



HARMONIE TŘETÍHO VĚKU

Časopis Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace
98. vydání / září 2026

JIŘÍ
LANGMAJER

ONDŘEJ
VETCHÝ

LINDA
RYBOVÁ

SARA
SANDEVA

MOŘE NA DVOŘE

film, který vás dobře naladí

INFINITY uvádí film MARTINA HORSKÉHO „MOŘE NA DVOŘE“
HRAJÍ ONDŘEJ VETCHÝ, JIŘÍ LANGMAJER, LINDA RYBOVÁ, SARA SANDEVA, MATĚJ HADLEC, TADEÁŠ MORAVEC, IVETA DUŠKOVÁ, JENOVĚKA BOKOVÁ, JIŘÍ RENDL, JAKUB JABLONSKÝ, EVA LEINWEBEROVÁ, MARTIN PECHLÁT, MIROSLAV TABORSKÝ, ARNOST OLDRICH
VÝTVARNICE KOSTÝMŮ MICHAELA HORAČKOVÁ, HŘEŠTÍ PABEK, MIROSLAVA KŘEPEŠOVÁ, REŽISER MILAN BYČEK, ZVUK DAVID TITĚRA, TOMÁŠ ŽUBĚK, VÝKONNÁ PRODUCENTKA JANA BOŠPÁČOVÁ, STYL ONDŘEJ HONK
KAMERA JAN ORNEK, PRODUCENT TOMÁŠ NOFFMAN, SCÉNÁŘ A REŽIE MARTIN HORSKÝ

V KINECH OD 6. BŘEZNA 2025

producent
INFINITY

distributor
BONTON FILM

hlavní partner
VOYO

hlavní mediální partner

IMPULS
Rádiostudio

mediální partner

TV

Designed by: Jan Pouchal / POUKARdesign / photography by: Roman Černý 2025

SLOVO ŘEDITELE

FILMAŘI POKŘTILI MOŘE NA DVOŘE ANEB ZAHRADU DOMOVA PRO SENIORY HARMONIE JSME PROMĚNILI V TERAPEUTICKOU OÁZU

Jak dostat moře do Mostu? Někdy stačí voda, zeleň, lidská fantazie, dobrý film a chuť vytvořit místo, kde je lidem dobře.

Právě s touto myšlenkou uspěla uživatelka Domova pro seniory Harmonie paní Jarmila Václavovičová se svým projektem „Harmonie vody a přírody, který byl podpořen v rámci participativního programu Hejbní Mostem 2025.

Ve středu 24. června 2026 se zahrada Domova pro seniory Harmonie stala dějištěm výjimečné události – slavnostního Křtu Moře na dvoře. Symbolicky tak bylo otevřeno nové zahradní terapeutické jezírko, které ponese název Moře na dvoře podle stejnojmenného laskavého filmu s pány Ondřejem Vetchým a Jiřím Langmajerem. Jezírko bude sloužit jako místo odpočinku, setkávání, vzpomínek i mezigeneračních příběhů.

Celá událost navíc získala mimořádný rozměr díky spolupráci se společností BONTONFILM a samotnými tvůrci českého filmu Moře na dvoře, jenž dal „mosteckému moři“ název. Právě podle tohoto filmu bylo nové zahradní jezírko pojmenováno. Do Domova pro seniory Harmonie přijeli osobně producent filmu Tomáš Hoffman, režisér Martin Horský a ředitel společnosti BONTONFILM Martin Palán, kteří společně se seniory symbolicky uvedli nové místo do života.



Součástí slavnosti byl také podpis originálního Křestního listu Moře na dvoře, stylizovaného jako filmová klapka. Dokument připomíná, že nové místo bylo pojmenováno podle filmu Moře na dvoře a uvedeno do života jako prostor pro setkávání, klid a sdílení příběhů. Jeho hlavní poselství zní: „Ať Moře na dvoře nikdy nevyschne.“

Pro seniory Domova Harmonie tak nevznikl jen nový vodní prvek v zahradě. Díky BONTONFILMU a tvůrcům filmu se z běžného otevření zahradního jezírka stal malý filmový příběh přímo uprostřed domova pro seniory – příběh o vodě, vzpomínkách, laskavosti, fantazii a lidském setkání.

