

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

Plán volnočasových aktivit a komunitních setkání

1. pololetí 2026

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. 2026.

Akce napříč MSSS v Mostě – p. o.

Leden

Fotografická výstava „Chcete své stáří přežít nebo prožít?“

● Městské divadlo v Mostě – foyer

<https://www.msss-most.cz/post/chcete-sve-stari-prezit-nebo-prozit-853>

Únor

26. 02.

09:00 hodin Turnaj MSSS ve hře „Člověče, nezlob se“

● velký sál Domovů Harmonie

Březen

Turnaj MSSS ve cvrňkané

● DpS Jiřího Wolkerova

Redakční rada časopisu POSTŘEHY SENIORŮ

● místo konání bude upřesněno

Oslavy MDŽ

● zařízení MSSS v Mostě – p. o.

Velikonoční trhy v zařízeních

● zařízení MSSS v Mostě – p. o.

Duben

Turnaj MSSS v kuželných

● PpS Ke Koupališti

Pálení čarodějnic

● zařízení MSSS v Mostě – p. o.

Květen

23. 05.

MiniTechnohraní (akce statutárního města Most)

● zahrada Domovů Harmonie

Červen

24. 06.

Pro pamětníky

● zahrada Domovů Harmonie

Redakční rada časopisu POSTŘEHY SENIORŮ

● místo konání bude upřesněno

Domovy Harmonie, ul. Barvířská

Leden

06. 01.	09:30 hodin	Tříkrálové sportování, velký sál
14. 01.	13:30 hodin	Zlata Adamovská, Petr Štěpánek, velký sál
19. 01.	14:00 hodin	Poznej kouzlo sov, velký sál
29. 01.	13:30 hodin	Kavárnička, velký sál

Únor

06. 02.	09:30 hodin	Masopustní kvíz, velký sál
11. 02.	13:30 hodin	Alfa music, velký sál
19. 02.	13:30 hodin	Kavárnička, velký sál
26. 02.	09:00 hodin	Turnaj MSSS ve hře „Člověče, nezlob se“, velký sál

Březen

02. 03.	09:30 hodin	Sportování, velký sál
11. 03.	13:30 hodin	Šimon Pečenka, velký sál
17. 03.	09:30 hodin	Kvízové dopoledne, velký sál
23. 03.	13:30 hodin	Jarní kavárnička, velký sál

Duben

02. 04.	09:00 – 14:30	Velikonoční prodejní trhy
09. 04.	09:30 hodin	Aprílové sportování, velký sál
14. 04.	13:30 hodin	Písň Hany Hegerové, velký sál
22. 04.	13:30 hodin	Kavárnička, velký sál
30. 04.	13:30 hodin	Pálení čarodějnic, zahrada/velký sál

Květen

04. 05.	09:30 hodin	Kvízové dopoledne, velký sál
13. 05.	13:30 hodin	Milan Pitkin, velký sál
15. 05.	13:30 hodin	Den pro rodinu, zahrada/velký sál
19. 05.	09:30 hodin	Sportování, zahrada/velký sál
28. 05.	13:30 hodin	Grilování, zahrada
23. 05.		MiniTechnohraní Vystoupení dětí MŠ ke Dni matek

Červen

03. 06.	09:00 – 11:00	Piknik s dětmi na zahradě
12. 06.	13:30 hodin	Grilování, zahrada
17. 06.	13:30 hodin	Zahradní slavnost s Heidi Janků, velký sál

- canisterapie, cykloterapie, hipoterapie – dle domluvy
- spolupráce s mateřskými a základními školami v Mostě – dle domluvy

HUDEBNĚ ZÁBAVNÝ PROGRAM V HARMONII

2025–2026

Vystoupení vždy od **13:30** hodin

Velký sál Harmonie ve **2. patře**

Vstupné **50 Kč**

11. září 2025 Josef Fousek

13. říjen 2025 Vladimír Hron

12. listopad 2025 Jan Přeučil a Eva Hrušková

3. prosinec 2025 Inflagranti

14. leden 2026 Zlata Adamovská a Petr Štěpánek

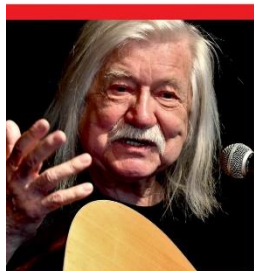
11. únor 2026 Alfa music (taneční kapela)

11. březen 2026 Šimon Pečenka

14. duben 2026 Písně Hany Hegerové

13. květen 2026 Milan Pitkin

17. červen 2026 Heidi Janků



Akce je určena výhradně pro uživatele DpS Barvířská.

