Miloslava Michalová, vychovatelka

Česko zpívá koledy

Dne 22. listopadu 2013 nás oslovila Světlana Polívková z regionálního Deníku s nabídkou účasti na akci Česko zpívá koledy. Je to největší vánoční akce v České republice. Letos se ve všech krajích naší země bude konat již potřetí. Její kouzlo spočívá v tom, že ve stejný moment zpívají lidé v celé zemi několik stejných koled.

Tato akce se konala dne 11. prosince 2013 a náš domov se jí také zúčastnil.

Uživatelé se v hojném počtu sešli v hale zařízení, kde je dobrá akustika. Všem jsme rozdali natištěné koledy, které jsme obdrželi od paní.

Polívkové a společně s personálem jsme se dali do zpívání koled. Zazněla koleda „Neseme vám noviny...“, „Narodil se Kristus pán...“, „Ježíšku panáčku...“, a další. Všem se akce moc líbila a slíbili jsme si, že za rok se jí opět zúčastníme. Co uživatele nejvíce nadchlo, bylo to, že jsme si v předvánočním čase všichni našli chvíli času, že jsme se sešli a nebylo nás málo a společně koledami navodili vánoční atmosféru. Za odměnu dostali všichni zpívající dort, který jsme také obdrželi od manažerky Světlany Polívkové, a na kterém jsme si moc pochutnali.



Marie Škrhová, vedoucí Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolkerova 404

Oslava Dne seniorů



Naši uživatelé se rádi přidali do těchto melodií. Někdo si zazpíval, jiný si jen tak podupával nohou. Po tomto vystoupení následovalo vystoupení dvou žáků a jejich učitelů hrou na harmoniky. I jim se dostalo od našich uživatelů řádného poděkování.

Po tomto hudebním dopoledni následovala soutěž „O nejnápaditější klobouk aneb klobouková přehlídka“. Tuto soutěž jsme s vedoucí zařízení Alenou Valentovou plánovali do všech detailů. Asi měsíc předem jsme našim uživatelům vysvětlili všechna pravidla a připravili pár nápadů pro inspiraci. Naši uživatelé tuto soutěž pojali opravdu svědomitě a vážně.

Přehlídka začala ve 13:30 hodin v naší ergodílně. A opravdu bylo na co se těšit. Celá přehlídka byla skutečně zajímavá. Modely klobouků našich uživatelky byly nápadité a velice propracované. Jeden byl připraven do jarní nálady, druhý byl pojat jako celoroční móda.

Nejen že tento den uplynul v krásné a ničím nerušené náladě, ale všichni si užili mnoho legrace. Za své úsilí a fantazii byly všechny uživatelky odměněny sladkou výhrou. Jablkové záviny pro tuto společenskou akci, upekla vedoucí zařízení Alena Valentová. Naším uživatelkám udělala opravdu radost.

Jana Zejgartová, DiS.,

ergoterapeutka Domova pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166

Jak jde život v Domově pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166

Letní měsíce a s ním spojené příjemné vycházky, oblíbené grilování na zahradě a společné posezení na lavičkách jsme si užívali plnými doušky. Ani od září jsme ale vůbec nezaháleli. Užívali si dále naplno „babího léta“ a zároveň se opět rádi účastnili pravidelných akcí, i těch speciálních, které pro nás naše ergoterapeutka Jana Zejfartová, DiS. připravila. Například: miniturnaj v kužlkách, setkání s dětmi z mateřské školky, se kterými jsme společně přivítali blížící se podzim, krásnými malovanými obrázky stromů s typickými podzimními barvami.



Hned dne 1. října 2013 jsme oslavili Mezinárodní den seniorů, který nám přišli zpestřit svým hudebním vystoupením žáci a jejich učitelé ze Základní umělecké školy v Mostě. Pan učitel Richard Řeřicha hrál na klávesy a zpíval, dva žáci se svou učitelkou hráli na harmoniky, společně i sólově. Po jejich vystoupení následovala zábavná soutěž, kterou si pro nás vymyslela vedoucí zařízení Alena Valentová společně s naší ergoterapeutkou, která připravila a vysvětlila vše potřebné. Soutěž byla nazvaná „O nejnápaditější klobouk aneb Klobouková přehlídka“. Přehlídka klobouků byla zajímavá, poutavá, nápaditá, náležitě moderovaná a hlavně jsme se u toho strašně moc nasmáli. Všem soutěžícím se dostalo zasloužené sladké odměny v podobě výborných štrúdlů, které pro nás upekla sama vedoucí zařízení.

Další soutěž uspořádaná rovněž k Mezinárodnímu dni seniorů, tentokrátě vědomostní soutěž nazvaná „Kvízové odpoledne“, se konala dne 3. října 2013 v Domově pro seniory, ul. Barvířská 495 v Mostě („Astra“). Soutěž pro nás vymyslela ředitelka organizace a personál připravil a zajistil vše potřebné. Z každého zařízení soutěžilo jedno tříčlenné družstvo. Každé zařízení také předvedlo svou volnou (ale bodovanou) disciplínu. My jsme si vybraly a připravily pohádku „O veliké řepě“. Trénovaly jsme, zkoušely kostýmy společně s naší ergoterapeutkou (která dělala vypravěče), se sociální pracovnící Zuzkou Hoškovou, DiS. (která hrála vnučku) a vedoucí zařízení (hrála řepu). To byl panečku úspěch a velká legrace. Pohádka se moc líbila.

V zařízení také proběhl Den otevřených dveří, který připadl na den 9. října 2013. Zájemci, rodinní příslušníci, návštěvy nebo třeba kamarádi si přišli prohlédnout jednotlivé prostory v zařízení, fotografie z našich akcí nebo soutěží, ergoterapeutickou a reminiscenční místnost. Dozvěděli se spoustu zajímavých informací od sociální pracovníce Lucie Morgensternové, DiS. a vedoucí zařízení.

Dále jsme byli pozváni do Domova pro seniory, ul. Barvířská 495 na výstavu obrazů uživatele pana Josefa Tótha. Pozvání jsme samozřejmě rádi přijali, ale protože jsme všechny téměř špatně pohyblivé (používáme opěrnou hůl, berle, chodítka nebo invalidní voziček), není naše účast na některých akcích nebo zařízeních právě snadná. Personál musí objednat v rámci organizace vhodné auto a k tomu potřebujeme i odborný doprovod.

Kromě toho u nás v zařízení také patříčně „pracujeme“ – vyrábíme různé užitečné výrobky i na prodejní výstavy, závěsy na okna apod. Ještě se musíme pochlubit, že je naše zařízení také zapojeno do světového projektu „Kiwaniis panenka“. Plníme bílé látkové panenky, které předáváme do nemocnic a ty je pak předávají dětským pacientům. Panenky se stávají jejich kamarádkou nebo se používají jako terapeutické pomůcky. Děti si je mohou pokreslit nebo obléknout. Při odchodu domu z nemocnice jim samozřejmě zůstávají – odnášejí si je s sebou domů.

Nyní se věnujeme nejvíce vánoční výzdobě a připravám na vánoční akce, jako je vystoupení dětí z mateřské školky aj.

Jistě se nedá vypsát vše, co se u nás v zařízení děje. Tak snad někdy příště budeme pokračovat.

Za celé zařízení Vám přejeme krásné prožití svátků vánočních a do Nového roku hlavně hodně zdraví a štěstí. Toho není nikdy dost.

*Marie Hodovancová, uživatelka Domova pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166
Alena Valentová, vedoucí Domova pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166*

Světový projekt Kiwanis panenka, aneb kolik úsměvů jsme na tvářích dětských pacientů vykouzlili

Kiwanis panenka je projekt norské klubové organizace z roku 1994, přivezený z jihu Austrálie. Je to projekt určený pro pomoc nemocným dětem v nemocnici, kde jim tato bílá látková panenka pomáhá překonat pocit osamění a strach z neznámého prostředí. Je vyrobena z bavlny a naplněna je umělou stříží. Děti mají v nemocnici strach z toho co je čeká, mají panenku jako kamaráda, který je po celou dobu pobytu s nimi. Poté si panenku odvázejí s sebou domů. Slouží ale také jako terapeutická pomůcka, k vysvětlení léčebných postupů a procedur.

První české Kiwanis panenky vznikly v Lounech a Ústí nad Labem. Bylo to v roce 2000, kdy ústecký klub poslal na zkušenou do Masarykovy nemocnice v Ústí nad Labem prvních osm Kiwanis panenek. Byly přijaty personálem i dětmi velmi nadšeně. Projekt se rychle rozšířil prostřednictvím českých i slovenských Kiwanis klubů do mnoha nemocnic.

Protože poptávka po panenkách je veliká, rozhodli jsme se jako organizace MSSS v Mostě – p. o. také pomoci. Oslovili jsme ústecký Kiwanis klub a nabídli pomoc a spolupráci. S nadšením naši pomoc přijali. S klubem spolupracujeme již od roku 2005, kdy první Kiwanis panenky začaly plnit naše uživatelky z Domova se zvláštním režimem, ul. Barvířská 495. Byli jsme skutečně moc rádi, že uživatelky, které trpí demencí převážně Alzheimerova typu, dokáží i přes své onemocnění takhle přínosně a smysluplně pomáhat dětským pacientům.

V současné době se do projektu zapojili uživatelé kromě již zmíněného Domova se zvláštním režimem, ul. Barvířská i další zařízení MSSS v Mostě – p. o.: Domov pro seniory, ul. Antonína Dvořáka, Domov pro seniory, ul. Jiřího Wolker a v neposlední řadě Domov pro seniory, ul. Barvířská. V letošním roce jsme celkem naplnili 310 Kiwanis panenek a vykouzlili tak spoustu úsměvů na tvářích dětských pacientů v mostecké nemocnici.