Nově vznikající terapeutická zahrada není pouze estetickou úpravou areálu. Její filozofie vychází z přesvědčení, že kvalitní sociální služba nekončí za dveřmi budovy. Kontakt s přírodou, vodou, zelení a možnost pobývat venku mají pro seniory pozitivní vliv na fyzické zdraví, psychickou pohodu i kvalitu každodenního života.

Projekt postupně přinese nové prvky podporující relaxaci, jemný pohyb, terapii i společné trávení času. Zahrada bude sloužit nejen obyvatelům domova, ale také jejich rodinám, návštěvníkům, dobrovolníkům a dětem při mezigeneračních setkáváních.

„Moře si většina lidí spojuje s klidem, odpočinkem a pozitivní energií. My jsme chtěli alespoň symbolicky



přinést kousek této atmosféry přímo mezi naše seniory. Díky spolupráci se společností BONTONFILM a tvůrci filmu Moře na dvoře se z tohoto nápadu stal krásný příběh.

Dnešní Křest Moře na dvoře není jen otevřením jezírka. Je to vyjádření myšlenky, že i zdánlivě malé změny prostředí mohou významně ovlivnit kvalitu

života člověka," uvedl ředitel MSSS v Mostě Ing. Luboš Trojna.

Projekt zároveň navazuje na dlouhodobou snahu Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace, kultivovat prostředí svých zařízení tak, aby podporovala důstojné stárnutí, aktivní život seniorů a přirozené propojení s veřejností.

2. ročník akce

PRO PAMĚTNÍKY

aneb

ŽIVO/T NA VSI

**Zážitkové dopoledne pro seniory a klienty
MSSS v Mostě - p. o.**

24. června 2026 v čase 9:00 - 12:00 hodin
zahrada Domovů Harmonie

PROGRAM

- I tematické workshopy a ukázky
„Jak se žilo na vsi“
- I hudební vystoupení – Šimon Pečenka
- I fotokoutek
- I doprovodný program se zvířaty
- I vystoupení dětí z Malíkovky
- I ukázka cykloterapie

OBČERSTVENÍ

- I domácí koláče z naší kuchyně
- I škvarkové placky
- I regionální potraviny
- I trdelník
- I káva



Organizátor pořizuje z této akce fotodokumentaci a videozáznam.

Akce je určena pouze pro zvané hosty

Změna programu vyhrazena

Podáme ruku všem, kteří nás potřebují

PRO PAMĚTNÍKY ANEB ŽIVO/T NA VSI

Ve středu 24. června 2026 se zahrada Domovů Harmonie proměnila v místo plné vzpomínek, vůně venkova, tradičních řemesel, zvířátek a mezigeneračního setkávání. Městská správa sociálních služeb v Mostě – příspěvková organizace zde uspořádala již 2. ročník akce PRO PAMĚTNÍKY, letos s tématem ŽIVOT NA VSI.

Akce se zúčastnilo celkem 350 účastníků, z řad seniorů, klientů stacionářů, dětí z jesliček, rodinných příslušníků a zaměstnanců, kteří si společně užili dopoledne inspirované životem na českém venkově.

Celým dopolednem provázel oblíbený moderátor a hudebník Šimon Pečenka, který svým vystoupením vytvořil příjemnou atmosféru a postaral se o dobrou náladu všech přítomných. Návštěvníci se mohli zapojit do tematických soutěžních disciplín – cvrnkání kuliček a sbírání vajíček z kurníku, které mnohým připomnělo dětská léta a život na venkově. Zájem vzbudila také ukázka cykloterapie, během níž se někteří účastníci vydali na projížďku kolem Jezera Most.

