



HARMONIE TŘETÍHO VĚKU

Časopis Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace
90. vydání / prosinec 2023

POHODOVÉ VÁNOCE A ŠŤASTNÝ NOVÝ ROK 2024



**MONS. JAN BAXANT, BISKUP LITOMĚŘICKÝ:
BLÍŽÍ SE VÁNOCE A TO JSOU SVÁTKY LÁSKY,
NIKOLIV SEBELÁSKY A SOBECTVÍ**

**ELEKTROMOBILITA U MSSS V MOSTĚ – P. O.
PODPŮRNÁ SKUPINA PRO „ZOUFALÉ“ RODIČE**

**PODÁME RUKU VŠEM,
KTERÍ NÁS POTŘEBUJÍ**

WWW.MSSS-MOST.CZ

 MSSSVMOSTE



MSSS

Městská správa sociálních služeb
v Mostě - příspěvková organizace

JAN BAXANT, BISKUP LITOMĚŘICKÝ BLÍŽÍ SE VÁNOCE A TO JSOU SVÁTKY LÁSKY, NIKOLIV SEBELÁSKY A SOBECTVÍ

Vážení a milí přátelé,
osobně se sice neznáme, ale já vím o Vás a Vy, předpokládám, víte o mně. Vy prostřednictvím časopisu Zdislava, který díky panu řediteli Trojnovi budete dostávat do každého zařízení pro seniory, a já zase díky časopisu Harmonie, pojednávajícím o Vaší společnosti. Už nyní se dozvídám, jak vypadá Váš život, co prožíváte za radosti i strasti, čemu se věnujete i ve svém stáří nebo ve stavu nemoci, kdo o Vás pečuje apod.

Jsem rád, že mám příležitost Vás alespoň takto oslovit a na dálku s Vámi se všemi komunikovat. Jsem již člověkem staršího věku a vím dobře, co znamená lidská blízkost, přátelství, soucítění, ale i bolest a trápení.

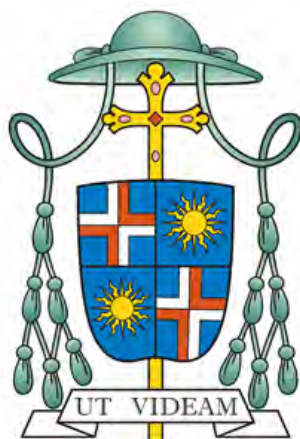
Nejsme však na tomto světě proto, abychom si vyhledávali sami jen své radosti a připomínali si své zármutky. Pozemský život, lidskou existenci jsme od Boha

a svých rodičů přijali, abychom žili pro druhé, sledovali jejich dobro, pomáhali i jeden druhému a nekazili svou případnou nerudností šťastné chvíle svých bližních. Přejme druhým dobro.

Blíží se Vánoce a to jsou svátky lásky, nikoliv sebelásky a sobectví. Kristus se narodil kvůli nám a pro nás. Prostě, chce být naším blízkým příbuzným. Je ochoten vždy pomoci komukoliv, když budeme o to stát.

Jak rád bych Vám všem osobně popřál požehnané vánoční svátky. Činím to tímto způsobem: písemným pozdravem, avšak upřímně.

Prosím, prožijte letošní Vánoce radostně, ale pamatujte i na ty mnohé naše bližní ve světě, kteří kvůli válce a nepřátelství svátky pokoje slavit nemohou.



Mons. Jan Baxant
biskup litoměřický

Za vydavatele časopisu (zdroj: www.dltm.cz):

Diecézní biskup

Mons. Mgr. Jan Baxant

20. biskup litoměřický

Narodil se 8. 10. 1948 v Karlových Varech. Pochází ze šesti sourozenců, bratr Pavel je rovněž kněz, sestra Marie vede Bohu zasvěcený život. Po maturitě na Střední průmyslové škole zeměměřické v Praze byl přijat na Cyriometodějskou bohosloveckou fakultu v Praze se sídlem v Litoměřicích. Po ukončení studia přijal kněžské svěcení 23. 6. 1973 v Praze z rukou Mons. Františka Tomáška.

Biskupství litoměřické je součástí Římskokatolické církve. Bylo založeno roku 1655 papežem Alexandrem VII. a je institucí s mnohaletou tradicí. Římskokatolickou církev tvoří místní církve neboli diecéze. Diecéze je přesně vymezené území, kde žijí katoličtí křesťané. Litoměřická diecéze se rozkládá na 9 393 km², žije v ní téměř sto šedesát tisíc římskokatolických věřících a na jejím území se nachází 1 243 sakrálních staveb (kostelů a kaplí).



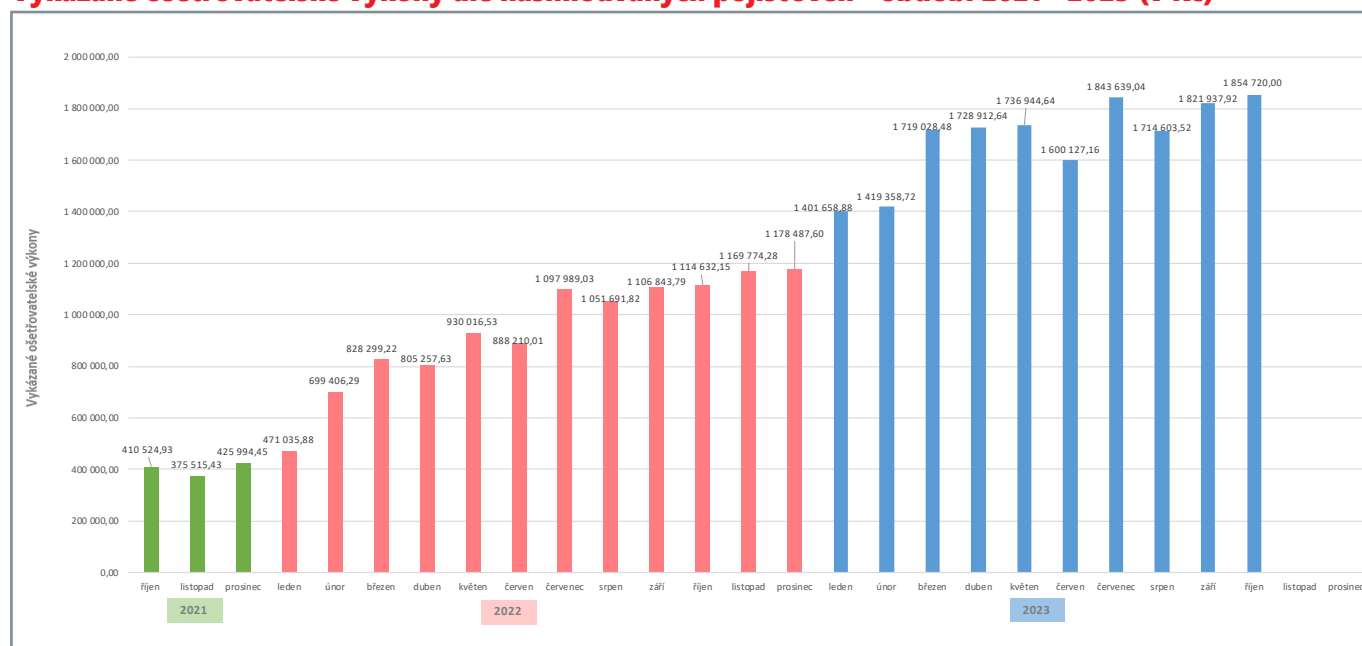
SMEKÁM PŘED NASAZENÍM TÝMU MSSS V MOSTĚ – P. O.