Kiwanis klub v Ústí nad Labem každoročně zapojuje do projektu širokou veřejnost ve výtvarné a tvořivé soutěži „Nejkrásnější Kiwanis panenka“. Ani naši uživatelé nezůstávají v této soutěži pozadu a každoročně je do soutěže přihlašujeme. Znamená to, že uživatelé – soutěžící mají za úkol jakýmkoli způsobem pomalovat, nazdobit, obléknout a nebo jen namalovat Kiwanis panenku. Takto do soutěže připravené panenky zašleme do Kiwanis klubu v Ústí nad Labem, kde jsou vyhodnoceny. Pravidelně koncem roku se koná setkání členů Kiwanis klubu (kam patříme i my) v Ústí nad Labem na „Narozeninové párty“.

Samozřejmě, že i v letošním roce jsme se setkání zúčastnili. Protože se setkání konalo na jiném místě, trochu jsme po Ústí nad Labem bloudili. Dorazili jsme včas a v pořádku. Toto odpoledne je vždy plné dobré nálady, kulturních zážitků i dobrého jídla a pití, které pro nás bylo již připravené. Kulturní program byl bohatý. Nejprve vystoupily čtyřleté děti, které zpívaly, tančily i cvičily. Další vystoupení patřilo větším dětem s vystoupením „Paraplíčko“. Také samozřejmě měly velký úspěch. Seniorky z Litoměřic svým pěveckým vystoupením navodily skutečně vánoční atmosféru. Nechybělo zde ani vyhlášení výsledků soutěže. Soutěžící obdrželi diplomy a dárky. Musíme se pochlubit – také jsme získali ocenění a diplomy. Toto každoroční setkání se seniory se koná hlavně jako poděkování za jejich velkou pomoc při výrobě Kiwanis panenek.

Popřejme dětským pacientům, co nejméně dní strávených v nemocnici a spoustu Kiwanis kamarádů. Uvádíme fotografie výherních panenek uživatelek z Domovů pro seniory v Mostě.

autorka: Alena Valentová, vedoucí Domova pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166

spoluautor: Marie Hodovancová, uživatelka Domova pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166





Marienberg

Po úspěšném výletu z minulého roku a přes velký zájem z řad uživatel, jsme opět zopakovali výlet do Marienbergu.

Vyjeli jsme dne 11. listopadu 2013 v 9:30 hodin. Tohoto zájezdu se zúčastnili uživatelé z Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická 1074, z Penzionu pro seniory, ul. Komořanská 818, z Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180, z Domova pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166, z Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 404 a z Domova pro seniory, ul. Barvířská 495. Počasí nám celkem přálo, proto nic nám nebránilo si celý den opravdu užít.



Tento výlet byl v duchu předvánočních nákupů, ochutnávka tradičních německých klobás a shlédnutí výzdoby náměstí a okolních domů tohoto starobylého městečka. Naši uživatelé si nákupy užili v obchodních řetězcích jako je Kaufland, Lidl nebo Kik. I ze strany řidiče autobusu byla velká ochota. Vždy na přání otevřel autobus, aby si všichni nákup mohli pohodlně uložit.

Tento výlet bych celkově zhodnotila z pohledu organizátorky jako velice zdařilý. Všichni byli spokojeni a s plnými taškami, po návratu, pomalu odcházeli znaveni domů. Nejen jsme načerpali zážitky, ale poznali i něco nového.

Jana Zejfartová, DiS.

ergoterapeutka Domova pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166

Poděkování



Dne 14. listopadu 2013, k nám do Domova pro seniory v ul. Antonína Dvořáka 2166, přišly dětičky z Denního dětského rehabilitačního stacionáře v Mostě s písničkou a tanečkem. Moc nás potěšily, neboť to jsou ještě ty nejmenší zvané „Berišky“. Měly v sobě tolik života a rytmu, až nám i ta slzička ukápla radostí.

Za to všechno děkujeme naší ergoterapeutce Janičce, která se o nás pěkně stará a vždycky překvapí.

*Jarmila Albrechtová, Blanka Jišová a Alena Sklenková
uživatelky Domova pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166*

Mikulášská nadílka

Dny v kalendáři utíkají jako splašené. Ani jsme se nenadáli a byl tu datum 5. prosince 2013. Samozřejmě v tento den chodí nadělovat svatý Mikuláš.

I my, uživatelé z Domova pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166 v Mostě, jsme netrpělivě

čekali až nás tento vzácný pán navštíví.

V 16:00 hodin se po našem zařízení rozezněly zvonky. To opravdu svatý Mikuláš přišel s nadílkou. Samozřejmě nepřišel sám. S balíčky mu pomáhal čert s krásným andílkem. Byl to kouzelný večer, plný smíchu, ale i básniček, které jsme si pro Mikuláše připravili.

Tímto bychom chtěli

poděkovat sestřičkám, které si toto všechno pro nás připravily, protože i v nás je stále kousek dítěte.

kolektiv uživatel Domova pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166



Vánoce v Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická 1074

Vánoce jsou nejkrásnější svátky v roce, a také u nás jsme zažili krásnou atmosféru Adventu.

Začalo to rozsvícením stromku před první adventní nedělí. Přišly k nám děti ze 14. Základní školy v Mostě. Radostně jsme si s nimi zazpívali koledy.

Další byla Mikulášská zábava s Mikulášem a čertem. Jeden den pro dospělé a jiný den pro děti, pro vnoučata obyvatel a děti zaměstnanců. Oboje se velmi povedlo.

A atmosféra vánoční pokračovala vystoupením dětí ze stacionáře, které svým představením

„Berušek“ dojaly přítomné. Po nich nastoupily děti z Mateřské školy, ul. Albrechtická, které předvedly krásnou scénku o narození Jezulátka, které vítala zvířátka. Bylo to též dojemné. A v neposlední řadě nás navštívili opět žáci 14. Základní školy v Mostě a ti předvedli vánoční pásmo básniček, tanců a zpěvu koled, které jsme zpívali s nimi. Všichni, jak malí, tak větší nám rozdávali dárečky, ale také oni neodešli od nás s prázdnou. Bylo to krásné, a tak děkujeme dětem, jejich učitelkám, naší paní vedoucí Venuši Zaspalové, DiS. a samosprávě za krásné předvánoční zážitky.



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

A co udělalo radost Vám?



Závěr roku byl náročný. Dne 30. listopadu 2013 nás navštívil ženský pěvecký sbor z Mostu „Clavis cordium“. Zážitek byl úžasný.

Dne 29. listopadu 2013 proběhlo rozsvícení vánočního stromu spolu s podáváním vánočního punče a štoly. Účast byla ohromná. Přijely i naše dámy na mateřské dovolené i se svými krásnými dcerkami.

Dne 4. prosince 2013 – Mikulášská zábava. S obavami jsme očekávali, jak se uvede náš nový muzikant. A povedlo se. Jeho vystoupení nemělo chybu. Konečně jsme si užili.

Tradičně jsme přivítali 13. prosince 2013 děti z Mateřské školy, ul. Albrechtická se svým vystoupením k narození Ježíška – opět nás vánočně naladily. Máme je radí. Jako předskokani vystoupily děti z našeho Denního dětského rehabilitačního stacionáře, Střediska denní péče pro děti do tří let věku, ul. Františka Malíka 973. Dojaly nás velice. Moc jim děkujeme.

Dne 17. prosince 2013 dá se říci, že už tradičně jsme přivítali děti ze 14. Základní školy v Mostě s jazykovým zaměřením. Tyto děti nám už začátkem prosince provedly výzdobu haly našeho penzionu pro seniory, a povedlo se jim to.

Letos nás mile překvapily tím, že jejich vystoupení bylo plné vánočních koled. I obyvatelé si s nimi zazpívali. Vzájemně jsme si poskytli dárečky. Tradicí se již stalo, že po vystoupení se děti rozeběhnou mezi obyvatele penzionu a srdečně si s nimi povídají.

Jediným stínem na těchto akcích je to, že se sejde málo diváků. Děti si dají záležet na tom, aby nás potěšily, a ten malý zájem nás moc mrzí.

Anna Trojáková

obyvatelka Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická 1074

Naše tancování: „Marfušky“

Po velkém úspěchu, který jsme zaznamenaly na Hipodromu v Mostě, jsme se vydaly dne 26. října 2013 do Žatce na „Ples seniorů“, který pořádaly městské sociální služby. Tam jsme byly odměněny ovacemi, jako velké hvězdy. Škoda, že odtud nemáme žádné vlastní foto. Příště si vezmeme fotografa sebou.

Další úspěchy „Marfušky“ sbíraly na setkání bývalých zaměstnanců MSSS v Mostě – p. o. a v neposlední řadě v mosteckých klubech důchodců.

Jsmo rády, že jsme našimi vystoupeními udělaly radost a potěšily diváky.



Anna Trojáková, obyvatelka Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická 1074

Naše soutěžení bylo úspěšné

Dne 3. října 2013 se konalo Kvízové odpoledne v Domově pro seniory, ul. Barvířská 495. Nás reprezentovaly paní Marie Nevyhoštěná, paní Milena Matesová a paní Libuše Vildová a získaly pro nás 2. místo za úspěšnější reprezentanty z Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti 818 – těm upřímně gratulujeme.

Dne 23. října 2013 byl další kvízový den, a to ve sportovní hale v Chomutově. MSSS v Mostě – p. o. reprezentovala z našeho zařízení paní Milena Matesová, paní Marie Krupicová z Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 404 a paní Věra Deylová z Domova pro seniory, ul. Barvířská 495 a měly úspěch, umístily se na 3. místě.

Děkujeme našim ženám za úspěšnou reprezentaci a těšíme se na jejich další účasti.

*Anna Trojáková
obyvatelka Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická 1074*



V „Albrechtické“ bylo vyhlášeno království „Letákov“



Dne 31. prosince 2013 ve 23:00 hodin v Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická 1074 bylo v bývalé kuřárně vyhlášeno království „Letákov“ pro sklad sběrného papíru.

Královnou byla korunována paní Andulka Křištofíčová, která se o sběr pečlivě stará. Finance získané sběrem papíru jsou používány na společné akce zařízení.

Koronovaci provedla předsedkyně výboru obyvatel paní Anička Trojáková za asistence šašků a účasti obyvatel, kteří se přišli rozloučit se starým rokem a přivítat rok nový.

