

**Městská správa sociálních služeb v Mostě – příspěvková organizace**  
Barvířská 495, 434 01 Most

---

## **Plán volnočasových aktivit a komunitních setkání**

### **1. pololetí 2025**

**Od 1. ledna 2025 byla zřízena Komise pro rozvoj komunitního života v MSSS v Mostě – p. o.**

Komise pro rozvoj komunitního života v MSSS v Mostě – p. o., je klíčovým poradním orgánem ředitele organizace, zaměřeným na podporu poslání MSSS, kterým je mj.:

- posilování vzájemné pomoci mezi členy komunit spojených s MSSS,
- prevence sociální izolace uživatelů služeb MSSS,
- organizace aktivit, které zlepšují kvalitu života v rámci zařízení MSSS,
- vytváření bezpečného a inkluzivního prostředí pro všechny uživatele a pracovníky organizace.

**Cílem komise** je rozvíjet komunitní život v MSSS v Mostě – p. o., a posilovat sociální soudržnost prostřednictvím plánování a realizace společenských, vzdělávacích a podpůrných aktivit, které podporují základní činnosti organizace a přispívají k naplňování jejích cílů.

**Komise se zaměřuje na:**

- organizaci společenských, kulturních a volnočasových akcí, jako jsou trhy, festivaly, turnaje, komunitní slavnosti, přednášky nebo tematické workshopy, které podporují aktivní zapojení komunity spojené s MSSS,
- iniciování a podporu místních projektů a aktivit, jako jsou komunitní zahrady, dobrovolnické činnosti, sbírky a další iniciativy, které přispívají k rozvoji komunity a podpoře uživatelů služeb MSSS,
- vytváření a udržování prostor pro setkávání a sdílení zkušeností, jako jsou komunitní centra, kluby, knihovny nebo multifunkční zařízení, která podporují sociální integraci a spolupráci,
- rozvoj spolupráce s místními organizacemi, například školami, seniorskými kluby, sportovními oddíly, neziskovými organizacemi či podnikateli, s cílem posílit zapojení celé komunity do aktivit MSSS,
- vzdělávání a osvětu formou kurzů, workshopů, tematických seminářů, školení nebo jiných vzdělávacích aktivit zaměřených na podporu sociálního začleňování, rozvoj osobních kompetencí a zlepšování kvality života uživatelů služeb MSSS i širší veřejnosti,
- vytváření příležitostí pro mezigenerační setkávání a spolupráci, která přispívá k posílení mezilidských vazeb a přenosu zkušeností mezi generacemi.

**Komise je tvořena** předsedou komise, členy komise, hosty a stálými hosty.

Komise předkládá plán volnočasových aktivit a komunitních setkání na 1. pololetí r. 2025.

**Akce napříč MSSS v Mostě – p. o.**  
**PROGRAM, KTERÝ NÁS SP****JUJE**

**Leden**

04.01. 13:30 hodin Novoroční vycházky

**Únor**

18.02. 09:00 hodin Turnaj MSSS ve cvrkané, DpS J. Wolкера  
Únor měsíc chůze

**Březen**

Pokračujeme v chůzi a přidáváme rotopedy

**Duben**

24.04. 09.00 hodin Turnaj MSSS v kuželkách, PpS Ke Koupališti

**Květen**

01.05. 09:00 hodin Prvomájová vycházka – 10. ročník  
14.05. 09:00 hodin Turnaj MSSS v curlingu, DpS J. Wolкера  
24.05. 10:00 – 14:30 MiniTechnohraní, zahrada Harmonie (akce Statutárního města Most)  
Sportovní hry seniorů, areál SŠT Most – Velebudice (termín bude upřesněn)

**Červen**

18.06. 09:00 hodin Seniorská šlápota na Ressleru

**Další plánované akce**

Letní setkání seniorů – 26. ročník  
Den s Městskou policií v Mostě  
Turnaj v minigolfu  
(termíny budou upřesněny)