Dovolte mi hned v úvodu ocenit mé spolupracovnice a spolupracovníky za jejich obrovské nasazení v průběhu posledních dvou let, a to konkrétně v oblasti získávání finančních zdrojů za ošetrovatelskou péči.

Od roku 2021 se nám v této oblasti podařilo dostat na kontinuální vysokou úroveň, každý měsíc roku 2023 převyšující 1,3 mil. Kč.

Bez získaných zdrojů bychom nedokázali plnit naše strategické personální cíle – zajištění spravedlivého (a čím dál lepšího) odměňování, budování dobrých vztahů a vytváření dobrých pracovních podmínek.

Vykázané ošetrovatelské výkony dle nasmlouvaných pojišťoven - období 2021 - 2023 (v Kč)



Získané zdroje nám v průběhu minulých dvou let umožnily mj. posílit personální stavy o 34 nových tabulkových míst, většinou bez nároku na navýšení příspěvku od zřizovatele – statutárního města Most.

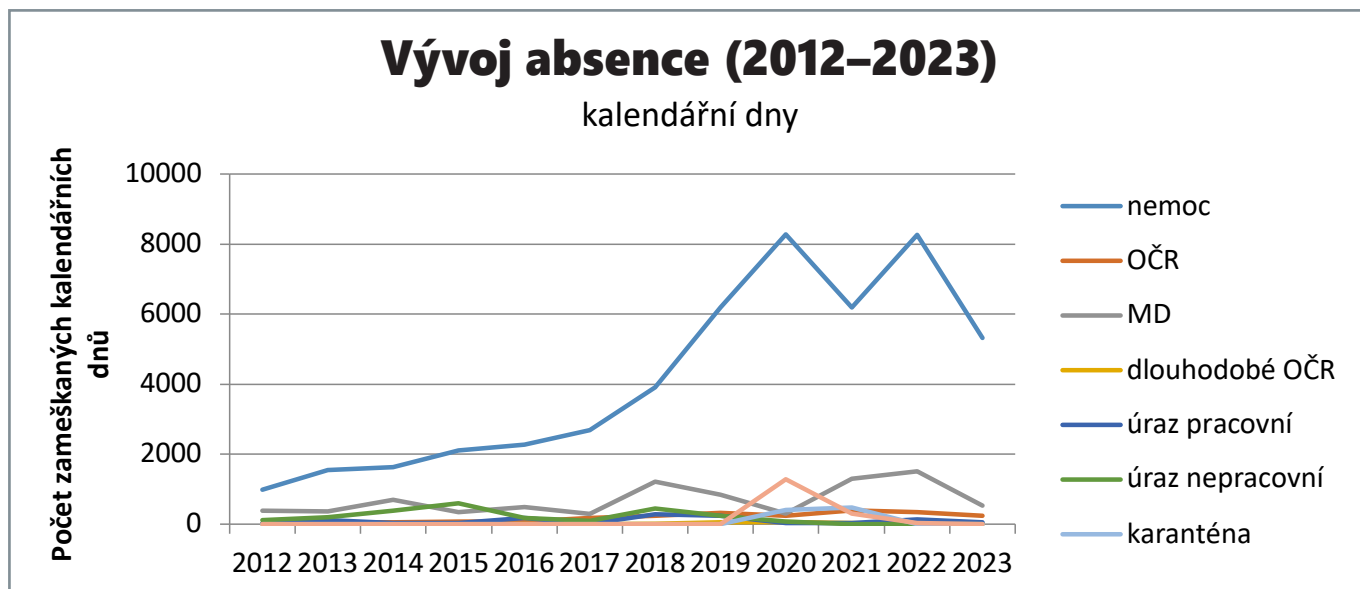
Tabulka nárůstu počtu zaměstnanců organizace v období 4/2021 – 8/2023

funkce	RmM 14. 4. 2021		RmM 14. 10. 2021		RmM 2. 2. 2023		RmM 21. 8. 2023		Celkem
pracovník v soc. službách	0		12	Barvířská	8	Barvířská	0		20
zdravotní sestra	1	Barvířská	0		4	Barvířská	0		5
fyzioterapeut	0		0		2	Barvířská	1	Dvořáka	3
ergoterapeut	0		0		2	Barvířská	1	Barvířská	3
pracovník IT	0		0		0		1	Ředitelství	1
manažer bezpečnosti a správy budov	0		0		1	Ředitelství	0		1
vedoucí zařízení č. 7	0		0		0		1	Komořanská	1
Celkem	1		12		17		4		34
Stav 7/2021	278								
Stav 9/2023	312								

SMEKÁM PŘED NASAZENÍM TÝMU MSSS V MOSTĚ – P. O.

Navýšení počtu personálu přineslo svůj pozitivní efekt i v oblasti Age managementu (oblast personalistiky zohledňující věk zaměstnanců), kdy jsme začali pracovat na minimalizaci negativních faktorů spojených se stárnutím pečovatelů. S počtem dní nemocenské jsme se vrátili do stavu roku 2018, což je svým způsobem – dílčí – úspěch.

Graf vývoje nemocenské u organizace od roku 2012



Dovolte mi v tomto posledním vydání časopisu Harmonie v letošním roce popřát všem pevné zdraví a štěstí do nového roku 2024.

Naše organizace si je vědoma svého poslání a odpovědnosti vůči zřizovateli i všem ostatním, především ovšem uživatelům našich služeb.

*S pozdravem **Luboš Trojna**, ředitel MSSS v Mostě – p. o.*

PŘEJEME VÁM ŠTASTNÉ A POHODOVÉ VÁNOČNÍ SVÁTKY, PEVNÉ ZDRAVÍ, ŠTĚSTÍ A LÁSKU.
PŘEJEME VÁM VŠECHNO NEJLEPŠÍ DO ROKU

2024

TEN JSME NAZVALI ROKEM ROZVOJE PÉČE O NEFORMÁLNÍHO PEČOVATELE.
PODÁME RUKU VŠEM, KTEŘÍ NÁS POTŘEBUJÍ!