*Eva Nebesařová
obyvatelka Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická 1074*

Zamyšlení!

Je konec zase jednoho roku, a to 2013. Bylo by proto dobré rekapitulovat, jak jsme ho my, obyvatelé Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická 1074 v Mostě prožili. Zažili jsme chvíle radostné, ale i smutné. Byli jsme nuceni navždy se rozloučit s několika našimi spolubydlíci. Ale žel i to patří k životu a k našemu věku. Ale prožili jsme také velké úspěchy v soutěžích jak sportovních, tak kulturních – vědomostních. Účastnili jsme se řady krásných zájezdů, rekondičního pobytu v Trnávce apod. Ale největší úspěchy zaznamenaly naše „Bábušky – Marfušky“, známé svým vystupováním v našem kraji. Byly pořádány akce pro děti patronátní mateřské školy a základní školy – „Dětský den“, „Mikuláš“ apod. A tak by bylo dobré, aby naši organizátoři těchto akcí – paní vedoucí, sestřičky, ale hlavně samospráva byli zdraví, plni tvůrčí činnosti i v Novém roce 2014, aby se nám v našem penzionu pro seniory žilo dobře. Hodně zdraví, radosti a spokojenosti všem.



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

Beseda se senátorkou

Dne 26. listopadu 2013 se obyvatelé Penzionu pro seniory, ul. Komořanská 818 zúčastnili besedy se senátorkou MUDr. Alenou Dernerovou.

Nejprve se senátorka krátce představila a potom dala obyvatelům možnost dotazovat se na to, co je zajímavé. Dotazy se týkaly především obecných problémů ve zdravotnictví – hlavně poplatků u lékaře a v lékárně za předpisy. Dále se konkrétně hovořilo o schodech na polikliniku, které jsou nevyhovující a pro osoby, které zvládají schody s problémy, není vhodný ani dlouhý chodník z boku.

Dalším tématem potom byla politická situace v České republice. Senátorka ujistila přítomné, že se bude snažit dělat co nejvíce pro to, aby se situace měnila, aby senátoři více komunikovali s poslanci, což se prý vůbec nedařilo. Tím, že jsou v Poslanecké sněmovně také



primátor Ing. Vlastimil Vozka a Ing. Bronislav Schwarz z Mostu, tak je přesvědčena, že se budou snažit pro Most udělat vše, co bude v jejich silách.

Krátce se také hovořilo o problému zateplení našeho penzionu. Po besedě se všichni obyvatelé shodli na tom, že by byli rádi, kdyby mezi ně přišli politici či zástupci města častěji. MUDr. Alena Dernerová jim také nabídla možnost zúčastnit se zasedání zastupitelstva města Mostu a slíbila, že určitě mezi obyvatele penzionu pro seniory zase přijde.

*Bc. Iva Macudzinská
vedoucí Penzionu pro seniory, ul. Komořanská 818*

Česko zpívá koledy



Jako i jiná zařízení naší organizace, tak i my z Penzionu pro seniory, ul. Komořanská 818, jsme se zapojili do akce Česko zpívá koledy dne 11. prosince 2013. Přesně v 18:00 hodin jsme se „napojili“ na ostatní zpívající v Česku a s velikou chutí zazpívali pět vybraných koled a k tomu jsme si na závěr ještě přidali známou píseň „Vánoce, Vánoce přicházejí“.

Atmosféra byla velice příjemná a koledy vytvořily krásnou předvánoční atmosféru. U poslechu koled jsme zůstali i po ukončení zpěvu. K tomu jsme

si připravili čaj „svařák“ a pochutnali na dortu, který nám pro tuto příležitost zaslala paní Světlana Polívková z Mosteckého deníku. Byl to pěkně strávený večer.

*Bc. Iva Macudzinská
vedoucí Penzionu pro seniory, ul. Komořanská 818*

Předvánoční vystoupení dětí z Mateřské školy, ul. Komořanská 818

Děti svým vystoupením umí vždy potěšit a nebylo tomu jinak ani dne 16. prosince 2013, kdy se svými učitelkami navštívily Penzion pro seniory, ul. Komořanská 818. Připravily si pro obyvatele krásné vánoční koledy a písně se zimní tematikou.

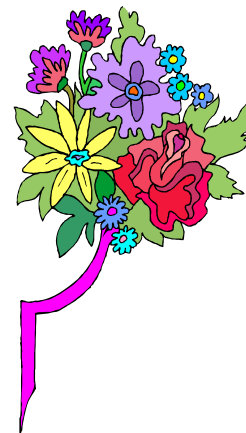
Doprovázely je samozřejmě tanečky a scénkami. Moc se jim připravené vystoupení povedlo.

Zpříjemnily nám tak předvánoční čas a pobavily svou bezprostředností. Obyvatelé se jim za to odměnili sladkostmi a velkým potleskem. Na závěr děti

obdržely zakoupené stavebnice a drobné dárky, které si odnesly do školky, kde jim budou připomínat společně strávené chvíle s obyvateli v penzionu pro seniory.



*Bc. Iva Macudzinská
vedoucí Penzionu pro seniory, ul. Komořanská 818*



Dne 26. října 2013
oslavili zlatou svatbu
manželé
Antonie a Vilfryd Vránovi
z Penzionu pro seniory, ul. Komořanská.
K významnému výročí
blahopřejeme.

*Za samosprávu
Anna Soukupová*

*Vedoucí penzionu pro seniory
Bc. Iva Macudzinská*

Hudební odpoledne v Penzionu pro seniory, ul. Komořanská 818

Krásné „pohlazení duše“ ke dni seniorů dne 30. září 2013 připravili našim obyvatelům studenti Podkrušnohorského gymnázia Most se svým sborem SMOG.

Nádherné melodie od středověkého chorálu, přes tradiční a krásnou píseň Markéty Irglové a Glenna Hansarda - Falling slowly oceněnou Oscarem po Jenkinsův Sdiemus, či Vangelisův Conquest of paradise dokázaly mnohým vechnat slzy do očí.

Byli jsme nadšeni a doufáme, že studenti opět přijmou naše pozvání ke zkrášlení a ozvláštňení jednoho z našich dnů.



*Anna Soukupová a Emilie Chvalová
obyvatelky Penzionu pro seniory, ul. Komořanská 818*

Poděkování

Děkujeme Ing. Vlastě Jakubcové, ředitelce organizace MSSS v Mostě - p. o., za pozvání na setkání členů samospráv na konci roku 2013.

Rovněž děkujeme personálu zařízení Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 404 za přípravu pohoštění a výzdobu, včetně zabezpečení krásného programu.

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



Komořanky v Domově pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166



Dne 2. prosince 2013 vystupovaly Komořanky s koledami při rozsvícení vánočního stromku v Domově pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166. Obyvatelům se vystoupení líbilo. Členky Komořanek obdržely od hostitelů krásné andělíčky a na zahřátí pravý grog. Chceme tímto poděkovat paní vedoucí Domova pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166 Aleně Valentové, ergoterapeutce Janičce Zejfartové, DiS. i personálu za pěkné přivítání

Za Komořanky

*Anna Soukupová
obyvatelka Penzionu pro seniory, ul. Komořanská 818*

Přání do roku 2014



Blíží se konec roku. Zase přibyla jedna vráska na tváři. Nevadí, hlavně že slouží zdravíčko.

Do dalšího roku přeji všem svým spoluobyvatelům krásné prožití svátků vánočních, zdraví, lásku všem lidem dobré vůle.

*Květa Cibulková
obyvatelka Penzionu pro seniory, ul. Komořanská 818*

Návštěva Lázní Mšené

Byl čtvrtek. Pochmurný listopadový den. Ráno náledí. Den jako tvořený pro teplo postele. Ale my, „mladá děvčeta“- seniorky, pod pečlivým vedením paní Heleny Houškové, vyrážíme na výlet. Bodrý pan autobusák nás veze do Lázní Mšené. Jsme v očekávání příštího.

Byly jsme velice mile přivítány. Následuje krátká prohlídka parku, protože je velká zima, tak hurá na kávu nebo čaj do společenské místnosti. Paní kulturní nás provede přednáškou a obrázky po našem krásném Středohoří, městy Budyně nad Ohří, Libochovicemi, Roudnicí, prohlédneme si horu Říp, zříceninu hradu Házmburku... Je to krásný a milý kraj.

Následuje dobrý oběd, po obědě další program. Pro někoho bylinková lázeň v bublinkách, pro jiné masáž nebo parafín. Jaké prožitky měly „parafinky“ nevím, ale prý dobré (ještě večer o tom věděly). Naše lázeň byla velice příjemná, odpočinek fajn. Byl prokořeněn vtipy a smíchem v odpočívárně, prostě super relax.

Obdarovány prospekty a dárkem se chystáme domů. Některé z nás si zakoupily i zdejší lázeňský pobyt. Před odjezdem jsme ještě navštívily místní kavárnu, kde jsme ochutnaly teplé oplatky. Slíbili jsme si, že si to musíme zase nutně zopakovat.



Vlasta Toušková
obyvatelka Penzionu pro seniory, ul. Komořanská 818

Mikulášská zábava v Penzionu pro seniory, ul. Komořanská 818



Dne 9. prosince 2013 jsme měli Mikulášskou zábavu, na které jsme přivítali primátora Mostu pana Ing. Vlastimila Vozku, předsedu kontrolního výboru zastupitelstva pana Jiřího Kurcina a Krušnohorskou dudáckou muziku. Ta nám zazpívala krásné vánoční koledy. Potom přišel Mikuláš, který přítomným rozdával balíčky. Do tance hrál pan Chlapec. Zábava se pěkně vydařila. Všichni byli velice spokojeni.

Děkuji Janičce Zejfartové, DiS., Alici Trefilové a personálu penzionu, kteří nás obsluhovali. Též děkuji vedoucí Bc. Ivě Macudzinské za pěknou spolupráci se samosprávou.