## Domovy Harmonie, ul. Barvířská

### Leden

06.01. 16:30 hodin	Tříkrálové posezení s Kamilou a rodinnými příslušníky
15.01. 13:30 hodin	Michal Bragagnolo, velký sál
20.01. 09:30 hodin	Novoroční sportování s curlingem, velký sál

### Únor

04.02. 09:30 hodin	Masopustní kvíz, velký sál
12.02. 13:30 hodin	Aleš Cibulka, velký sál
20.02. 13:30 hodin	Masopustní kavárnička, velký sál
26.02. 09:00 hodin	Turnaj MSSS v „Člověče, nezlob se!“, velký sál

### Březen

07.03. 09:00 hodin	Turnaj ve hře Bingo, malý sál
12.03. 13:30 hodin	Lucie Malinová, velký sál
17.03. 09:30 hodin	Cvrnkaná, velký sál
27.03. 13:30 hodin	Kavárnička, velký sál

### Duben

01.04. 09:30 hodin	Aprílové sportovní dopoledne, velký sál
10.04. 13:30 hodin	Kavárnička, velký sál
16.04. 13:30 hodin	Nad'a Konvalinková, velký sál
17.04. 09:00 – 11:00	Velikonoční prodejní trhy, altán
30.04. 13:30 hodin	Pálení čarodějnic se zábavou, zahrada

### Květen

14.05. 13:30 hodin	Jan Vaidiš, velký sál
16.05. 13:30 hodin	Zahájení grilovací sezóny, zahrada
22.05. 13:30 hodin	Den pro rodinu, zahrada
24.05. 10:00 – 14:30	MiniTechnohraní, zahrada (akce Statutárního města Most)
29.05. 13:30 hodin	Kavárnička, velký sál

### Červen

05.06. 09:30 hodin	Sportování, velký sál
11.06. 13:30 hodin	Zahradní slavnost s Vladimírem Waldou Nerušilem, zahrada
19.06. 13:00 hodin	Grilování, zahrada
26.06. 13:30 hodin	Kavárnička pod širým nebem, zahrada

**Další plánované akce:** canisterapie, hipoterapie, tanečky v Harmonii s TSKH 1x měsíčně, spolupráce s mateřskými školami – společné tvoření, vystoupení k MDŽ, ke Dni matek.

# HUDEBNĚ ZÁBAVNÝ PROGRAM V HARMONII 2024 - 2025



**Domov pro seniory Harmonie, velký sál 2. patro**  
akce se uskuteční **od 13:30 hodin**  
Vstupné: **50 Kč**

- **24. 9.** - Zdeněk Troška
- **16.10.** - Krušnohorská dechovka
- **13.11.** - Petr Martinák - imitátor
- **17.12.** - Šimon Pečenka
- **15. 1.** - Michal Bragagnolo
- **12. 2.** - Aleš Cibulka
- **12.3.** - Lucie Malinová –  
Věra Špinarová tribute
- **16.4.** - Nad'a Konvalinková
- **14.5.** - Jan Vaidiš - kouzelník
- **11.6.** - Vladimír Walda Nerušil

Akce je určena výhradně pro uživatele DpS Barvířská.

## Domov pro seniory, ul. Jiřího Wolкера

### Leden

09.01.	09:30 hodin	Novoroční sportovní hry
17.01.	09:30 hodin	Bingo
24.01.	09:30 hodin	Jarní kvíz

### Únor

07.02.	09:30 hodin	Bingo
11.02.	09:30 hodin	Cvrnkaná
21.02.	09:30 hodin	Odpoledne plné her

### Březen

07.03.	09:30 hodin	Oslava MDŽ
18.03.	09:30 hodin	Turnaj v curlingu
28.03.	09:30 hodin	Bingo