Farmička u Kačky Klíny přivezla sovičku Rozárku, zatímco ANDALUSIA Farm představila poníka a lamu. Farma u Kloučků připravila program „Od ovečky ke svetru“,

během něhož si návštěvníci mohli vyzkoušet tradiční zpracování ovčí vlny – práci s kolovrátkem, tkalcovským stavem i techniku filcování. Velkou pozornost si získaly také ovečka s beránkem, kteří se stali milými společníky malých i velkých návštěvníků.

Příjemným zpestřením byl workshop studentů Střední školy technické Most, z oboru zahradnické práce, kteří nabídli možnost ozdobit si dřevěnou dekoraci. Oblíbený fotokoutek WhiteBox pak zachytil společné chvíle



HARMONIE TŘETÍHO VĚKU



a vytvořil krásné vzpomínky na celý den. Milým zpestřením programu bylo také vystoupení dětí z jeslíček. Jejich bezprostřednost, nadšení a dětský úsměv vykouzily radost na tvářích seniorů i ostatních hostů a podtrhly mezigenerační charakter celé akce.

O občerstvení bylo postaráno díky domácím chodským koláčům připraveným zaměstnanci kuchyně, tradičním škvarkovým placákům z Pekárny Oertelt. Návštěvníci mohli ochutnat také regionální produkty prezentované Okresní agrární komorou Most, vychutnat si čerstvé trdelníky nebo osvěžující farmářskou zmrzlinu Drmalku z Farmy Drmaly.

Nabídku obohatila také AMA SCHOOL, základní škola a mateřská škola montessori o. p. s., jejíž studenti přijeli s food truckem Deni's Café a připravili pro návštěvníky výběr dobrot spolu s kávou.



Významnou součástí letošního ročníku bylo slavnostní otevření terapeutické zahrady „Moře na dvoře“. Součástí programu bylo symbolické spuštění nového jezírka s uživateli domova pro seniory za účasti vedení organizace a hostů. Jezírko se stalo dominantou zahrady a symbolem místa, které bude sloužit k odpočinku, relaxaci, aktivitaci i mezigeneračnímu setkávání. Nově vytvořený prostor přispívá ke zkvalitnění života seniorů a podporuje jejich kontakt s přírodou.

Přínosem byla účast studentů z VOŠ, OA, SPgŠ a SZŠ Most, kteří se s empatií zapojili do pomoci s doprovodem seniorů a také zajištění bezbariérové dopravy Dopravním podnikem měst Mostu a Litvínova, a. s.

Na závěr bychom chtěli vyjádřit upřímné poděkování všem partnerům, kteří naši akci podpořili, ale také všem zaměstnancům, kteří se podíleli na její organizaci.





HARMONIE TŘETÍHO VĚKU





HARMONIE TŘETÍHO VĚKU





HARMONIE TŘETÍHO VĚKU





HARMONIE TŘETÍHO VĚKU



 **PRO PAMĚTNÍKY**
24. ČERVNA 2024 2. ročník akce
ŽIVO/T NA VSI
ZAPRAVDA DOROVU HARMONIE



PŘÍBĚH JARMILY VÁCLAVOVIČOVÉ

NAVRHOVATELKY PROJEKTU HARMONIE VODY A PŘÍRODY (THERAPEUTICKÁ ZAHRADA)

Každý den potkává seniory, kteří celý život pracovali, vychovali rodiny a budovali naše město. Dnes jim často udělá největší radost něco zdánlivě obyčejného – posedět pod stromem, poslouchat zpěv ptáků, pozorovat vodní hladinu nebo si jen popovídat s blízkými na čerstvém vzduchu.

Právě proto se **Jarmila Václavovičová** rozhodla přihlásit do projektu **Hejbni Mostem** návrh **Harmonie vody a přírody**.

Nevymýšlí atrakci. Nevymýšlí luxus. Chce vytvořit místo, které bude každý den pomáhat lidem žít lépe.

Terapeutická zahrada má být prostorem, kde se budou setkávat senioři, jejich rodiny, děti i zaměstnanci. Místem, které nabídne klid, pohyb, vzpomínky i nové zážitky. Voda, zeleň, vůně květin a přírodní prvky totiž nejsou jen krásnou kulisou. Odborné zkušenosti i každodenní praxe potvrzují, že pobyt v přírodě pomáhá zlepšovat psychickou pohodu, podporuje aktivitu a přináší lidem radost.