POKRAČUJEME VE ZLEPŠOVÁNÍ PODMÍNEK K PRÁCI PRO NAŠE ZDRAVOTNÍ SESTRY, SOCIÁLNÍ PRACOVNICE, PEČOVATELKY, FYZIO A ERGOTERAPEUTKY, AKTIVIZAČNÍ PRACOVNICE, PRADLENKY, KUCHARKY, UKLÍZEČKY A DALŠÍ PROFESE NEZBYTNÉ K VÝKONU NAŠÍ PRÁCE

Malování chodeb v DpS A. Dvořáka, generální rekonstrukce bytových jednotek a nová venkovní pergola tamtéž, úprava ploch a umístění cvičebních prvků v DpS J. Wolker, výměna oplocení u PpS Ke Koupališti a PpS Albrechtická, nový asfaltový povrch před PpS Komořanská a nový altán a lavičky na zahradě tamtéž, nové rehabilitační podložky pro stacionář v jesličkách ve F. Malíka, posílení týmu canisterapeutů v DpS Harmonie, generální

rekonstrukce dalších pracoven pro pečovatelky a zdravotní sestry tamtéž a mnoho a mnoho dalšího jsme dokázali společnými silami a za podpory zřizovatele.

Děkuji ekonomickému a technickému úseku a managementu MSSS v Mostě – p. o.

A děkuji i mužskému elementu, protože máme i sociální PRACOVNÍKY, PEČOVATELE, FYZIOTERAPEUTY, KUCHARĚ :)

Ing. Luboš Trojna, ředitel MSSS v Mostě – p. o.



Setkání primátora s uživateli



Denní místnost pečovatelek 2. stanice



Kuchyňka 4. stanice pro pečovatelky i sestry



Kuchyňka pro aktivizaci uživatelů ve 12. patře

DOMOV PRO SENIORY HARMONIE PŘIVÍTAL NÁVŠTĚVU ŽÁKŮ 9. B Z 11. ZÁKLADNÍ ŠKOLY, MOST, OBRÁNCŮ MÍRU

Přebíráme tiskovou zprávu 11. ZŠ Most:

Dne 17. 10. 2023 žáci třídy 9. B navštívili seniory v domově Harmonie. A aby na návštěvu nepřišli s prázdnou, přinesli s sebou pítka z keramiky, která v loňském roce vyrobili při výuce. Po úvodním přivítání panem ředitelem Lubošem Trojnou, který nám vysvětlil, proč naše pítka potřebují (budují na zahradě penzionu „ptačí ráj“), jsme pítka zavěsili na stromy. Pak jsme přešli do sálu penzionu, kde jsme s přítomnými seniory společně strávili část odpoledne.



Zážitky z této akce popsali devátáci níže:

Dne 17. 10. 2023 jsme navštívili MSSS Harmonie, dříve Astra. Přišli jsme tam nainstalovat na zahradu pítka pro ptáky, abychom zpříjemnili prostředí seniorům, kteří v domově bydlí. Následně jsme se přesunuli do sálu, kde na nás čekali dědečkové a babičky. Hráli jsme s nimi různé hry, povídali jsme si s nimi, zpříjemnili jsme jim jedno odpoledne. Moc se nám tam líbilo, byli jsme rádi, že jsme někomu udělali radost svou přítomností. Bylo to moc příjemné.

Lucie Schullerová

Odpoledne strávené v Harmonii se mi líbilo. Nejdříve jsme instalovali pítka pro ptáky a potom jsme se přesunuli do společenské místnosti, kde Jára Kožíšek odprezentoval svou prezentaci o hokeji. Následně jsme si sedli do skupinek podle stolů a začali jsme hrát různé společenské hry spolu s dědečky a babičkami. Hezky jsme si popovídali, zazpívali a všichni jsme si to hezky užili.

Dominika Křížová

Do Harmonie jsme šli nainstalovat pítka pro ptáky a pak jsme strávili hodinu hraním her a povídáním. Jsem ráda, že jsme seniorům udělali radost tím, že jsme přišli a strávili s nimi čas.

Petra Pausová

Mně se exkurze moc líbila. Bylo to pro mě něco nového. Měli jsme jedinečnou možnost se podívat jak si staří lidé, kteří často nemají nikoho, kdo by se o ně staral. Bylo to pro mě takové emocionální. Uvědomila jsem si, že nikdo nevíme, jak na tom budeme v tomto věku a připadalo mi to docela smutné. Představa, že kvůli zdravotnímu stavu už nemůžete žít stejný život je otřesná. Co se týče lidí v těchto domech, všichni byli moc hodní a bylo vidět, že naše návštěva jim opravdu udělala radost.

Tereza Kastnerová

Líbilo se mi, protože to tam měli hezky zařízené, naučil jsem se novou hru a lidé tam byli moc milí. Na konci mi bylo líto, jak byli smutní, že musíme odejít.

Jakub Vysoudil



Já jsem si to užila moc. Bylo to příjemné, povídali jsme si spolu s lidmi, kteří v domově žijí, hráli jsme Člověče nezlob se. Určitě si myslím, že to byl dobrý nápad to udělat a ráda bych to zopakovala podruhé, jen na delší dobu.

Nela Kučerová



NELZE NEKOMUNIKOVAT. ALE UMÍME TO – NAVENEK I DOVNITŘ?

ČTVRTLETNÍK UŽIVATELŮ číslo 2 / říjen 2023

POSTŘEHY

VELKÉ PÍSMO
SNADNÉ ČTENÍ

STR. 2 | KRMENÍ PTÁKŮ
STR. 3 | MEZINÁRODNÍ DEN SENIORŮ
STR. 4 | SENIORSKÁ ŠLÁPOTA

„Buďte k nám shovívaví, protože se tento časopis učíme tvořit.“



Městská správa sociálních služeb
v Mostě – příspěvková organizace



Podáme ruku všem,
kteří nás potřebují.

Příští číslo plánujeme vydat v lednu 2024

Za nás můžeme směle deklarovat, že se o to cíleně snažíme.

V prvním čtvrtletí roku jsme úspěšně dokončili realizaci a spuštění nového webu www.msss-most.cz. Spuštění webu proběhlo díky kvalitní přípravě zadávací dokumentace a promptní komunikaci se zhotovitelem hladce a během roku se průběžně pracovalo na jeho dalším ladění a vylepšování. Funkčnost webu je neustále zkoušena a testována a během roku bylo proti startovní verzi realizováno několik potřebných vylepšení a přizpůsobení. V roce 2023 se nám podařilo v internetovém životě organizace lépe provázat platformy webu a profilu na Facebooku, které se vzájemně doplňují v příjemné a vstřícné prezentaci kvality poskytovaných služeb, aktivizačních činností a náhledu do života v našich zařízeních. Toto je důležitý prvek a součást péče nejen o klienty, ale právě i o jejich rodiny a v neposlední řadě také naše zaměstnance.