### Duben

08.04.	09:30 hodin	Sportovní trojboj
14.04.	09:00 – 14:00	Velikonoční trhy
25.04.	09:30 hodin	Bingo
29.04.	14:00 hodin	Pálení čarodějnic

### Květen

07.05.	09:30 hodin	Oslava Dne matek
13.05.	09:30 hodin	Turnaj v kuželkách
29.05.	14:00 hodin	Májová kavárnička

### Červen

13.06.	09:30 hodin	Bingo
17.06.	09:30 hodin	Sportování v zahradě
26.06.	14:00 hodin	Letní grilování

## Domov pro seniory, ul. Antonína Dvořáka

### Leden

03.01. 09:00 hodin	Kavárna na oslavu nového roku
14.01. 09:00 hodin	Filmové dopoledne
21.01. 09:00 hodin	Vaření pro mlsné jazýčky
23.01. 10:00 hodin	Zahájení výstavy diamantových obrazů MUDr. Tiché Canisterapie dle dohody

### Únor

04.02. 09:00 hodin	Skupinová smyslová aktivizace
11.02. 09:00 hodin	Sportovní dopoledne
18.02. 09:00 hodin	Zahájení masopustu, pečení božích milostí a vdolků
21.02. 09:00 hodin	Masopustní kavárna, masopustní kvíz Canisterapie dle dohody

### Březen

07.03. 09:00 hodin	Kavárna k oslavě MDŽ
10.03. 09:00 hodin	Evropský den mozku, trénování paměti
20.03. 10:00 hodin	Reminiscenční terapie Canisterapie dle dohody

### Duben

08.04. 09:00 hodin	Velikonoční tvoření, pečení
17.04. 09:00 hodin	Posezení u velikonočního beránka
22.04. 09:00 hodin	Čarodějnické tvoření
29.04. 14:00 hodin	Oslava svátku čarodějnic Canisterapie dle dohody

### Květen

13.05. 09:00 hodin	Trénování paměti
16.05. 09:00 hodin	Oslava Dne matek
20.05. 09:00 hodin	Pečení lineckých srdíček
23.05. 09:00 hodin	Májová kavárna u Jezera Most Antické hry (datum a čas bude upřesněn dle programu) Výstava stromů dle počasí Canisterapie dle dohody

### Červen

03.06. 09:00 hodin	Den dětí
10.06. 09:00 hodin	Hudební dopoledne
24.06. 09:00 hodin	Skupinová smyslová aktivizace Canisterapie dle dohody Grilování dle počasí



## Penzion pro seniory, ul. Albrechtická

### Leden

04.01. Novoroční vycházka s klubem seniorů  
29.01. 15:00 hodin Kavárnička

### Únor

14.02. 09:30 hodin Turnaj v „Člověče, nezlob se!“  
26.02. 15:00 hodin Kavárnička

### Březen

04.03. Masopust  
07.03. 09:30 hodin Oslava MDŽ s dětmi s MŠ Albrechtická  
26.03. 15:00 hodin Kavárnička

### Duben

09.04. 09:30 hodin Turnaj ve Cvrnkané  
30.04. 16:00 hodin Pálení čarodějnic + Májka  
Velikonoční dílničky s MŠ (termín bude upřesněn)

### Květen

04.05. 13:30 hodin Prvomájová vycházka s klubem seniorů  
28.05. 15:00 hodin Kavárnička  
Májová zábava (termín bude upřesněn)

### Červen

04.06. 09:30 hodin Dětský den pro MŠ  
19.06. 16:00 hodin Opékání špekáčků  
26.06. 15:00 hodin Kavárnička  
Výlet na Jezeří, dle počasí

### Pravidelné aktivity

Pondělí Společné cvičení na židlích  
Středa 1x za 14 dní Keramická dílna  
Čtvrtek 09:00 – 09:30 Společné cvičení na míčích  
Pátek 09:00 – 11:00 Aktivizační činnosti  
Sobota 15:00 hodin Společenské hry