Anna Soukupová
obyvatelka Penzionu pro seniory, ul. Komořanská 818

Velká gratulace



Ekologické centrum pro Krušnohoří v Mostě vyhlásilo soutěž VODA PRO ŽIVOT, které se z Penzionu pro seniory, ul. Komořanská 818 zúčastnily dvě obyvatelky – paní Květuše Cibulková a paní Julie Kinclová. Obě dvě v oblasti literární tvorby. Paní Cibulková svou básní „Zamyšlení“ získala 1. místo a paní Kinclová se s básní „Voda je život“ umístila na 3. místě. Touto cestou jim moc gratulujeme.

kolektiv pracovníků Penzionu pro seniory, ul. Komořanská 818

Poděkování

Ráda bych poděkovala obyvatelkám Domů s pečovatelskou službou, ul. Růžová za pěkné vánoční přání. Jsme rádi, že se vám na Mikulášské zábavě v našem Penzionu pro seniory, ul. Komořanská 818 líbilo.

Za samosprávu:

Anna Soukupová

obyvatelka Penzionu pro seniory, ul. Komořanská 818



Informace o prosincových akcích v Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180

Dne 6. prosince 2013 se v Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180 uskutečnila Mikulášská zábava s živou hudbou, přišel mezi nás i Mikuláš, zábavu jsme si osladili občerstvením a pamlsky, této akce se zúčastnilo na padesát našich uživatelů.



Dne 11. prosince 2013 se Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180 zúčastnil celorepublikové akce Česko zpívá koledy. Nakonec si u nás s chutí zazpívalo na 35 seniorů, atmosféra byla vynikající.

(pokračování na straně č. 35)



Dne 14. prosince 2013 se náš penzion pro seniory společně s ostatními seniory rozjel do vánočního Seiffenu na tradiční průvod světél. Průvodem kolem nás prošlo na 400 masek původních řemesel zdejšího regionu, čtyři kapely a spousta dalších návštěvníků této akce. Nadchla nás krásná vánoční atmosféra, výzdoba městečka, prodej vánočních ozdob a dalších výrobků. Došlo i na „svařák“ a klobásu. Celá atmosféra nás úplně pohltila a svátečně naladila.



Dne 15. prosince 2013 senioři z Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180 vyjeli na adventní prohlídku zámku Červený Hrádek, spojenou s povídáním o adventních zvycích na zámku. Přivítal nás lokaj a místní paní kněžna, která svým krásným povídáním upoutala přítomné.

Představila
místní
Betlém,
krásnou

varhanní hudbu, zpěvy místních hudebníků. Na nádherně svátečně upraveném sále jsme si se zpěváky zazpívali vánoční koledy, zaposlouchali se do hry na klavír a popovídali si o vánočních zvycích. Nakonec jsme poseděli v zámecké vinárně u čaje nebo „svařáku“, cukroví a výborné vánočce. A při odchodu jsme si ještě vyzkoušeli pár vánočních zvyků v praxi – rozkrojení jablíčka, pouštění lodiček a podobně. Celá akce se nám moc líbila a domluvili jsme se, že příští rok bychom jeli zase.



Dne 16. prosince 2013 nás navštívily se svým vánočním pásmem žákyně zdejší zdravotnické školy a děti s flétničkami potěšily srdíčka přítomných.

Dne 20. prosince 2013 jsme na našem zařízení otevřeli kavárničku, kde jsme kromě pohoštění a povídání, promítli průvod masek ze Seiffenu, advent na Červeném hrádku a společně si zazpívali.

Dne 31. prosince 2013 jsme se ve večerních hodinách sešli na společném Silvestrovském posezení.

Ze sportovních akcí jsme se zúčastnili vánočního turnaje v bowlingu, který pořádala Městská správa sociálních služeb v Mostě, příspěvková organizace, sami jsme si udělali vánoční turnaj v kuželkách a badmintonu.

Tak to byla naše činnost závěrem roku 2013 a společně se těšíme na nové zážitky a akce v roce 2014.

Josef Houška

předseda samosprávy Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180

Plán kulturních akcí na 1. pololetí roku 2014

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



LEDEN

- a/ každé pondělí od 9:00 hodin - cvičení, měření tlaku a použití masážního křesla
- b/ dne 9. ledna 2014 - **oslava Nového roku**, přípitek
- c/ každou středu od 14:00 hodin - Kavárnička – společenské hry a různé akce

ÚNOR

- a/ cvičení od 9:00 hodin
- b/ dne 6. února 2014 - seznámení s kulturním plánem na rok 2014, beseda na téma "**Příspěvek na bydlení**" od 14.00 hodin s paní Hanou Běleckou
- c/ každou středu od 14:00 hodin – Kavárnička, výroba dárků k MDŽ
- d/ **Společenský večer MSSS v Mostě – p. o.**

BŘEZEN

- a/ cvičení od 9:00 hodin
- b/ dne 6. března 2014 - **oslava MDŽ** při harmonice pana Karla Malkuse od 14:00 hodin, placení rekreace a zájezdu
- c/ každou středu od 14:00 hodin - Kavárnička - příprava na velikonoce, zdobení perníčků pro děti z mateřské školy

DUBEN

- a/ cvičení od 9:00 hodin
- b/ dne 10. dubna 2014 od 13:00 hodin - **oslava Velikonoc, děti z mateřské školy a pan Jiří Kurcin s pomlázkou**
- c/ každou středu od 14:00 hodin - Kavárnička - příprava na Den matek, příprava dárků pro Základní uměleckou školu v Mostě

KVĚTEN

- a/ cvičení od 9:00 hodin
- b/ dne 15. května 2014 – společné posezení od 14:00 hodin - **Den matek a Základní umělecká škola v Mostě**
- c/ dne 22. května 2014 - **jednodenní zájezd "ÚŠTĚK"** - muzeum čertů

ČERVEN

- a/ cvičení od 9:00 hodin
- b/ dne 5. června 2014 – společné posezení od 14:00 hodin - seznámení s plánem na 2. pololetí roku 2014
- c/ **Seniorská šlápota**
- d/ od 21. června do 28. června 2014 - **rekreace v Jetřichovicích**

Růžena Komárová

Dům s pečovatelskou službou, ul. Růžová bl. 566

Společné setkání dne 10. října 2013

Je dne 10. října 2013 a těšíme se, že se opět po roce setkáme s paní MUDr. Veronikou Pavukovou a zdravotní sestřičkou Miloslavou Frantlovou. Tentokrát nám paní doktorka vysvětlila jak pečovat o své zdraví.

Včasnou diagnózou a prevencí rakoviny tlustého střeva a jak se chránit před touto nemocí.

Doporučuje se pravidelná konzumace **ryb a rybího tuku, ovoce, zeleniny**, ale i pravidelným pohybem, mírná fyzická aktivita, ale i prospěšná chůze. Potom paní doktorka odpovídala na různé dotazy a sestřička zase očkovala proti chřipce.

Na závěr si prohlédly naši kroniku a s velkým poděkováním a přáním zase za rok se opět sejdem, se rozloučily.

Pak jsem při občerstvení předala dárek našim Věruškám s přáním k jejich svátku, paní Vávrové a paní Matesové.

Upozornila jsem na akce, které pořádají neziskové organizace a po krátké chvilce jsme se všichni rozloučili.



Růžena Komárová

Dům s pečovatelskou službou, ul. Růžová bl. 566

Zajímavá beseda

Dne 7. listopadu.2013 jsme na našem posezení přivítali farmaceutickou asistentku paní Janu Ranušovou z lékárny Dr.Maxe.



Na uvítanou nám uvařila velmi chutný bylinkový čaj. Pak následovala přednáška, jak brát léky a připomněla, že každá tableta se musí hodně zapíjet.

Protože přivezla produkty 2+1 zdarma a ještě pro nás se slevou, tak si většina z nás koupila vitaminy, sirupy a jiné produkty pro vnoučata k Mikuláši.

Paní Ranušová pak rozdala drobné dárky, které jsou velmi pro některé užitečné, jako pouzdra na léky na celý týden, doplňky stravy a také něco poučného ke čtení od Dr. Maxe.

Nespavost, zažívací potíže nebo které vitaminy nejvíc potřebujeme, ale také dodržování pitného režimu a jak nezapomínat na vlákninu. Bylo tolik dotazů, že jsme ani nesledovali čas. Přednáška se moc líbila, tím děkujeme za vyčerpávající odpovědi a těšíme se na další spolupráci v roce 2014.

Po přednášce jsem připomněla, že bychom se měli více zapojovat do akcí, které pořádají i jiná zařízení MSSS v Mostě – p. o.

Přes zimu budeme mít otevřenou KAVÁRNIČKU každou středu od 14:00 hodin.

Růžena Komárová

Dům s pečovatelskou službou, ul. Růžová bl. 566

Poděkování

Dne 1. října 2013 zorganizovala paní vedoucí Marcela Baboučková společně s našimi pečovatelkami pro nás seniory z Domu s pečovatelskou službou z bl. 533, bl. 523 a bl. 566 posezení s pohoštěním, hudbou a vystoupením pěveckého sboru žáků z 11. Základní školy v Mostě.

Dále nám k tanci i zpěvu zahrál pan Tomáš Pospíšil na harmoniku, takže někteří si i zatančili.

Pohoštění vlastnoručně pekly, připravily a obsloužily nás naše pečovatelky. Pochutnávali jsme si na štrúdlu, zákuscích, různých koláčcích a chlebíčcích. K pití byla podle výběru každého káva, čaj a minerálky.

Posezení k svátku seniorů to bylo moc pěkné a všichni moc děkujeme Penzionu pro seniory, ul. Komořanská 818 za poskytnutí prostor.

Za účastníky z Domů s pečovatelskou službou bl. 522, bl. 523 a bl. 566 ještě jednou **VELKÉ DÍKY** našim pečovatelkám pod vedením Marcely Baboučkové.

V roce 2014 přejeme všem pevné zdraví a mnoho štěstí.