Jarmila dobře ví, že péče nekončí za dveřmi budovy. Pokračuje všude tam, kde se člověk cítí bezpečně, vítaně a může prožít obvykle krásný den.

Její sen je jednoduchý – aby zahrada Domova pro seniory Harmonie nebyla jen místem mezi budovami, ale místem, kam budou lidé chodit za životem. ❤️



2. Harmonie vody a přírody (terapeutická zahrada)

Jarmila Václavovičová / Domov pro seniory ul. Barvířská / 200 000 Kč

7. Harmonie vody a přírody (terapeutická zahrada) 200.000 Kč

 Jarmila VÁCLAVOVIČOVÁ

 Domov pro seniory, ul. Barvířská

Cílem projektu je vytvořit příjemné a ekologicky udržitelné venkovní prostředí, které podpoří fyzické i duševní zdraví seniorů prostřednictvím kontaktu s přírodou. Stávající zahrada bude vylepšena o prvky, které umožní aktivní trávení času, relaxaci a mezigenerační setkávání.

Současná zahrada je využívána, avšak její potenciál není plně rozvinut. Pobyt v přírodě a zahradní aktivity prokazatelně podporují pohyb seniorů a zlepšují psychickou pohodu. Nové prvky v zahradě nabídnou nejen estetickou hodnotu, ale i možnost aktivního zapojení seniorů.



OD MOŘE NA DVOŘE K PÉČI, KTERÁ PŘICHÁZÍ AŽ DOMŮ

Milí čtenáři,

toto číslo Harmonie třetího věku je především obrazovým ohlédnutím za jedním krásným letním dnem. Zahrada Domova pro seniory Harmonie se proměnila v místo setkávání, vzpomínek, radosti a také v malou „Moře na dvoře“.

Na fotografiích uvidíte seniory, děti, zaměstnance, rodiny i naše hosty. Možná právě ony nejlépe ukazují, proč má smysl prostředí našich služeb neustále měnit a rozvíjet. Nejde totiž jen o nové jezírko, lavičku, květiny nebo pěknou zahradu. Jde o člověka a o podmínky, ve kterých může dobře žít.

A právě zde se zdánlivě rozdílné příběhy tohoto čísla spojují.

Dlouhodobě říkáme, že **kvalitní sociální služba nekončí za dveřmi budovy**. Pokračuje na zahradě, při setkávání s rodinou, v kontaktu s přírodou – ale také v domácnostech lidí, kteří chtějí co nejdéle zůstat ve svém přirozeném prostředí.

Pro někoho je dobrým místem k životu náš domov pro seniory, pro jiného je jím stále jeho vlastní byt či dům. Každý člověk má jiný životní příběh, jiné potřeby a jinou představu o tom, kde a jak chce žít. Naším úkolem není rozhodovat za něj, ale hledat cesty, jak jeho rozhodnutí co nejdéle a bezpečně podporovat.

A právě tady se dostáváme od zahrady k terénní péči.

Proto na závěr tohoto vydání otevíráme ještě jedno téma. Tentokrát nikoli prostřednictvím fotografií ze zahrady, ale pohledem do budoucnosti terénních sociálních služeb. Městská správa sociálních služeb v Mostě – příspěvková organizace, je zapojena do projektu **Digitalizace pečovatelských služeb v Ústeckém kraji**. Moderní technologie samy o sobě péči nenahradí – a ani to není jejich úkolem. Mohou však pomoci lidem zůstat déle doma, podpořit jejich blízké a neformální pečující a současně dát pracovníkům sociálních služeb další nástroje pro bezpečnou a kvalitní péči.