Letošní dosah všech příspěvků k datu 13. listopadu 2023 narostl o 26,6 % na celkových 44 310 zobrazení a náš facebookový profil letos zaznamenal celkových 35 239 návštěv, což je o 91,1 % více než loni.

Téměř 2/3 našich pravidelných sledujících jsou z Mostu. Celkový stav pravidelných odběratelů našeho profilu je 1 259.

V oblasti komunikace dále pokračujeme například v pravidelných měsíčních schůzkách se zřizovatelem, kde se vzájemně informujeme o všech relevantních krocích, realizujeme pravidelné porady se zaměstnanci, pokračují pravidelné schůzky s místní odborovou organizací, vydáváme čtvrtletní časopis HARMONIE, vydali jsme POSTŘEHY SENIORŮ – viz obrázek, naše webové stránky prošly za využití stávajícího grafického manuálu redesignem, stal se nově i responzivním – tzn. přístupným i z mobilního telefonu, aktivně jsme se zúčastnili akce Říjen pro neziskovky 2023, realizovali jsme výstavu výrobků seniorů v prostorách Magistrátu města Mostu, na vánočních trzích budeme prodávat výrobky zhotovené našimi uživateli. Zúčastnili jsme se po druhé soutěže Cena hejtmana za společenskou odpovědnost za rok 2022.



**HARMONIE
TŘETÍHO VĚKU**

Časopis Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace
87. vydání / září 2022

PODÁME
RUKU VŠEM,
KTEŘÍ
NÁS
POTŘEBUJÍ

SLOVO ŘEDITELE
DOMOVY PRO SENIORY
PENZIONY PRO SENIORY
OSTATNÍ SLUŽBY

MIMOŘÁDNÉ VYDÁNÍ
S PŘEHLEDEM VŠECH SLUŽEB
POSKYTOVANÝCH
MSSS V MOSTĚ – P. O.

 MSSS

Městská správa sociálních služeb
v Mostě – příspěvková organizace

HARMONIE TŘETÍHO VĚKU

DOMOV PRO SENIORY, DOMOV SE ZVLÁŠTNÍM REŽIMEM, DENNÍ STACIONÁŘ PRO SENIORY A HANDICAPOVANÉ OBČANY, DOMOV PRO OSOBY SE ZDRAVOTNÍM POSTIŽENÍM

zařízení č. 1 – ul. Barvířská 495

Ing. Jitka Vlasáková, vedoucí zařízení

*„Následuj své sny, změň svůj život.“
(Paulo Coelho)*

Na začátku byl sen. Sen o tom, co ještě bychom mohli udělat, aby život v našich domovech byl příjemnější, aby lidé, kteří zde žijí, měli své dny ještě o něco pestřejší, aby pohyb byl jednodušší a péče co nejkomfortnější. Ten sen jsme následovali a postupně měnili ve skutečnost. Posuďte sami, jak se nám to povedlo... Máme nová laterální lůžka. Jedno z nich splnilo mimo jiné sen o trvalém výhledu z okna při upoutání na lůžko.

Laterální lůžko:

Lůžka s laterálním náklonem poskytují významnou pomoc nemocným, kteří jsou dlouhodobě či trvale připoutáni k lůžku. Svalová slabost všeobecně tyto pacienty ohrožuje a může vést k respiračním onemocněním a vzniku dekubitů. Důležitou roli hraje i pocit větší soběstačnosti pacientů, kteří s laterálním náklonem zvládnou lépe spolupracovat s personálem, což má značný a nezanedbatelný dopad na jejich psychický stav. Moderní lůžka s funkcí laterálního náklonu usnadňují život nejen pacientům, ale i lidem, kteří o ně pečují.



Zdroj: Laterální náklon jako malý zázrak moderního zdravotnictví (číslo 7 - 8 / 2016) | Archiv | Odborné články | FLORENCE - Odborný časopis pro ošetrovatelství a ostatní zdravotnické profese

Pro větší komfort při provádění osobní hygieny u osob, u nichž je přeprava z lůžka do koupelny složitá a náročná,

nám slouží mobilní sprchový systém. Ten umožňuje provést komplexní hygienu na lůžku.

Mobilní sprchový systém:



Sprchový systém je mobilní a kompaktní hygienické zařízení. S tímto zařízením poskytnete každodenní hygienu přímo na lůžku nepohyblivým pacientům, u nichž je z různých důvodů kontraindikován přesun do koupelny. Systém obsahuje zásobník vody s ohřevem, sprchu, odsávání použité vody a speciální nepromokavé prostěradlo. Zdroj: Reval RUBY - Mobilní sprchovací systém (zdravotnickydum.cz)

Ke cvičení, posílení, sportování nám slouží v rámci fyzioterapie nový přístroj pro aktivní/pasivní cvičení dolních, nebo horních končetin. Máme více fyzioterapeutů, tak nás může cvičit také více.



Jedná se o elektronicky řízený trenažér s plně digitálním displejem. Pasivní režim je proveden elektricky poháněným pohybem s regulovanými rychlostmi a zátěží, pro cvičení končetin, které jsou omezené nebo mají ochablé svalstvo. Aktivní režim umožňuje široký rozsah cvičení, buď závislé na zatížení, kde úroveň odporu nezávisí na rychlosti pedálu, nebo isokinetické, kde se odpor zvyšuje úměrně s rychlostí pedálu.

Zdroj: APT1/APT5 Active/pasive trainer - Fysiomed CS



K uvolnění a relaxaci nám potom přijde vhod masážní křeslo, **taktéž využívané v rámci fyzioterapie.**

Disponujeme též novými polohovacími křesly. Dají se skvěle využít pro snadný a bezpečný transport imobilních osob (bezpečnostní pás), které již z důvodu zdravotního stavu není možné přepravovat pomocí standardních vozíků (neudrží polohu v sedu). Křeslo nabízí celou řadu funkcí, které významně zvyšují komfort uživatele i ošetřujícího personálu a napomáhá k tomu, aby mohli senioři trávit čas i mimo lůžko či pokoj pohodlně a bezpečně, čímž přispívá k aktivnějšímu trávení času během dne. Díky těmto křeslům jsme si mohli užít například vystoupení Jitky Zelenkové anebo zábavu v podobě projektu „Čtení proti šedivění“.

Snili jsme o tom, že pojedeme na výlet, přestože jsme imobilní, a tento sen se nám zdál..., zdál se nedosažitelným. Díky našim „sestřičkám“ jsme si ten sen mohli splnit. Podívali jsme se do Lesoparku v Chomutově, podzimní den si užili ve společnosti zvířat, navštívili „medúzarium“



a projeli se vláčkem. Ten výlet se ze snu změnil v nezapomenutelný zážitek.