## Penzion pro seniory, ul. Komořanská

### Leden

20.01.	13:00 hodin	Bingo
1x za 14 dní	14:00 hodin	Kavárnička
každé pondělí	09:00 hodin	Společné cvičení
	10:00 hodin	Sportovní či vědomostní hry

### Únor

25.02.	15:00 hodin	Masopust
1x za 14 dní	14:00 hodin	Kavárnička
každé pondělí	09:00 hodin	Společné cvičení
	10:00 hodin	Sportovní či vědomostní hry

### Březen

07.03.	10:00 hodin	Besídka s dětmi k MDŽ (či jiný termín daný MŠ)
20.03.	16:00 hodin	Josefovská zábava
1x za 14 dní	14:00 hodin	Kavárnička
každé pondělí	09:00 hodin	Společné cvičení
	10:00 hodin	Sportovní či vědomostní hry

### Duben

29.04.	15:00 hodin	Pálení čarodějnic a stavění Májky, opékání buřtů
1x za 14 dní	14:00 hodin	Kavárnička
každé pondělí	09:00 hodin	Společné cvičení
	10:00 hodin	Sportovní či vědomostní hry
		Společný výlet dle počasí

### Květen

01.05.	09:00 hodin	Májová vycházka
09.05.	10:00 hodin	Vystoupení dětí z MŠ ke Dni matek
1x za 14 dní	14:00 hodin	Kavárnička
každé pondělí	09:00 hodin	Společné cvičení
	10:00 hodin	Sportovní či vědomostní hry
		Společný výlet dle počasí

### Červen

03.06.		Dětský den s jesličkami
08.06.	09:00 hodin	Nordic walking
1x za 14 dní	14:00 hodin	Kavárnička
každé pondělí	09:00 hodin	Společné cvičení
	10:00 hodin	Sportovní či vědomostní hry
		Společný výlet dle počasí

Akce jsou bez záštity aktivizační pracovnice. Budou se konat jen v případě, že si je obyvatelé penzionu zabezpečí svépomocí. Zábavy budou zabezpečeny personálem.



## Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti

### Leden

04.01. 13:30 hodin Novoroční vycházka na Šibeník  
13.01. 14:00 hodin Klub seniorů č. 8  
30.01. 16:00 hodin Kavárnička

### Únor

10.02. 14:00 hodin Klub seniorů č. 8  
27.02. 16:00 hodin Kavárnička

### Březen

07.03. 17:00 hodin Taneční zábava k MDŽ (termín bude upřesněn)  
10.03. 14:00 hodin Klub seniorů č. 8  
27.03. 16:00 hodin Kavárnička  
Besídka k MDŽ s dětskou skupinkou

### Duben

14.04. 14:00 hodin Klub seniorů č. 8  
24.04. 16:00 hodin Kavárnička  
29.04. 15:00 hodin Táborák a pálení čarodějnic  
Velikonoční dílnička s dětskou skupinkou (termín bude upřesněn)  
Turnaj v kuželkách (termín bude upřesněn)

### Květen

12.05. 14:00 hodin Klub seniorů číslo 8  
22.05. 16:00 hodin Kavárnička

### Červen

09.06. 14:00 hodin Klub seniorů č. 8  
19.06. 16:00 hodin Kavárnička

### Další pravidelné aktivity

Hraní karet	pondělí, středa, pátek	od 15:00 hodin
Ergodílna	úterý, čtvrtek	od 13:00 hodin
Cvičení s Janou	úterý	od 09:00 hodin
Cvičení s Evou	úterý, čtvrtek	od 17:00 hodin
Kuželky	čtvrtek	od 09:00 hodin
Cvrnkaná	pátek	od 09:00 hodin
Plavání	úterý	od 07:00 hodin
Bowling	úterý	od 11:00 hodin
Ping pong	úterý, čtvrtek	od 14:00 hodin