Digitalizace pro nás proto neznamená, že mezi člověka a pečovatele postavíme obrazovku nebo techniku. Právě naopak. **Technologie má člověku sloužit, nikoli člověk technologii**. Má pomoci tam, kde může zvýšit bezpečí, usnadnit orientaci, předávání informací nebo každodenní péči. A pracovníkům může uvolnit více prostoru právě pro to, co žádný přístroj nahradit nedokáže – lidský kontakt, rozhovor, všímavost a porozumění.

Stejně důležité jsou pro nás lidé, kteří o své blízké pečují doma. Často jsou to manželé, manželky, děti, příbuzní, přátelé nebo sousedé. Mnohdy se do role pečujícího dostanou ze dne na den a musí se naučit věci, se kterými se



nikdy předtím nesetkali. Jak bezpečně pomoci člověku vstát? Jak ho přesunout? Jak upravit domácnost? Jak reagovat v obtížné situaci? A také – jak při dlouhodobé péči nezapomenout sami na sebe?

Právě proto v tomto čísle představujeme také **Uživatelský manuál integrovaného výcvikového centra pro neformální pečovatele**. Jeho smyslem není nahradit odborníky, ale nabídnout pečujícím praktické znalosti, větší jistotu a podporu při každodenní péči o člověka, který je jim blízký.

Vnímám to jako důležitou součást budoucnosti sociálních služeb. Nejen poskytovat péči tam, kde ji člověk potřebuje, ale také **předávat znalosti, podporovat rodiny a vytvářet podmínky, aby péče mohla bezpečně pokračovat i doma**.

A tím se vlastně vracíme zpátky k našemu „Moři na dvoře“.

Na první pohled jsou terapeutická zahrada a digitalizace dva úplně jiné světy. Jeden voní trávou, květinami a vodou, druhý přináší nové technologie, informace a nové způsoby práce. Ve skutečnosti však mají společný cíl.

Vytvářet podmínky, ve kterých může člověk žít bezpečně, důstojně a pokud možno podle svého.

Sociální služby se budou měnit. Budou přicházet nové technologie, nové formy péče i nové požadavky. Jedno bychom však při všech těchto změnách ztratit neměli: schopnost dívat se na svět očima člověka, kterému službu poskytujeme.

Protože dobrá sociální služba se nakonec nepozná podle počtu budov, počítačů ani projektů. Poznává se podle toho, zda člověku pomáhá žít jeho vlastní život.

Jednou k tomu pomůže strom, voda a lavička. Jindy lidská ruka, dobrá pečovatelská služba, podpora rodiny nebo moderní technologie.

Podstatný však vždy zůstává člověk.

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



Předmluva

Úvod

Vítejte v uživatelském manuálu Integrovaného výcvikového centra pro neformální pečovatele. Tento dokument je navržen tak, aby vám poskytl potřebné informace a nástroje k efektivnímu využití centra, které je klíčovým zdrojem podpory pro osoby pečující o své blízké v domácím prostředí.

Tento dokument vznikl díky projektu "Digitalizace pečovatelských služeb v Ústeckém kraji" jenž usiluje o zlepšení kvality a dostupnosti péče pro seniory a osoby se zdravotním postižením. V rámci projektu vznikne nový software pro pečovatelské služby a uživatelský manuál pro integrované výcvikové centrum. Součástí budou také moderní pomůcky pro domácí péči, které umožní seniorům setrvat déle ve svém domácím prostředí. Projekt rozšíří centra pro praktický nácvik péče a zavede nové technologie do pečovatelských služeb, čímž přispěje k transformaci a zvýšení kvality služeb, a zároveň vyřeší nedostatek kapacit pobytových zařízení. Celkově projekt zlepší život seniorů v regionu.



Cíl Integrovaného výcvikového centra

Integrované výcvikové centrum je vytvořeno s cílem ulehčit pečovatelský závazek neformálním pečovatelům, zlepšit kvalitu jejich života a poskytnout vzdělávací a podpůrné služby. Centrum nabízí různé kurzy, semináře a workshopy zaměřené na získání praktických dovedností, zvýšení emocionální odolnosti a zajištění bezpečného prostředí pro vás i vaše blízké.