Domov pro seniory, ul. Jiřího Wolкера

Leden

06. 01.	09:30 hodin	Tříkrálové sportovní dopoledne
09. 01.	09:30 hodin	Bingo
23. 01.	09:30 hodin	Trénování paměti Canisterapie Virtuální brýle

Únor

13. 02.	09:30 hodin	Bingo
17. 02.	09:30 hodin	Zimní sportovní hry
27. 02.	09:30 hodin	Deskovky Canisterapie Virtuální brýle

Březen

10. 03.	09:30 hodin	Sportovní trojboj
13. 03.	09:30 hodin	Bingo
26. 03.	10:00 – 14:00	Velikonoční prodejní trhy
27. 03.	09:30 hodin	Jarní kvíz Canisterapie Virtuální brýle

Duben

14. 04.	09:30 hodin	Turnaj v kuželkách
17. 04.	09:30 hodin	Bingo
29. 04.	14:00 hodin	Čarodějnická kavárnička Canisterapie Virtuální brýle

Květen

05. 05.	09:30 hodin	Májový pětiboj
15. 05.	09:30 hodin	Bingo
27. 05.	14:00 hodin	Grilování na zahradě Canisterapie Virtuální brýle

Červen

05. 06.	9:30 hodin	Bingo
09. 06.	9:30 hodin	Turnaj v curlingu
17. 06.	9.30 hodin	Piknik na Hněvíně Canisterapie Virtuální brýle

Domov pro seniory, ul. Antonína Dvořáka

Leden

09. 01.	09:00 hodin	Kavárna na oslavu nového roku
13. 01.	09:00 hodin	Filmové dopoledne
20. 01.	09:00 hodin	Vaření pro mlsné jazýčky
23. 01.	10:00 hodin	Zahájení výstavy diamantových obrazů MUDr. Tiché Canisterapie dle dohody

Únor

05. 02.	09:00 hodin	Sportovní dopoledne
17. 02.	09:00 hodin	Masopustní dopoledne Canisterapie dle dohody

Březen

06. 03.	09:00 hodin	Kavárna k oslavě MDŽ
10. 03.	09:00 hodin	Den pro mozek
19. 03.	10:00 hodin	Reminiscenční terapie
24. 03.	09:00 hodin	Velikonoční tvoření
31. 03.	09:00 hodin	Velikonoční trhy Canisterapie dle dohody

Duben

02. 04.	09:00 hodin	Velikonoční posezení
21. 04.	09:00 hodin	Čarodějnické tvoření
28. 04.	14:00 hodin	Oslava svátku čarodějnic Canisterapie dle dohody

Květen

05. 05.	09:00 hodin	Trénování paměti
07. 05.	09:00 hodin	Oslava Dne matek ve spolupráci s MŠ
19. 05.	09:00 hodin	Pečení lineckých srdíček
21. 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

02. 06.	09:00 hodin	Den dětí ve spolupráci s MŠ
11. 06.	09:00 hodin	Sportovní dopoledne
16. 06.	09:00 hodin	Vaření pro mlsné jazýčky Canisterapie dle dohody Grilování dle počasí

Penzion pro seniory, ul. Albrechtická

Leden

12. 01.	14:00 hodin	Klub seniorů č. 8
28. 01.	16:00 hodin	Kavárnička
30. 01.	09:30 hodin	Turnaj v „Člověče, nezlob se“

Únor

09. 02.	14:00 hodin	Klub seniorů č. 8
13. 02.	17:00 hodin	Masopustní zábava
25. 02.	16:00 hodin	Kavárnička

Březen

09. 03.	10:00 hodin	Besídka ke Dni žen s MŠ Albrechtická
09. 03.	14:00 hodin	Klub seniorů č. 8
25. 03.	16:00 hodin	Kavárnička
27. 03.	09:30 hodin	Turnaj v dámě

Duben

02. 04.	09:30 hodin	Velikonoční dílnička s MŠ Albrechtická
13. 04.	14:00 hodin	Klub seniorů č. 8
23. 04.	16:00 hodin	Kavárnička
29. 04.	15:00 hodin	Táborák – čarodějnice

Květen

11. 05.	14:00 hodin	Klub seniorů č. 8
13. 05.	09:30 hodin	Besídka ke Dni matek se 14. ZŠ
27. 05.	16:00 hodin	Kavárnička