Přeji i Vám hodně úspěchů při následování Vašich snů! ♥



HARMONIE TŘETÍHO VĚKU

DOMOV PRO SENIORY, DENNÍ STACIONÁŘ PRO MENTÁLNĚ POSTIŽENÉ KLIENTY, PŘÍPADNĚ KOMBINOVANĚ HANDICAPOVANÉ OBČANY S UKONČENOU ŠKOLNÍ DOCHÁZKOU

zařízení č. 2 – ul. Jiřího Wolkera 404

Mgr. Lenka Makovcová, DiS., vedoucí zařízení

„Každý domov má svá vítězství“.

Léto obecně lákalo k prožití mnoha zážitků. Tyto zážitky byly v mnohém podtrženy úspěchem našich seniorů v různých soutěžích.

Od začátku sezóny jsme plnými doušky využívali prostory naší zahrady. Grilovali jsme, pořádali jsme kavárničky a soutěžní odpoledne pod širým nebem, chodili jsme do zahrady cvičit. Prostě jsme léto prožívali na plno. Jedním z velkých okamžiků, který prožily naše tři seniorky, bylo umístění na 2. místě na Letním setkání seniorů. V září naši senioři zažili, jak říkají, jednu z nejhezčích Šlápůt všech dob. Již tradičně probíhala na Ressleru, k tanci a poslechu hrála hudba a senioři si kromě pohybu užili i buřtíků, které ke Šlápůtě tradičně patří. Prostě pohodička.



V říjnu se v našem zařízení pořádala turnaj v curlingu a družstvu našich seniorů se podařilo zvítězit. Ještě týž den získaly naše seniorky kuchařinky 1. místo v soutěži o nejlepší jednohubky v mostecké knihovně. Vyhrály s originálními jednohubkami tvořenými z tortil s pikantní nádivkou a křupavým salátkem.

Jednou takovou výhrou pro nás všechny, zaměstnance i uživatele, je právě probíhající budování nové centrální koupelny. Bude vypadat důstojně a bude vybavena moderními technologiemi, které usnadní manipulaci s imobilními uživateli. Bude umístěna ve druhém patře našeho domova a všichni, kdo ji potřebují, se na ni moc těší. Dále u nás v zařízení probíhá rekonstrukce sociálních zařízení tří bytových jednotek, vzniknou tak pěkné bezbariérové koupelny a WC, které pomohou k lepší sebeobsluze uživatelů a díky tomu se udrží déle méně závislí na pomoci druhých.

Na Wolkeroince to prostě jede.

Mgr. Lenka Makovcová



DOMOV PRO SENIORY

zařízení č. 3 – ul. Antonína Dvořáka 2166
Bc. Venuše Zaspalová, vedoucí zařízení

Za uplynulé období jsme i v našem domově pro seniory zaznamenali spousty událostí, které rozhodně ovlivnily život našich seniorů.

V srpnu byla zahájena velká rekonstrukce dalších bytových jednotek. Ze strany uživatelů i zaměstnanců byla potřeba velká míra pochopení a tolerance s realizací stavebních úprav, a s tím zvýšenou prašností a hlučností. Výsledkem jsou však čtyři krásné a účelné bytovky, které nám budou sloužit pro poskytování kvalitní péče zejména hůře mobilním uživatelům. Zájem o umístění v těchto bytovkách projevili již tři stávající uživatelé a k jejich přestěhování dojde po dokončení rekonstrukce pravděpodobně ještě před Vánocemi. Zbývající bytovku obsadíme z řad



zájemců, kteří jsou v evidenci žadatelů o naši službu. Život v našem domově ubíhal ve znamení spousty důležitých a záživných aktivit, které rozhodně vylepší pobyt v našem domově pro seniory. Kromě akcí pořádaných mateřskou organizací MSSS v Mostě, jako bylo Letní setkání seniorů na hipodromu a Seniorská šlápotá na Ressleru či turnaj v curlingu, probíhaly i aktivity přímo v našem zařízení. Při tradiční oslavě léta na Zahradní slavnosti s podtitulem „I ty se staň hvězdou“ byl překvapením odpoledne student 2. ročníku teplické konzervatoře Matouš Linda, který v doprovodu kytary zazpíval známé písničky z pohádek a filmů. Tematicky zaměřená disciplína, filmový a hudební kvíz a fotokoutek, skládily pozitivní hodnocení od všech uživatelů. Oblíbená canisterapie přinesla radost a potěšení při hraní a mazlení se s pejsky, při kterém byli uživatelé nenásilnou formou vtaženi do nácviku jemné motoriky. Dne 7. listopadu jsme na zahradě našeho zařízení uspořádali Vzpomínkový pietní akt spojený s uctěním Památky zesnulých, kdy jsme si zapálením svíčky tento svátek důstojně připomenuli. V tomto měsíci proběhl na zařízení i tradiční turnaj v bingu, kdy zveme do našeho zařízení i klienty z dalších našich domovů pro



seniory MSSS v Mostě a naši uživatelé mají možnost se potkat, popovídat a pobavit se v příjemné atmosféře. Další událostí pro pokojný život v našem zařízení byla akce, která se sice neprojevila žádným omezením poskytovaných služeb našim klientům, přesto je velice důležitá pro kvalitní a bezpečnou službu. Jednalo se o cvičný požární poplach v rovině teoretické simulace požáru. Při simulaci došlo k zahoření v bytové jednotce a na personálu bylo, aby dokonale popsal a stanovil kroky, které povedou k úspěšnému zvládnutí nouzové a havarijní situace a zvládnutí všech následků. Lze jednoznačně zhodnotit, že personál, alespoň v této rovině simulace, vše zvládl na jedničku. Poučením z celé akce nakonec je např. nutnost lehké úpravy samotného Požárního evakuačního řádu zařízení, kdy je potřeba do něj zahrnout informaci o použití evakuačního výtahu. Závěrem lze říci, že smyslem naší služby není jenom poskytování služby kvalitní, ale i dokonale bezpečné.

Bc. Venuše Zaspalová



HARMONIE TŘETÍHO VĚKU

PENZION PRO SENIORY

zařízení č. 4 – ul. Ke Koupališti 1180 a ul. Albrechtická 1074

Mgr. Veronika Jakubcová, vedoucí zařízení

„Letní čas v penzionu Albechtická“.

V penzionu pro seniory v Albrechtické ulici se léto neslo v duchu rozkvetlých zahrádek a voňavého praskání ohně u táboráků. Senioři se scházeli na pravidelných kavárničkách v atriu pod širým nebem a užívali si sluníčka. Během léta několik seniorů odjelo na chaty a zahrádky, kde tráví čas i mimo penzion. Většina z nich však nemá takové možnosti a zapojují se do akcí penzionu. Jednou z těch větších akcí byla začátkem září Seniorská šlápota,



kteřá probíhá každoročně v lesích nad Mostem. Jedná se o oblíbenou akci spojenou s pečením buřtíků a poslechem hudby. Výletem do Zooparku Chomutov byl příjemně zahájen měsíc září. Zářijové radovánky pokračovaly Václavskou zábavou s tombolou, která zlomila rekord v účasti seniorů. Začátkem října nás navštívilo divadlo Ve tři, které nás potěšilo poučným programem a zakončilo tak i den otevřených dveří. Koncem října nás navštívila MŠ Albrechtická a pomáhala nám s dlabáním dýní, které každý večer svítí před vchodem penzionu.