Pro koho je toto centrum určeno

Centrum je určeno především pro rodinné příslušníky, přátele a sousedy, kteří se starají o osoby se zdravotními obtížemi, starší lidi nebo osoby se zdravotním postižením. Bez ohledu na úroveň vašich zkušeností či specifické potřeby vám centrum poskytne podporu a znalosti, které potřebujete.

Jak používat tento manuál

Tento manuál je strukturován tak, aby vám pomohl snadno najít informace, které potřebujete. Obsahuje přehled nabízených programů, návody k registraci a účasti na kurzech a praktické tipy pro aplikaci získaných dovedností v každodenním životě. Doporučujeme začít prohlédnutím obsahu a následně se zaměřit na kapitoly, které odpovídají vašim aktuálním potřebám. Doufáme, že tento manuál vám poskytne užitečné informace a podporu, abyste mohli úspěšně využít všechny výhody Integrovaného výcvikového centra a zlepšit kvalitu péče, kterou poskytujete.





Integrované výcvikové centrum poskytuje komplexní výcvik, který zahrnuje klíčové oblasti potřebné pro efektivní a udržitelnou péči o blízké.

Základní pečovatelské dovednosti

- Techniky manipulace a přesunu: naučíte se, jak bezpečně a efektivně manipulovat a přemisťovat pečovanou osobu, aby byla zajištěna její bezpečnost i vaše pohodlí.
- Osobní hygiena a péče: osvojíte si správné metody pro asistenci při osobní hygieně, oblékání a dalších každodenních činnostech.

Zdravotní péče a první pomoc

- Základy první pomoci: osvojíte si znalosti poskytování první pomoci v případě nouze.
- Monitorování zdravotního stavu: naučíte se, jak sledovat základní zdravotní ukazatele, jako je krevní tlak, puls a teplota, a jak rozpoznat varovné signály zdravotních problémů.

Komunikace a interakce

- Efektivní komunikace: osvojíte si techniky pro zlepšení komunikace s pečovanou osobou a rodinnými příslušníky, aby bylo zajištěno, že jsou potřeby a přání jasně vyjádřeny a pochopeny.
- Empatie a podpůrné chování: naučíte se poskytovat emocionální podporu a vytvářet pozitivní prostředí pro pečovanou osobu.

Emoční a psychologická podpora

- Zvládání stresu: osvojíte si techniky pro zvládání stresu a prevenci vyhoření, což je klíčové pro dlouhodobou péči.
- Podpora duševního zdraví: zjistíte, jak pečovat o vlastní duševní zdraví a emocionální pohodu, což je zásadní pro vaši schopnost efektivně pečovat o ostatní.

Právní a finanční aspekty péče

- Právní záležitosti: získáte základní informace o právech a povinnostech pečovatele, včetně záležitostí týkajících se plné moci a správy majetku.
- Finanční plánování: dozvíte se, jak efektivně spravovat finance pečované osoby a plánovat budoucí finanční potřeby.

Zajištění bezpečného a podporujícího prostředí

- Bezpečnost domácnosti: seznámíme vás s tipy a metodami pro úpravu domácího prostředí tak, aby bylo bezpečné a přístupné pro pečovanou osobu.
- Udržování hygieny: osvojíte si správné postupy pro udržování hygieny v domácnosti, aby bylo minimalizováno riziko infekcí a nemocí.

Lidé se syndromem demence

- Demence, Alzheimerova choroba: dozvíte se, jak komunikovat s osobou se syndromem demence.

Tento výcvik je navržen tak, aby vybavil neformální pečovatele všemi potřebnými znalostmi a dovednostmi pro efektivní a udržitelnou péči o jejich blízké, zlepšující jak jejich vlastní kvalitu života, tak kvalitu života pečovaných osob.



Spolufinancováno
Evropskou unií



Ministerstvo
životního prostředí



Uživatelský manuál integrovaného výcvikového centra pro neformální pečovatele

Projekt

**Digitalizace pečovatelských služeb
v Ústeckém kraji**

registrační číslo projektu: CZ.10.02.01/00/23_017/0000190