Věra Petrová

obyvatelka Domu s pečovatelskou službou, ul. Růžová bl. 522



Senioři, hýbejte se, aneb náš první turnaj v šipkách



Stalo se v polovině listopadu 2013 v Domech s pečovatelskou službou Mostě. A nápad rozhýbat nás měla vedoucí paní Marcela Baboučková. Zorganizovala turnaj v šipkách. Zúčastnit se mohl kdokoli z obyvatel všech tří Domů s pečovatelskou službou v Mostě.

Sestavilo se devítičlenné soutěžní družstvo – tři muži a šest žen. Paní vedoucí s pečovatelkami připravila příjemné prostředí a povedlo se nás rozhýbat! Nakonec nám nestačil rozpis soutěžních kol, zapálení pro hru jsme stále další kola přidávali.

A výsledek? Na prvních třech místech se umístili muži. Ale my ženy se nevzdáváme! Doufáme, že se v příštím roce budou konat opět turnaje v šipkách. Těšíme se a natrénujeme – a pak se uvidí.

Za Domy s pečovatelskou službou v Mostě

Mária Hemelíková

obyvatelka Domu s pečovatelskou službou, ul. Růžová bl. 522

Předvánoční setkání

Dne 5. prosince 2013 se setkání neslo ve slavnostním duchu a již z něho vyzařovala slavnostní vánoční nálada, kterou vyvolala i vánoční výzdoba místnosti kterou připravily obyvatelky domu s pečovatelskou službou. Bylo podáváno i slavnostní pohoštění.

Našeho setkání se zúčastnil i předseda kontrolního výboru zastupitelstva pan Jiří Kurcin a tisková mluvčí Městské policie v Mostě paní Bc. Ilonka Kozlová. Oba byli bouřlivým potleskem přivítáni.

Velkou radost jsme měli z vystoupení žáků ze Základní umělecké školy v Mostě a jako jejich doprovod byl pan Richard Řeřicha. Za krásné vystoupení dostaly děti sladkou odměnu.

Na závěr jsme poděkovali našim pečovatelkám za jejich celoroční práci, kterou poskytují obyvatelům našeho domu. Pak jsem předala dárek s přáníčkem našim Vlastičkám k jejich svátku, paní Vlkové a paní Stejskalové.

Oznámila jsem, že před Domovem pro seniory, ul. Barvířská 495 je Slámový betlém, který je přihlášen do soutěže a bylo by dobré tuto soutěž podpořit podáním SMS zprávy.

Na závěr děkujeme paní ředitelce Ing. Vlastě Jakubcové za finanční příspěvek na občerstvení a i na zakoupení nových ubrusů do naší společenské místnosti. Paní ředitelce a všem zaměstnancům MSSS v Mostě – p. o. přejeme hezké prožití vánočních svátků a hodně zdraví v roce 2014.

Krásnou předvánoční atmosféru si každý odnesl do svých domovů s přáním „Veselé vánoce všem“.

Za obyvatele Domu s pečovatelskou službou, ul. Růžová bl. 566

Růžena Komárová



Vánoční trhy v Drážďanech

Dne 12. prosince 2013 jsme jeli na vánoční trhy do Drážďan. Cestou jsme se zastavili u nákupního střediska REAL, kde jsme více jak dvě hodiny projížděli mezi regály a plnili vozíky vánočním zbožím. Každý si něco vybral, nejen pro sebe, ale i dárky pro své blízké.



Pak jsme vyrazili do Drážďan, celou cestu nás provázela modrá obloha a svítilo sluníčko. Ať chceme nebo ne, vánoce se blíží. V cíli naší cesty nás vítaly nádherně vyzdobené stánky plné sladkých lákadel, voňavých klobásek nebo punč či svažené vínečko, ale někteří nepohrdli horkou čokoládou, no a samozřejmě nezapomenutelná štola. A už se jen ochutnávalo a mlsalo, prostě jsme nasávali vánoční atmosféru.

Pak jsme se již jen dívali na čtrnáct metrů vysokou pyramidu, která se točila. Byla to nádhera.

No a přicházela 16. hodina a tak jsme se pomalu vydali k autobusu. Výlet to byl opět moc pěkný, byl to hezký zážitek a všichni už plánovali opět výlet na vánoční trhy v roce 2014 a to do Pirny. Nezbývá, než se těšit.

Růžena Komárová

Dům s pečovatelskou službou, ul. Růžová bl. 566



LEDEN

Užívejte si života, máme jenom jeden,
a vůbec tomu nevádí, že je teprve LEDEN.

ŠTĚSTÍ

Když vzduchem zakrouží pár vloček sněhu,
nastavíme tvář, ten dotek má něhu.
Vyloudí úsměv, otupí zlost, tak přejeme všem
lidem, ať štěstí je dost.

SNĚHULÁK

Sněhulák stojí na sněhu, chytá vločky do dlaní,
rád by se dal do běhu, nebo nasedl do saní,
mohl by vločky chytat snadněji.
Nemůže, přesto chová naději, tak i vy ji
mějte a s radostí se smějte.



Růžena Komárová

Dům s pečovatelskou službou, ul. Růžová bl. 566

Den otevřených dveří v dětském rehabilitačním stacionáři

Denní dětský rehabilitační stacionář a středisko denní péče se zúčastnily kampaně Týden sociálních služeb v ČR a akce Říjen pro neziskovky 2013. Dne 9. října 2013 v době od 9:00 do 16:00 tak měli návštěvníci možnost prohlédnout si prostory dětského rehabilitačního stacionáře a dozvědět se vše o provozu tohoto zcela ojedinělého zařízení.

Mezi hosty se objevily převážně babičky dětí a také studentky střední školy, které se velmi zajímaly o program, který je dětem nabízen po celý den. A tak se babička zúčastnila rehabilitačního cvičení společně s vnoučetem, ve třídě si společně s dětmi a se speciálním pedagogem zazpívaly a zahrály na hudební nástroje nejen babičky, ale i studentky. Zájem projevíly o kompenzační pomůcky, které vůbec neznaly, názorná ukázka používání např. polohovací židle Aris je nadchla. Velké nadšení studentky projevíly v relaxační místnosti, ve které je dětem k dispozici vodní lůžko. Nad kronikou se usmívaly a slíbily dětem představení v předvánočním čase. Propagační letáky uvítaly s tím, že o návštěvě v dětském stacionáři musí napsat práci a informace se budou hodit. Několik studentek projevilo zájem o praxi v zařízení. V jesličkách, zejména při prohlídce ložnice si leckterá studentka připomněla, že na podobných lůžkách lehávala také. Celá prohlídka zařízení trvala přes dvě hodiny, a nejen studentky měly plno dotazů.



Na závěr návštěvy všech zúčastněných se děti pochlubily svými tanečky. Bylo u toho plno smíchu, dojetí a stále se odkládalo rozloučení, protože všem bylo prima.

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

Den „Na draka“

Také podzim má v denním dětském rehabilitačním stacionáři a jesličkách své oblíbené tradice. Všichni se na ně těšíme, zvláště jsou-li tak krásné podzimní dny jako letos.

Bez sbírání hub a barevného listí, výroby kaštanových zvířátek a pouštění draka si již září a říjen nedovedeme ani představit. Třicátý říjen, kdy sluníčko ještě krásně hřálo, ale vítr foukal řádně, byl ideální den na „draka“.

Žádné velké přípravy nebyly potřeba, náš žlutý drak už netrpělivě čekal, je s námi již třetí rok, takže ví, co se v tak nádherný podzimní den sluší a patří. Pravda, moc vysoko náš drak létat neumí a občas se v zápalu letu trochu pochroumá nebo někde přichytí na stromě, ale pokaždé jde spravit a tak si s naším drakem vždycky užijeme spousty legrace.



Mgr. Lenka Dvořáková, speciální pedagog Denního dětského rehabilitačního stacionáře, Střediska denní péče pro děti do tří let věku, ul. Františka Malíka 973

Dva střevíčky pro děti z denního dětského rehabilitačního stacionáře a jesliček

V měsíci listopadu 2013 jsme v denním dětském rehabilitačním stacionáři a jesličkách opět s radostí přivítali herce z mosteckého Divadla rozmanitostí, tentokrát s pohádkou „Dva střevíčky pro Popelku“. Přes počáteční rozpaky těch nejmladších dětí, které viděly divadlo poprvé, nakonec příběh o Popelce, holoubcích, zlém maceše a krásném princovi všechny zaujal a pobavil. Velkému zájmu se, již tradičně, těšila prohlídka všech použitých loutek a rekvizit, kterou nám ochotní a trpěliví herci umožnili po skončení pohádky.



Divadlo jako jeden z prostředků, pomocí kterého se rozvíjí schopnost kulturního, estetického i sociálního citění, plní při výchově dětí a mládeže významnou roli. Zorganizovat návštěvu divadla s malými dětmi, zvláště jedná-li se i o děti se zdravotním postižením, bývá však velmi problematické. A tak si velmi vážíme možnosti zprostředkovat našim dětem tento kulturní zážitek v jim známém a bezpečném prostředí denního dětského rehabilitačního stacionáře.

Mgr. Lenka Dvořáková, speciální pedagog Denního dětského rehabilitačního stacionáře, Střediska denní péče pro děti do tří let věku, ul. Františka Malíka 973

Prezentace zařízení

Denní dětský rehabilitační stacionář v Mostě

Denní dětský rehabilitační stacionář je zdravotnické zařízení, které je provozováno pod Městskou správou sociálních služeb v Mostě, p.o. Zřizovatelem je město Most.

Svou činnost zahájil dětský rehabilitační stacionář v roce 1985 pro děti se zdravotním handicapem. Za tu dobu prošly zařízením stovky dětí s nejrůznějšími postižením. Postupem let se změnily nejen podmínky, ale i kvalifikace personálu. V současné době



se provoz dětského rehabilitačního stacionáře řídí zákonem č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů a dalších platných předpisů

V dětském rehabilitačním stacionáři pracují dvě fyzioterapeutky, speciální pedagog a pracovníci v sociálních službách. Celý tým úzce spolupracuje také s dalšími organizacemi, např. s Ranou péčí v Praze, se Speciálně pedagogickým centrem v Litvínově, ale i s neurologem a pediatry. Díky výborným terapeutickým výsledkům je dětský rehabilitační stacionář vyhledáván rodiči nejen z okolí Mostu, ale také z jiných měst. Klienty jsou děti s různými typy neurologických, pohybových, ale často kombinovaných postižení ve věku od 1 – 17 let. Kapacita zařízení je dvacet dětí. Léčba je poskytována na základě doporučení odborných lékařů, nejčastěji neurologa. Týmová péče, komplexně zaměřená na celkové zlepšení zdravotního stavu umožňuje po ukončení léčby zařazení dětí do běžných mateřských školek nebo speciálních škol.