V podzimním období začínají probíhat technické úpravy penzionu. Město Most zajišťuje rekonstrukci oplocení, která nám pomůže vyřešit problémy s výskytem kanců, a během listopadu dojde k výměně kuchyňských linek v osmnácti bytových jednotkách. V neposlední řadě proběhne výměna měřáků na teplo a vodu. Nemohu však zapomenout na práci našich zaměstnanců, kteří nám penzion udržují v čistotě a těší naše obyvatele vkusnou výzdobou a kvetoucími truhlíky v atriu.



DENNÍ DĚTSKÝ REHABILITAČNÍ STACIONÁŘ A STŘEDISKO DENNÍ PÉČE O DĚTI DO TŘÍ LET VĚKU

zařízení č. 5 – ul. Františka Malíka 973

Bc. Denisa Benešová, DiS., vedoucí zařízení



S příchodem nového školního roku jsme v našich jesličkách přivítali nové kamarády. Měsíc září se pro nás tedy nesl v duchu seznamování se a objevování. Díky úžasné spolupráci rodičů, pečujících tet, ale i dětí jsme adaptaci společně zvládli na výbornou a mohli jsme si tak začít užívat plnými doušky další rok naplněný zábavou spolu s dětmi ze stacionáře.

A protože novinek není nikdy dost, tak nejen že jsme v jesličkách přivítali nové kamarády, ale na zahradě našeho zařízení pro ně přibýlo krásné dětské hřiště s pískovištěm, které jsme získali z participativního rozpočtování Hejbní Mostem. Zahrada je pro naše nejmenší děti a děti ze stacionáře bezpečným místem, kde si mohou venku užívat volnou hru, objevovat a zkoumat svět okolo nás, proto je zapotřebí, aby zde měly vytvořené kompletní zázemí s vhodnými herními prvky, které dětem budou přínosem například v rozvoji jemné či hrubé motoriky, představivosti, fantazie apod. Hřiště spolu s pískovištěm dětem slouží nejen po rozvojové stránce, ale zároveň je činí šťastnými a o dětskou radost a smích usilujeme u nás v Malíkovce především.



Podzimní období jsme si společně s dětmi zpestřili vycházkami po okolí například na Benedikt, hraním si na zahrádce, ale také tvořením. Naši malí umělci si malování vodovkami, temperami i pastelkami či různé lepení listů nebo samolepek vždy náramně užívali a jejich díla by leckdy mohla konkurovat dílům známých umělců.

Ve stacionáři i v jesličkách se zkrátka pořád něco děje, a tak jsme ani v říjnu nezahléleli a všichni jsme se převlékli



do halloweenkých kostýmů, abychom si společně užili akci s názvem Dýňování. Dlabali i malovali jsme dýně, tančili v kostýmech a prožili jsme spolu nádherný den. Děti společně s tetami již pilně trénují na mikulášskou besídku, to budete koukat, jak jim to, panečku, jde! Ale to až v příštím čísle Harmonie.



PENZION PRO SENIORY, PORADNA PRO RODINU, MANŽELSTVÍ A MEZILIDSKÉ VZTAHY

zařízení č. 6 – ul. Komořanská 818
Ing. Šárka Šímanová, vedoucí zařízení

„Podzim nám přináší spoustu akcí a očekávání“.



Po teplých měsících, kdy se můžeme věnovat letnímu lenošení a aktivitám s rodinami, nás čeká podzim, který nám kromě krásných barev přírody přináší opětovné shledávání na našich oblíbených akcích.

První velkou akcí byla Václavská zábava s kapelou PDF, kde jsme zažili spoustu zábavy za doprovodu skvělých melodií z doby minulé i současné. Vše zakončila tradiční mašinka. Zábava znamená pro naše obyvatele především možnost setkat se, zatančit si a odreagovat se. Všední život přináší spoustu nástrah a sdílené problémy jsou přece tak nějak menší.

Další větší akcí bylo Halloweenské posezení, které se již u nás v penzionu stává tradicí. Letošního setkání se zúčastnil rekordní počet obyvatel. Ohýnek nás krásně zahřál a my jsme si společně upekli buřty, pochutnali si na výborném sladkém pečivu, které upekly některé obyvatelky, a příjemné odpoledne jsme zakončili dlabáním dýní.

Dne 9. 11. nás svou návštěvou velmi potěšily děti z MŠ U Cáchovy, které nás tento rok navštěvovaly pravidelně. Naši obyvatelé se na ně moc těšili, protože jejich bezprostřednost a dětský smích vždy doslova rozzáří zdi našeho penzionu. Děti nám nejdříve předvedly pásmo oblíbených písniček, a protože poslední píseň byla věnována příchodu sv. Martina, tak i následné společné tvoření bylo věnováno této tematice a děti vytvářely s našimi seniory lucerničky sv. Martina.



Největším tématem podzimu však pro nás všechny zůstává očekávání a těšení se na nový altán, který by měl náš penzion zdobit právě do konce podzimu. Moc se těšíme nejen na společné chvíle, které v něm strávíme, ale také na celkově upravené okolí. První vlašťovkou jsou nové a vkusně zakomponované lavičky na zahradě, které doplňují celkový nový ráz zahrady.

Moc děkujeme statutárnímu městu Most za podporu projektu Hejbni Mostem, děkuji Ing. Jitce Hejdukové, koordinátorce projektu, a odboru investic. Opomenout však nesmím firmu Konrád s.r.o., které děkuji za skvělou spolupráci při realizaci altánu a laviček.



TERÉNNÍ PEČOVATELSKÁ SLUŽBA

zařízení č. 7 – Komořanská 818

Miroslava Holečková, DiS. – pověřená vedením zařízení

Dovolte mi v úvodu seznámit Vás se vznikem nové manažerské pozice – vedoucí terénní pečovatelské služby v zařízení č. 7. Toto místo vzniklo na základě našeho návrhu Radě města Mostu. Potřeba nového pracovního místa opíráme zejména o rozsah nových činností jak v kvalitativní rovině, tak i v rovině kvantitativní. Od 1. prosince 2023 je pověřená vedením zařízení naše dlouholetá kolegyně, sociální pracovníce Miroslava Holečková.

Ing. Luboš Trojna, ředitel MSSS v Mostě – p. o.