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

**Leden**

- 09.01. Máme rádi zvířátka – oblíbená hračka, povídání o zvířátkách  
24.01. Z pohádky do pohádky – tanec v pohádkových kostýmech, zpívání pohádkových písní  
Zimní radovánky na sněhu – denně dle možností

**Únor**

- 06.02. Bílý den – bílé oblečení, malování, koulování  
17.02. Masopustní rej – masky, diskotéka, pečení koláče  
28.02. Když myšku bolí zub – nácvik hygieny, kreslení zubu, povídání o zoubcích

**Březen**

- 06.03. MDŽ – návštěva Penzionu pro seniory Komořanská  
21.03. Světový den Downova syndromu – zapojení se do ponožkové výzvy  
27.03. Oslava světového dne divadla pro děti a mládež – pohádka v zařízení  
(změna vyhrazena dle domluvy termínu s Divadlem rozmanitostí)

**Duben**

- 07.04. Vítání jara – malování velikonočních vajíček, výroba zajíčků  
17.04. Velikonoční jarmark – výstava výrobků dětí, hodování, předání velikonočních balíčků  
22.04. Den Země – povídání si o Zemi, ekologii  
30.04. Čarodějnický slet – masky, diskotéka, hledání pokladu, čarodějnická

**Květen**

- 09.05. Den matek – vyrábění dárků pro maminky  
15.05. Den rodiny – povídání si o rodině, odpoledne s rodinami dětí a rodiči na zahradě zařízení  
- opékání buřtíků, zábava pro děti  
28.05. Den her – hraní různých her s dětmi

**Červen**

- 02.06. My máme prima den – oslava svátku dětí – dopoledne s dětmi a studenty SŠDaVS  
06.06. Den životního prostředí – vyprávění si o ochraně životního prostředí  
17.06. Květinový den – sázení květin s dětmi  
27.06. Vítání prázdnin – zábavné dopoledne pro děti na zahradě zařízení

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

**Leden**

02.01. 10:00 hodin	Oslava narozenin klienta spojená s vítáním nového roku
13.01. 10:00 hodin	Sportovní dopoledne v tělocvičně s využitím sportovního náčiní
23.01. 10:00 hodin	Turistika na Benediktu
29.01. 10:00 hodin	Mostecké divadlo v Mostě

**Únor**

03.02. 10:00 hodin	Krmení ptáčků na zahradě
13.02. 10:00 hodin	Cukrárna – Litvínov
20.02. 10:00 hodin	Procházka ke Kostelu Nanebevzetí Panny Marie v Mostě
27.02. 10:00 hodin	Karaoke – soutěž ve zpěvu o ceny

**Březen**

06.03. 13:30 hodin	Bowling Restaurace Gate
17.03. 11:15 hodin	Společný oběd v Restauraci U Švejka
24.03. 10:00 hodin	Oslava narozenin
27.03. 10:00 hodin	Krmení labutí – Jezero Most

**Duben**

03.04. 10:00 hodin	Karaoke soutěž o ceny
15.04. 10:00 hodin	Beseda v Městské knihovně v Mostě
17.04. 10:00 hodin	Velikonoční zábava (diskotéka, soutěže, hry)
29.04. 10:00 hodin	Plavání – Chomutov

**Květen**

06.05. 10:00 hodin	Návštěva psího útulku v Rudolicích
15.05. 10:00 hodin	Soutěž o nejhezčí obrázek – pes
20.05. 10:00 hodin	Tvoření – Oblastní muzeum a galerie v Mostě
29.05. 10:00 hodin	Galerie Litvínov

**Červen**

02.06. 10:00 hodin	Oslava MDD – hry, soutěže o ceny – zahrada
05.06. 10:00 hodin	Minigolf Most
16.06. 10:00 hodin	Celodenní výlet
26.06. 10:00 hodin	Plavání – Jezero Most

Aktualizace: 29. ledna 2025