Dětský rehabilitační stacionář je vybaven vířivou vanou, nově pořízenou v letošním roce, zvedákem pro manipulaci s těžšími nepohyblivými dětmi, tělocvičnou, ve které je řada podpůrných pomůcek, prostornou hernou s vyhrazeným koutkem pro podávání stravy, rehabilitační třídou a zázemím pro příjem dětí. Kuchyně, která je součástí dětského rehabilitačního stacionáře zajišťuje stravování dětí po celý den. Příprava a podávání stravy se řídí hygienickými předpisy a platnou legislativou. V létě mají děti k dispozici zahradu vybavenou skluzavkou, která splňuje bezpečnostní parametry pro užívání.



Dětský rehabilitační stacionář poskytuje ambulantní a pobytovou péči. Ambulantně docházejí děti k rehabilitaci jen na doporučené procedury a poté odcházejí domů. K pobytu jsou děti přijímány na doporučení lékařů tehdy, pokud je indikována pravidelná denní rehabilitace. Rozsah rehabilitační péče lékař rozepíše na poukaz, který je založen do dokumentace dítěte. Fyzioterapeutky denně zaznamenávají průběh procedury, ale také dle zájmu provádějí edukaci rodičů. S rodiči dětí je sepsána smlouva a rozsah poskytované péče v dětském rehabilitačním stacionáři. Před nástupem k pobytu je nutné vyjádření pediatra o řádném očkování dítěte a prohlášení rodičů o bezinfekčnosti. Do rehabilitační třídy

docházejí všechny děti přijaté k pobytu. Pod vedením speciálního pedagoga jsou prováděny aktivizační činnosti k celkovému rozvoji dětí. Vždy je brán ohled na aktuální zdravotní stav dětí, náladu a jejich schopnosti. Rodiče písemně potvrzují souhlas s prováděnými



aktivizačními činnostmi. Nejčastějšími klienty jsou děti s dětskou mozkovou obrnou, často v kombinaci s dalším onemocněním. Je vždy nutný individuální přístup. Péče o děti během pobytu je rozdělena mezi pracovníky v sociálních službách, speciálního pedagoga a fyzioterapeutky. Za pobyt v dětském rehabilitačním stacionáři rodiče platí 55 Kč/ hod. a za stravu. Většina dětí pobývá ve stacionáři 4 – 6 hodin denně. K pobytu nejsou přijímány děti, které vyžadují péči zdravotní sestry. Rovněž nejsou přijímány děti, které mají

poruchy chování bez nutnosti rehabilitačních procedur.

S pomocí sponzorů je dětský rehabilitační stacionář vybaven kompenzačními pomůckami, které docházejícím dětem zpříjemňují nejen pobyt v zařízení, ale umožňují i snadnější nácvik dovedností.

Pro děti a jejich rodiče jsou během roku připravovány nejrůznější společné akce, na kterých se setkávají nejen docházející děti, ale i ty děti, které již ukončily léčbu a stále mají zájem o dění v dětském rehabilitačním stacionáři. Taková setkání jsou i nadějí pro ostatní rodiče. Děti se zúčastňují i akcí, které pořádá MSSS v Mostě – p. o., např. Letního setkání seniorů na hipodromu, kde vždy převedou nacvičený taneček. Do dětského rehabilitačního stacionáře pravidelně dojíždí Divadlo Rozmanitostí v Mostě se svými pohádkami. Studentky středních škol v předvánočním čase děti pobaví pásmem koled a předají drobné dárky. Pravidelně probíhají oslavy narozenin všech docházejících dětí, za dětmi docházejí také cvičení pejsci v rámci canisterapie.



Dětem pobyt v dětském rehabilitačním stacionáři prospívá, jsou zde spokojené. Rodiče se pochvalně vyjadřují o práci celého týmu. Některé maminky se mohly vrátit zpět do zaměstnání, neboť provozní doba byla upravena a dětský rehabilitační stacionář je otevřen ve všední dny od 6:00 – 16:00 hod. Dětský rehabilitační stacionář pomáhá dětem, které svůj start do života měly ztížený.

Další informace o dětském rehabilitačním stacionáři lze najít na webových stránkách: www.msss-most.cz.

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

Halloweenská zábava

Anglosaský lidový svátek Halloween si našel své příznivce také u nás, i když děti v České Republice nechodí na tradiční koledu, na konci října již běžně vidáme v oknech lucerny vyřezávané z dýní či pozvánky na různé párty se strašidelnou tematikou.

V denním dětském rehabilitačním stacionáři a jesličkách nás tento svátek inspiroval k uspořádání Halloweenské zábavy. Na jeden den se tak děti i tety proměnily v čarodějnice a čaroděje, v dýně, hroznivé piráty či klasická „prostěradlová“ strašidla. Masky,



osvědčené hry, oblíbená hudba a drobné občerstvení bývají zpravidla tou správnou cestou k dobré náladě a nevšedním zážitkům, o nichž pak mohou děti vyprávět svým rodičům. Těší nás, že ani na naší Halloweenské zábavě tomu nebylo jinak.

Mgr. Lenka Dvořáková, speciální pedagog Denního dětského rehabilitačního stacionáře, Střediska denní péče pro děti do tří let věku, ul. Františka Malíka 973

Mikuláš přišel za dětmi

Mikuláš přišel i za dětmi do dětského rehabilitačního stacionáře a střediska denní péče v ul. Františka Malíka 973. S sebou si na pomoc vzal také veselé čertíky a anděly. Studentky



střední pedagogické školy si pro děti připravily zajímavý program plný soutěží, koled a drobných dárečků. Andílci lákali děti ke společnému zdobení stroměčku. Zpočátku se děti bály, zejména přítomných čertíků, ale nakonec vše dobře dopadlo. Za odvahu rozdával Mikuláš s andílkou dětem připravené balíčky. Při společném tancování čas rychle utíkal a nikomu se nechtělo končit. Studentky střední pedagogické školy, které si pro děti pečlivě připravily program, byly nadšené z celé atmosféry a děti bylo obtížné zklidnit. Společné foto na závěr

ukončilo veselé dovádění. Domů všichni odcházeli s nadílkou a pěknými zážitky.

Děkujeme studentkám za jejich snahu a fantazii, které vložily do svého vystoupení pro děti. Bylo to krásné, dojmavé a pro děti srozumitelné.

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

Advent v dětském rehabilitačním stacionáři

Adventní čas je pro děti hlavně dlouhým čekáním na Ježíška. Letošní čekání děti vyplnily mimo jiné i návštěvami v domovech pro seniory, které patří pod Městskou správu sociálních služeb v Mostě, příspěvkovou organizaci..



Děti přijely potěšit přítomné babičky a předat i malé dárečky, které v průběhu roku vyráběly pod dohledem svých tet. K příjemné náladě přispělo i vystoupení dětí. Pro babičky zatancovaly taneček O Berušce. Vystoupení dětí podtrhlo i oblečení, které k vystoupení měly přichystané.

Vzpomínky na prožitý život s rodinou a vnoučaty vyvolaly dojemné chvíle při focení všech přítomných společně s dětmi. A tak se na tváři některých babiček objevily i slzičky. Úsměv ale převládal. V předvánočním čase je každé setkání dětí s obyvateli domovů pro seniory zážitkem. Společně strávený čas pomůže na chvíli zapomenout na nemoc nebo starosti, protože děti svým bezprostředním chováním každého potěší. Radost ze setkání byla vzájemná. Děti se vždy těšily na setkání s babičkami a v den D byly od rána jako na trní. Aktivně spolupracovali také rodiče vystupujících dětí, neboť k převozu do domovů bylo nutné zajistit autosedačky. A tak to má být. Vzájemné potěšení ze společného setkání navodilo tu správnou atmosféru. Děti vždy za předvedený taneček dostaly sladkosti, které si odnesly s sebou domů. Rodičům se chlubil se svými zážitky a vyprávěly o babičkách, které jsou stejně hodné jako ty jejich doma. Tak ať se nám letošní Vánoce vydaří.

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

Česko zpívá koledy



Senioři Městské správy sociálních služeb v Mostě, příspěvkové organizace se zapojili do celostátní akce Česko zpívá koledy. Nejdříve to vypadalo, že zájemců nebude mnoho, ale opak byl pravdou. Velikým překvapením byla hojná účast a chuť si koledy zazpívat.

Z Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolkera 404 se zapojilo třicet seniorů včetně personálu a návštěvníků. Roztančila se i malá Terežka naší ergoterapeutky.

V Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180 si nakonec zazpívalo na třicet pět uživatelů. Panovala zde velmi dobrá nálada. Je pravda, že si někteří z nich koledy dopředu nazkoušeli. Zájem byl veliký.

V Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická 1074 zpívalo koledy na dvacet uživatelů a v Penzionu pro seniory, ul. Komořanská 818 se sešlo na zpívání devatenáct uživatelů a také zde panovala krásná sváteční nálada.

(pokračování na straně č. 46)

Plusem byly namnožené a rozdané texty pěti známých koled a jedné bonusové. Výborná byla také doprovodná muzika. To bylo velké plus, přestože tyto vybrané koledy jsou obecně známé. Zpívalo se Půjdem spolu do Betléma, Nesem Vám noviny, Narodil se Kristus Pán, Pásli ovce Valaši, Štědrej večer nastal a Vánoce, vánoce přicházejí.

Sladkou tečkou a odměnou pro zpívající byl výborný šlehačkový dort, na kterém si všichni s chutí pochutnali.