Pokud bych sama sebe měla hodnotit v rychlosti, když se mě někdo zeptá, kdo je Mirka Holečková, napadá mě níže uvedené moudro, které je mi blízké:

„Co jsi ještě nikdy nedělal, vyzkoušej třikrát. Poprvé, abys překonal strach, podruhé, abys pochopil, jak to funguje, a potřetí, abys zjistil, jestli ti to vyhovuje, nebo ne“.

Virgil Garnett Thomson

Poslání:

Posláním pečovatelské služby je podpora či pomoc lidem se sníženou soběstačností z důvodu věku, tělesného, zdravotního postižení či chronického onemocnění, kteří jsou v nepříznivé sociální situaci. Pečovatelská služba umožňuje lidem zůstat co nejdéle v domácím prostředí, důstojně žít a zapojovat se do běžného života společnosti, zachovávat vazby na rodinu, přátele a využívat vlastních možností, schopností a dovedností.

Více na www.msss-most.cz

Za svou téměř dvacetiletou profesní kariéru jsem nasbírala souhrn znalostí převážně v sociální oblasti. Vážím si zejména příležitostí a možností, kdy jsem mohla pracovat na prohlubování svých dovedností při vzájemné spolupráci s různými institucemi a různorodými klienty. Vždy mne bavilo pracovat s lidmi, jsem empatický člověk, takže se mi je daří odhadnout. Nedávám na první dojem, nikoho nehodnotím, neříkám, co je a není dobře, snažím se vše vnímat v souvislostech a zkusím najít řešení. Práce s lidmi je do jisté míry energeticky náročná, a proto je důležité najít si rovnováhu. Já osobně ji vidím v jasně stanovených životních hodnotách. Hodnoty vycházejí z našich základních potřeb. Pokud je známe, můžeme si podle nich nastavit cíle, kterých chceme dosáhnout, a jít po životní cestě, která nás bude uspokojovat a naplňovat. Každý z nás má nějaké hodnoty – jsou různé, záleží na výchově, společnosti, době, kdy jsme vyrůstali,



na našem zaměření, životním stylu. Pro někoho má vysokou hodnotu rodina a děti, pro jiného vzdělání nebo vysoké společenské postavení.

Je důležité respektovat své hodnoty, ale především respektovat hodnoty těch druhých!

Pečovatelská služba má jasně definované cíle jak v oblasti práce s uživatelem, tak v oblasti práce s týmem zaměstnanců a v oblasti změny prostředí.

Vizí pečovatelské služby bude dále rozvíjet stávajícím a novým klientům prostředí, které po všech stránkách umožňuje plnohodnotný život, který vycházel z jejich dosavadního způsobu prožívání, a zároveň odpovídá současným požadavkům na kvalitu. Pečovatelská služba bude i nadále otevřena novým možnostem a bude k nim přistupovat s vědomím, že oblast sociální péče se neustále vyvíjí a je potřeba na ni pružně reagovat.

Zkvalitnění poskytování pečovatelské služby je nezbytnou reakcí na demografický vývoj, kdy se bude dlouhodobě zvyšovat počet osob v seniorském věku, bude s velkou pravděpodobností docházet i ke zvyšování počtu osob v nepříznivé sociální situaci, které budou odkázány na pomoc dalších osob. Tento vývoj bude zvyšovat nároky na péči v domácím prostředí a na pečující osoby, které budou čím dál tím častěji muset spoléhat na pomoc pečovatelských služeb. Už nyní je zřejmé, že péči v domácím prostředí lze poskytnout i osobám ve vysokém stupni závislosti, avšak je zde nutná kvalitní a efektivní péče, na které organizace intenzivně pracuje, neboť se zapojila do projektu zavádění digitalizace při zefektivňování pečovatelských služeb na území Ústeckého kraje.

Rok 2024 pojmem jako rok rozvoje péče o neformální pečovatele, čili rodinné příslušníky, kteří jsou často bezradní, neinformovaní, leckdy i vyčerpaní, neboť pracují, starají se o děti a další svou energii věnují péči o svého seniora.

Mou ambicí je, aby jim naše terénní pečovatelská služba dokázala mimo jiné nabídnout psychologickou pomoc, oporu a právní poradenství, aby se v dané problematice snadněji zorientovali a dokázali si osvojit základní praktické dovednosti. Mou ambicí je také zlepšení podmínek k práci pro mé spolupracovnice, k čemuž cítím i významnou podporu vedení naší organizace.



MSSS v Mostě – p. o., realizuje projekt

ZVÝŠENÍ DOSTUPNOSTI A EFEKTIVNOSTI SOCIÁLNÍCH SLUŽEB, ROZŠÍŘENÍ TERÉNNÍ PEČOVATELSKÉ SLUŽBY MSSS V MOSTĚ - P. O.

Předmětem projektu je pořízení 4 elektromobilů pro registrované sociální služby Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace,

za účelem vytvoření podmínek pro kvalitní poskytování stávajících sociálních služeb a zkvalitnění materiálně technické základny. Realizací projektu

zároveň dojde ke zvýšení ochrany životního prostředí z důvodu využívání vozidel na alternativní paliva.



**PODÁME RUKU VŠEM,
KTERÍ NÁS POTŘEBUJÍ**

WWW.MSSS-MOST.CZ
WWW.FACEBOOK.COM/MSSSVMOSTE

MEZIGENERAČNÍ SETKÁNÍ NA AKCI S AUTODROMEM MOST



V sobotu 30. září ožila zahrada domova pro seniory Harmonie mezigeneračním setkáním, které uspořádala Nadace Autodromu Most ve spolupráci s Městskou správou sociálních služeb v Mostě.

Účastníci si užili den plný aktivit a soutěží pro malé i velké, jako například závody s auty na dálkové ovládání, slalom pro odrážedla, hod balonem na cíl či hry na podporu jemné motoriky. K vidění byly i ukázky techniky v podobě okruhového závodního speciálu Octavia Race. Svět závodů přiblížily také praktické ukázky bezpečnostního poutání v závodním voze. Dále se každý účastník mohl dozvědět zajímavosti o bezpečnosti na silnicích nebo si pomoci alkohol a cannabis brýlí vyzkoušet, jak na pozornost řidiče působí návykové látky.

Benefiční akce měla za cíl vybrat prostředky na nový dětský herní prvek do zahrady domova pro seniory Harmonie a podpořit tak setkávání napříč generacemi. Účastníci přispívali formou jednotného startovného ve výši 70 Kč. Částku, kterou se podařilo vybrat, dorovná Nadace Autodromu Most na pořizovací cenu herního prvku, který vyrobí studenti Střední technické školy ve Velebudicích. „Jsme moc rádi, že můžeme touto formou přispět ke zpestření života obyvatel Mostu a věříme, že prolézačka bude přinášet mnoho radosti a zábavy všem, kdo do domova Harmonie zavítají,“ uvedl Josef Zajíček, předseda představenstva společnosti Autodrom Most, a připomněl, že se nadace pravidelně podílí i na podpoře mladých mosteckých sportovců a dalším společenském dění v Mostě a okolí.