Domluvili jsme se, že se nám akce moc a moc líbila, tak si ji příští rok musíme zopakovat.

Touto akcí se Městská správa sociálních služeb v Mostě, příspěvková organizace zapojila do celostátního zpívání koled, které propojilo zpíváním naši celou zemi.

Helena Houšková, kulturně výchovná pracovníce

Ocenění mosteckých mažoretek

Dne 8. listopadu 2013 převzaly Babči mažoretky při příležitosti každoročního oceňování práce hasičského záchranného sboru okresu Most od Sdružení hasičů ČMS okresu Most PAMĚTNÍ PLAKETU za dlouholetou spolupráci při vyhodnocování hasičských veteránů. Této ceny si velice vážíme a děkujeme.

Hasičská modlitba

Necht' kdekoliv oheň plane,
já splním svoji povinnost.
Pro záchranu životů Pane,
dej mi síly dost

V náručí vynést dítě,
když ještě nevypršel čas,
ale i starce, matku,
která má šedý vlas...

Stále na stráži stojím,
protože povoláný jsem,
před ohněm blízké chráním
a pomoci chci všem.

Když z tvé vůle se má stát,
že sám při tom život ztratím,
požehnej Pane mé rodině
a laskavou rukou vrať jim,
co při plnění poslání,
jsem jiným lidem dal.

*Helena Houšková
kulturně výchovná pracovníce*



Tvoření z odpadových materiálů



Senioři Městské správy sociálních služeb v Mostě, příspěvkové organizace se zúčastnili se svými výrobky soutěže s tématem „tvoření výrobků z odpadových materiálů“. Soutěž vypsal Ekologické centrum Most pro Krušnohoří ve spolupráci s United Energy, a. s.

Akce se zúčastnily mateřské školy, základní školy a široká veřejnost. A mezi širokou veřejností i naši senioři svými deseti výrobky.

Výrobky do soutěže poslali senioři z Domova pro seniory, ul. Barvířská 495, z Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 404, z Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická 1074 a z Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180. Tvořilo se nejen z plastů, nití, korku, vlny, papíru ale i třeba z konzerv od nápojů, to všechno byly odpadové materiály.

A jak soutěž pro nás nakonec dopadla? 1. místo v kategorii dospělých získal pan Josef Tóth z Domova pro seniory, ul. Barvířská 495 svým polystyrénovým kaprem a zvláštní ocenění a zvláštní cenu získaly paní Lia Jindrová a Gertruda Bauerová z Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 404 svým andělem z papírového pedigu.

Předání cen výhercům proběhlo ve čtvrtek dne 19. prosince 2013 ve 13:00 hodin v ekologickém centru.

*Helena Houšková
kulturně výchovná pracovnice*

Vánoční turnaj v bowlingu

V pátek dne 29. listopadu se sešli ve Sportovce senioři Městské správy sociálních služeb v Mostě, p. o. na 2. ročníku Vánočního turnaje v bowlingu. Tomuto vánočnímu turnaji předcházela pravidelný každoměsíční trénink. Dokonce už se to našim seniorům zalíbilo natolik, že chodili trénovat sami vícekrát za měsíc. Velkým pozitivem je setkávání našich seniorů z různých zařízení a navazování nových kontaktů.

A jak to dopadlo? Sešlo se osmnáct účastníků turnaje z našich domovů a penzionů pro seniory a určitě vyhráli všichni, ale přesto – boj byl veliký a na stupních vítězů to dopadlo následovně:

Účast: Domov pro seniory, ul. Barviřská 495
Penzion pro seniory, ul. Albrechtická 1074
Penzion pro seniory, ul. Komořanská 818
Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180

Umístění:

1. místo	Volfová Marie	120 bodů
2. místo	Tóth Josef	115 bodů
3. místo	Pechar Jiří	107 bodů
4. místo	Jiří Chocholoušek	101 bodů
5. místo	Květoslava Jeníčková	98 bodů
6. místo	Josef Houška	97 bodů
7. místo	Zdeňka Hirschová	96 bodů
8 - 9. místo	Jaroslav Fára, Jaroslav Slavík	95 bodů
10 - 11. místo	Milena Matesová, Jan Filipek	92 bodů
12. místo	Eva Mádlová	77 bodů
13. místo	Zdeňka Slavíková	71 bodů
14. místo	Karel Čermák	69 bodů
15. místo	František Stejskal	68 bodů
16. místo	Hana Fárová	57 bodů
17 - 18. místo	Jitka Emigová, Anna Filipeková	53 bodů

Ceny do turnaje věnovala paní ředitelka Ing. Vlasta Jakubcová. Děkujeme.

Helena Houšková, kulturně výchovná pracovníce



Voda pro život

Ekologické centrum pro Krušnohoří Most vyhlásilo soutěž „Voda pro život“, které se zúčastnili senioři Městské správy sociálních služeb v Mostě, p. o. a děti z Denního dětského rehabilitačního stacionáře Františka Malíka 973.

Tématem akce byla voda ve všech podobách. Vernisáž akce proběhla dne 30. října 2013 v obchodním domě Central Most.

Součástí této několikadenní akce bylo i vyhlášení pokusu o rekord o největší počet dešťových kapek na jednom místě. Rekord se nakonec podařilo přítomnými 807 kapkami vytvořit a mohl být zapsán v Knize rekordů v Pelhřimově. Také naši senioři se tohoto pokusu o rekord zúčastnili.

Každá soutěž má i své vítěze a tentokrát bodovali i naši senioři. Ocenění byli pan Josef Toth, Domov pro seniory, ul. Barviřská 495 za obraz Kapka čisté vody, paní Květa Cibulková, Penzion pro seniory, ul. Komořanská 818 za literární dílo, paní Julie Kinclová rovněž za literární dílo, naše děti sice oceněny nebyly, ale přispěly také do soutěže svým obrázkem Dešťové kapky.



Helena Houšková, kulturně výchovná pracovníce

Senior roku 2013

Senioři Městské správy sociálních služeb v Mostě, příspěvkové organizace se zúčastnili soutěže o cenu „Senior roku 2013“ (kategorie: Seniorka/Senior a Kluby seniorů), kterou vyhlásila Nadace Charty 77/ projekt SENzační SENioři.



Cena je určena pro širokou veřejnost. Do této kategorie je možné nominovat seniory, kteří:

- se podílejí na konkrétních projektech nebo přímo sami působí či pomáhají dalším seniorům v oblasti sociální, zdravotní, vzdělávací, sportovní, kulturní a nebo vynikají v podnikání a nebo dalších aktivitách
- svojí inspirační činností působí na druhé, jsou jim motivačním příkladem, vlastní aktivitou a pozitivním přístupem pomáhají měnit životy seniorů

Za Městskou správu sociálních služeb v Mostě, p. o. byli nominováni:

Josef Toth z Domova pro seniory, ul. Barvířská 495 – kategorie jednotlivci

Božena Kopišťová z Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 404 – kategorie jednotlivci

Kolektiv seniorů z Penzionu pro seniory, ul. Albrechtická 1074 - kategorie kolektivy

Slavnostní předávání cen proběhlo ve večerních hodinách v sobotu dne 7. prosince 2013 v odsvěceném kostele svaté Anny v Praze, zvaném Pražská křižovatka. Celou slávu zdobily výkony hudebníků – Českého národního symfonického orchestru s dirigentem Liborem Peškem, pěvkyní Dagmar Peckovou a klavíristkou Jitkou Čechovou. Moderátorem večera byl Václav Zmolík. Při předávání cen okouzlovala Simona Stašová. Pořadatelkami celé akce byly jmenovitě paní Božena Jirků a Romana Junková.

VYHODNOCENÍ: (převzato z internetu)



1. KATEGORIE JEDNOTLIVCŮ

Zdeněk Joukl, laureát Ceny Senior roku 2013

Pan Joukl je aktivní senior, který na svých stránkách www.joukl.cz vytváří sociální projekty, v nichž se zabývá problémy nejen seniorů. V Jizerských horách provozuje kiosek, kde lidé platí za občerstvení tolik, kolik sami uznají za vhodné. V bývalé kočárkárně panelového domu upravil místnost, kde zdarma po 24 hodin denně nabízí počítač s přístupem na internet. Měl tři samostatné fotografické výstavy a v lednu připravuje další.

Milan Cafourek, získal čestné uznání poroty

Pan Cafourek, ač sám mladší senior, je stálíci na dobrovolnickém nebi, navštěvuje seniory čtvrtým rokem na oddělení následné péče v nemocnici v Žatci. Je ve své práci vytrvalý a svým obětavým přístupem k pacientům je pro všechny vzorem a obohacením. Několikrát týdně přichází k pacientům, aby si s nimi povídal, udělal jim nákup a přilepšil tak i těm, kteří jsou osamělí a nemá jim kdo přilepšit k nemocniční stravě. Je to pán, který v Žatci dlouhá léta pracoval ve třech firmách, tak ho často poznávají kolegové z práce a jsou rádi za spřízněnou duši. Pan Cafourek je vezme na vozíku ven, často i se svou fenkou Peggy a tím jim zpestří výlet po areálu nemocnice.

(pokračování na stranách č. 50 až č. 52)

Anna Blažíčková, získala čestné uznání poroty

Paní Blažíčková je spisovatelka, která byla v loňském roce nominována na cenu Magnesia litera za vzpomínkovou knihu *Ted' něco ze života*. Desítky let bojuje s nemocí, kvůli které delší vzdálenosti musí překonávat na vozíku. I přes svůj věk a handicap aktivně žije, připravuje k vydání další svá díla, účastní se veřejných čtení své poslední vydané knihy. Podílí se na výchově svých vnuků a cestuje po své oblíbené Šumavě.

MUDr. Karel Horký, DrSc., získal zvláštní cenu poroty

Profesní postup profesora Horkého byl zásadně zpomalen politickým režimem, což jej neodradilo od trpělivé vědecké práce, zaměřené především na humorální regulaci krevního tlaku a patogenezi hypertenze. Postupně se stal mezinárodně uznávaným odborníkem, přednášel jako zvaný řečník po celém světě, tuto možnost měl však až po roce 1989. Prof. Horký do současné doby působí na II. interní klinice 1. lékařské fakulty a Všeobecné fakultní nemocnice v Praze. Podílí se stále na pedagogické činnosti. Mnoho let byl předsedou komise pro obhajoby kandidátských dizertačních prací, pracoval v prezidiu České lékařské společnosti Jana Evangelisty Purkyně. Publikoval více než 450 časopiseckých sdělení, z toho více než 120 ve významných zahraničních časopisech, je autorem 22 monografií a skript. Jeho odborné kvality vedly k tomu, že se stal členem prestižní evropské společnosti pro klinický výzkum, členem International Society of Medicine, čestným členem American College of Physicians, Slovenské Internistické společnosti a Polské Internistické společnosti. V roce 2013 se dožívá 80 let.

PhDr. Zdeněk Mahler, získal zvláštní cenu poroty

Spisovatel, muzikolog a scénárista je významnou osobností, která již několik desítek let vzbuzuje respekt u všech generací. Jeho originální myšlenky a zásadní postoje k aktuálním společenským tématům mají vždy velkou odezvu a stávají se základem pro společenskou diskusi. Vážíme si proto jeho odvahy nebát se vybočit z řady a stát si za svými názory, které jsou podloženy bohatou životní zkušeností a vysokým intelektem.



Diplom získali:

Ing. Radoslava Máchová: v 64 letech vedoucí pilotkou letecké akrobatické skupiny The Flying Bulls. Je všestranná, ochotna vždy pomoci, skvěle reprezentuje v zahraničí, sportuje, zvládá mnohé řemeslné práce. Jejím heslem je, že stáří je stav mozku, a pokud ten funguje a nenechá se zlenivět, člověk nestárne.

Marie Šmejkalová: vystudovala po revoluci, již v důchodovém věku, dálkově speciální pedagogiku a od té doby vede v Neratovicích 2x týdně cvičení pro seniory. Pro seniory připravuje výlety, vzdělávací semináře. Dokázala prosadit bezbariérový přístup a výtah na městskou polikliniku. Účastní se také komunitního plánování, pomáhala mapovat bariéry ve městě. V domě s pečovatelskou službou připravuje cvičení pro seniorky na židlích a trénování paměti.

Ludmila Tvrdíková: i ve svých 85 letech je obecní kronikářkou a vytrvalou bojovnicí za záchranu místního kostela sv. Gotharda a kostnice. Sepsala a vydala knihu k 850. výročí první zmínky o Žehuni, provází v kostele, shání peníze na opravu památek, organizuje charitativní koncerty. Cvičí jógu a svou ohebností zahanbuje i mladší ročníky. Pro seniory ve svém okolí je velkou inspirací a motivací.

Zdena Hružová: pro řadu seniorů je kamarádkou, pomocnicí a vzorem. V rámci dobrovolnictví zajišťuje denně donášku dopisnic z městského úřadu obyvatelům města. Vede

Senior country taneční klub Senzačních seniorů, je městem jmenovaná přisedící u soudu. Jako redaktorka vydává měsíčník místní organizace Svazu důchodců a je členkou rady seniorů města Prachatic. Je zakladatelkou pravidelné seniorské olympiády, získala titul Dobrovolník města Prachatic. Je dopisovatelkou a přispěvatelkou Deníku Prachaticka a internetových novin Prachatic.eu.

Jiří Soukup: sportovec, publicista a přítel výtvarného umění. V současné době je nejstarším maratóncem v ČR a veteránským rekordmanem ve skoku vysokém. V posledních letech dosahuje řady předních umístění v rámci kraje, na mistrovství ČR, Evropy i světa. Je také kurátorem královehradecké Galerie na mostě a spolupracuje při organizování výtvarného života v Hradci Králové. Jako velký úspěch vnímá hlavní roli v německém filmu Herbstgold - Na stupních vítězů, který sleduje přípravu pěti atletů z pěti evropských zemí na 18. seniorské mistrovství světa v atletice v Lahti.

František Vacek: v současné době působí v klubu Oldskautů v Polné a je zástupcem vedoucího kmene dospělých skautů. Již řadu let se podílí na kulturním rozvoji města. V posledních letech např. akce Po stopách krále Jiřího z Poděbrad s historickým výkladem a divadelním výstupem, čertovská nadílka v DDM, strojení stromku v Březině. Podílí se na přípravě a průběhu junáckého bálu, posezení oldskautů a přátel s pohoštěním a hudbou. Již mnoho let připravuje akce Vítání úplňku na Ochozi s tábořením, Olympiádu v neolympijských disciplínách, Setkání posázavských hastrmanů a táborové ohně. Píše divadelní hry pro místní divadelní spolek, vytváří i kulisy. Je hlavním tvůrcem Polenského betlému v životní velikosti. Jako řezbář a grafik reprezentuje město Polná v ČR i v zahraničí na mnoha výstavách.

Miroslav Jiskra: patří k prvním seniorům, kteří začali aktivně působit v komunitním centru Prádelna. Byl zde iniciátorem vytvoření herny stolního tenisu pro seniory, osobně obstaral potřebné vybavení, stal se stálým hráčem i nadšeným organizátorem neformálních turnajů, trénuje nejen seniory ale i děti. Pomáhá také při zajišťování akcí pro širokou veřejnost, vždy je ochoten pomoci i když sám vlastní průkaz ZTP. Podle názoru vedoucí odboru sociální problematiky Prahy 5, paní PhDr. Volechové, je jedním ze seniorů, kteří dokazují, že senioři jsou aktivní, jsou schopni předávat velmi cenné životní zkušenosti a bojovat s předsudky stáří.

2. KATEGORIE KLUBŮ DŮCHODCŮ



Komunitní centrum Prádelna Praha 5, laureát ceny Senior roku

Klub vznikl spontánně ze skupinky seniorů, kteří se původně scházeli na kurzech práce s počítačem, a postupně se okruh aktivních seniorů rozrůstal zejména díky podpoře projektu SENzační SENioři. Tato podpora umožnila rozšířit pestrost a četnost nabídky aktivit. V současné době nabízí: pravidelné kurzy PC, internetovou kavárnu jako místo setkávání a poradnu s digitální technikou, zdravotní gymnastiku, dva seniorské taneční soubory, zpívání s harmonikou, stolní tenis. Kromě pravidelných aktivit se senioři zúčastňují letních poznávacích výletů mimo Prahu, výtvarných dílen, fotografických a vzdělávacích seminářů, společenských večerů, koncertů. Senioři sami aktivně spoluvytvářejí programy pro sebe a podílejí se na přípravě akcí pro veřejnost. Zde všude se setkávají s odlišnými skupinami a dochází ke vzájemnému propojování. Senioři z KC Prádelna jsou výrazné, aktivní a zvědavé osobnosti, pro které věk není limitujícím faktorem, ale příležitostí uplatnit získané životní zkušenosti, dále se vzdělávat a zajímat o dění kolem sebe.

Vzhledem ke stejnému počtu bodů porota udělila tři druhá místa a neudělovala místo třetí.

Babinec z Mladkova

Babinec byl prvním klubem SENSEN, který vznikl v tak malé vesnici jako je Mladkov nedaleko Ústí nad Orlicí. Tvoří ho převážně členky Červeného kříže. S podporou projektu SENzační SENioři uspořádal kurzy práce na počítači a užívání internetu pro seniory a občany z vesnice a pro velký zájem se kurz opakuje. Pořádají přednášky, zajišťují zdravotní službu na hasičských a sportovních soutěžích, organizují sbírky oblečení, knih a hraček pro diakonii Broumov. Nacvičují taneční vystoupení, se kterými vystupují na společenských akcích, klub vystoupil také na 1. ročníku Festivalu Senzačních seniorů.

Fresh senior klub

Klub připravuje v Písecké bráně na Praze 6 pro seniory rozmanité, kvalitní a profesionální programy, které jim přinášejí zábavu, radost a poučení. Pravidelné akce se konají každé úterý a navštěvuje je vždy 50 - 70 seniorů. Klub se v rámci projektu SENzační SENioři, jehož je součástí, významně podílel na realizaci 1. ročníku Fresh senior festivalu Senzačních seniorů, který se setkal s velkým ohlasem, realizuje tématické přednášky v Městské knihovně.



Čteme s babičkou a dědečkem

Již 8 let chodí do Základní školy profesora Zdeňka Matějčka v Mostě osm babiček a dva dědečkové, kteří se setkávají nad knihou s jednotlivými žáky. Nejen, že společně čtou, ale dětem i předčítají, baví se o obsahu knih a také o ilustracích. Pro žáky je tato hodina nesmírně důležitá a velmi je baví. Svým způsobem senioři suplují absenci citové výchovy v rodinách. I senioři jsou ze spolupráce s naší školou nadšeni. Mají radost z práce s dětmi, z jejich pokroků, mohou pomoci a dozvídají se mnoho nového. Korunou jejich práce je letošní nafocení profesionálního kalendáře, kde v roli pohádkových postav charakterizují jednotlivé měsíce. Klub se na podzim roku 2013 zapojil do projektu SENzační SENioři.

Přestože se „naši“ senioři neumístili, poděkování a gratulace patří všem oceněným ale i všem ostatním přítomným seniorům z celé České republiky. Akce ukázala široké veřejnosti, že senioři dokáží být aktivní, zkušení a moudří a poukázala na celou řadu aktivit, které senioři provozují.

*Helena Houšková
kulturně výchovná pracovnice*

Správné odpovědi - kvíz ze strany č. 7	
Číslo otázky	Správná odpověď
1	b) Václav III.
2	Zámek Konopiště
3	Ludvík Svoboda
4	10 až 12 let, levé oko
5	a) 7. března 1850 v Hodoníně, Rakousku-Uhersku

Příspěvky do příštího vydání Harmonie třetího věku č. 59 zasílejte do dne 2. dubna 2014.

HARMONIE TŘETÍHO VĚKU

Čtvrtletník seniorů 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 Nermuťová, DiS., sekretariát MSSS v Mostě - p. o.