Prolézačka ve tvaru závodního vozu, který bude symbolicky připomínat spojení s mosteckým Autodromem, bude předána k užívání v průběhu příštího roku.

Den se Seniory Autodromu Most

30. 9. 2023 / 10.00 – 15.00

Den plný aktivit a soutěží pro malé i velké

- Hod balonem na cíl
- Canabis a alkoholové brýle
- Bezpečnostní poutání v závodním voze
- Hry na podporu jemné motoriky
- Závodní auto na dálkové ovládání
- Slalom

Program nejen pro ty nejmenší:
malování na obličej, skákací hrad, fotokoutek, občerstvení.

Jednotné startovné: 70 Kč

Startovné je možné zakoupit i pro nesoutěžící, kteří chtějí pouze projekt podpořit.

Každý účastník, který absolvuje aktivity při tomto dnu získá ocenění
Podporovatel Den se Seniory Autodromu Most
a fotografii z cíle soutěže doplněnou o závodní rekvizity
Výtěžek ze startovného bude určen na projekt koupě Dětské
zahradní prolézačky v domě pro seniory ve správě Dětské

Místo: Zahrada Domova pro seniory Harmonie v ul. Barvířská 495, Most





SČÍTÁME PTÁKY NA KRMÍTKU 5.-7. ledna 2024

Ptačí hodinka (birdlife.cz)

Do konce roku 2023 bude zahrada u každého zařízení ve správě MSSS v Mostě – p. o., vybavena několika krmítky. Instalaci provede Ing. Petr Jílek, náš pan zahradník, na kterého se můžete obracet případně i s dotazy.

PŘIKRMOVÁNÍ PTÁKŮ NA KRMÍTKÁCH JE VELMI OBLÍBENOU AKTIVITOU PO CELÉM SVĚTĚ. PŘEVÁŽNĚ V OBDOBÍ, KDY PTÁCI MAJÍ NEDOSTATEK POTRAVY NEBO JI POTŘEBUJÍ VÍC, MŮŽEME KRMENÍM POMOC BĚŽNÝM DRUHŮM PTÁKŮ NAVŠTĚVUJÍCÍ KRMÍTKO. ODMĚNOU JE MOŽNOST POZOROVAT JEDINEČNÉ DIVADLO, VE KTERÉM SE NÁM ZBLÍZKA PŘEDVEDOU NEJEN BĚŽNÍ OBYVATELÉ PŘÍLEHLÉHO PARKU ČI ZAHRADY, ALE I SKRYTĚ ŽIJÍCÍ DRUHY.



CO DO KRMÍTKA (NE)PATŘÍ

DLASK TLUSTOZOBY

- Do krmítka sypeme slunečnici, oves, proso, pšenici a další obiloviny či luštěniny. Kosy a drozdy potěší pár jablek či jeřabin, strakapoudy, brhlíky a sýkory tuková směs.
- Vyhýbáme se i všemu sladkému. Výjimkou je cukr obsažený přímo v ovoci - nakrájené jablko ano, doslazované rozinky či dokonce sušenky v žádném případě.
- Nikdy nekrmíme plesnivým či jinak zkaženým krmivem.
- Vhodné potraviny z naší kuchyně jsou např. neslaná vařená rýže a brambory, strouhaná mrkev, vločky, syrové maso nebo lůj.
- Nikdy nedáváme kořeněné, solené, uzené či přepálené kuchyňské zbytky.
- Čím rozmanitější potravu v krmítku nabídneme, tím více druhů pozorujeme.
- Nezapomínejme na pítko. I v zimě ptáci potřebují vodu.

www.ptacihodinka.birdlife.cz

V. KOMUNITNÍ PLÁN SOCIÁLNÍCH SLUŽEB, SLUŽEB NAVAZUJÍCÍCH A PRORODINNÝCH AKTIVIT PRO REGION MOSTECKA NA ROKY 2023–2026



Registrační číslo projektu:
CZ.03.01.01/00/22_032/0000391

HLEDÁME CESTU K PRÁCI PRO ŽENY A MUŽE SE ZDRAVOTNÍM POSTIŽENÍM

Vize komunitního plánu – v roce 2026 má město Most stabilní a trvale udržitelnou síť sociálních služeb, služeb navazujících, volnočasových a prarodinných aktivit, která dokáže flexibilně reagovat na vyvíjející se potřeby občanů města včetně trendu stárnutí populace. Komunitní plánování je živou a činorodou platformou, do které jsou zapojeny všechny relevantní subjekty.

Novým členem komunitního plánu se stala Asociace pracovní rehabilitace, z. ú., www.aprcr.cz, která se zaměřuje na cílovou skupinu OZP. V Mostě působí už 5 let. Realizují zde úspěšný projekt Lávka (aktuálně již 3 pokračování), který je zaměřený na zaměstnávání OZP.

CO získáte účasti v projektu LÁVKA III?

- Máte šanci se znovu „NADECHNOUT“ a prosadit se.
- Najdeme vám atraktivní pracovní místo přímo „NA MÍRU“.
- Poradíme vám s hledáním a udržením práce.
- Naučíme vás techniky úspěšného zvládnutí přijímacího pohovoru.
- Získáte nové dovednosti nejen v rekvalifikačních kurzech.
- Získáte informace jak si obhájit svá práva.

JAKÉ aktivity projekt LÁVKA III nabízí?

- Nabídka pracovních příležitostí
- Zprostředkování zaměstnání a pracovní stáže
- Motivační programy
- Bilanční a pracovní diagnostika
- Poradenství zaměstnavatelům
- Kurzy finančního a pracovně-právního minima a základů práce na PC
- Rekvalifikační kurzy

Příjemce projektu:

Partneři projektu:



Operační program Zaměstnanost plus



PODPŮRNÁ SKUPINA

JSTE PO ÚRAZE NEBO MÁTE TRVALÉ ONEMOCNĚNÍ, KTERÉ VÁM ZMĚNILO ŽIVOT?

V roce 2024 plánujeme otevřít podpůrnou skupinu pro lidi, kterým se následkem úrazu nebo závažným onemocněním změnil život.

Skupina je určena pro osoby starší 18 let.

Skupina není vhodná pro osoby s psychiatrickým onemocněním, pro osoby v akutní krizi a osoby, které mají potíže s vyjadřováním.

Co Vás čeká?

♥ **PODPORA** ♥ **SDÍLENÍ** ♥ **NOVÁ PŘÁTELSTVÍ**

Skupinu povede Mgr. Věra Malesaková

Hlásit se můžete na tel.: **725 511 298 do konce ledna 2024**

Každý zájemce projde pohovorem.

Skupina je zdarma a nenahrazuje zdravotní péči.

Podáme ruku všem, kteří nás potřebují