Červen

01. 06.	09:30 hodin	Den dětí s MŠ Albrechtická
08. 06.	14:00 hodin	Klub seniorů č. 8
24. 06.	16:00 hodin	Kavárnička
dle počasí		Výlet do Žatce do muzea chmele

Pravidelné aktivity

pondělí 09:00 – 09:30 hodin	Společné cvičení na židlích
středa 1x za 14 dní	Keramická dílna
čtvrtek 09:00 – 09:30 hodin	Společné cvičení na míčích
pátek 09:00 – 11:00 hodin	Aktivizační činnosti
sobota od 15:00 hodin	Společenské hry

Penzion pro seniory, ul. Komořanská

Leden

každé pondělí	09:00 hodin	Společné cvičení
	10:00 hodin	Sportovní či vědomostní hry
každý 3. týden v úterý	14:00 hodin	Kavárnička
1x za 14 dní čtvrtek	15:00 hodin	Ergo
		Návštěva Aquadromu

Únor

19. 02.	15:00 hodin	Masopust
každé pondělí	09:00 hodin	Společné cvičení
	10:00 hodin	Sportovní či vědomostní hry
každý 3. týden v úterý	14:00 hodin	Kavárnička
1x za 14 dní čtvrtek	15:00 hodin	Ergo

Březen

06. 03.	10:00 hodin	Besídka s dětmi k MDŽ (či jiný termín daný MŠ)
19. 3. 2026	16:00 hodin	Josefovská zábava
každé pondělí	09:00 hodin	Společné cvičení
	10:00 hodin	Sportovní či vědomostní hry
každý 3. týden v úterý	14:00 hodin	Kavárnička
1x za 14 dní čtvrtek	15:00 hodin	Ergo
		Společný výlet dle počasí

Duben

30. 04.	15:00 hodin	Pálení čarodějnic a stavění Májky, opékání buřtů
každé pondělí	09:00 hodin	Společné cvičení
	10:00 hodin	Sportovní či vědomostní hry
každý 3. týden v úterý	14:00 hodin	Kavárnička
1x za 14 dní čtvrtek	15:00 hodin	Ergo
		Společný výlet dle počasí

Květen

01. 05. či 2. 5. 2026	09:00 hodin	Májová vycházka
termín určený MŠ	10:00 hodin	Vystoupení dětí z MŠ ke Dni matek
každé pondělí	09:00 hodin	Společné cvičení
	10:00 hodin	Sportovní či vědomostní hry
každý 3. týden v úterý	14:00 hodin	Kavárnička
1x za 14 dní čtvrtek	15:00 hodin	Ergo
		Společný výlet dle počasí

Červen

01. 06.		Dětský den s jesličkami
po dohodě	09:00 hodin	Nordic walking
každé pondělí	09:00 hodin	Společné cvičení
	10:00 hodin	Sportovní či vědomostní hry
každý 3. týden v úterý	14:00 hodin	Kavárnička
1x za 14 dní čtvrtek	15:00 hodin	Ergo
		Společný výlet dle počasí

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

Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti

Leden

03. 01.	13:30 hodin	Novoroční vycházka na Šibeník
12. 01.	14:00 hodin	Klub seniorů č. 8
29. 01.	16:00 hodin	Kavárnička

Únor

09. 02.	14:00 hodin	Klub seniorů č. 8
26. 02.	16:00 hodin	Kavárnička

Březen

05. 03.	09:30 hodin	Besídka k MDŽ s dětskou skupinkou
06. 03.	17:00 hodin	Taneční zábava k MDŽ
09. 03.	14:00 hodin	Klub seniorů č. 8
26. 03.	16:00 hodin	Kavárnička

Duben

02. 04.	09:30 hodin	Velikonoční dílnička s dětskou skupinkou
13. 04.	14:00 hodin	Klub seniorů č. 8
23. 04.	16:00 hodin	Kavárnička
30. 04.	15:00 hodin	Táborák – čarodějnice Turnaj MSSS v kuželkách

Květen

11. 05.	14:00 hodin	Klub seniorů č. 8
21. 05.	16:00 hodin	Kavárnička
28. 05.	09:30 hodin	Dětský den s dětskou skupinkou

Červen

08. 06.	14:00 hodin	Klub seniorů č. 8
30. 06.	16:00 hodin	Kavárnička

Pravidelné aktivity

Hraní karet – PO+ST+PÁ od 15:00 hodin
 Ergodílňa – každé ÚT+ČT od 13:00 hodin
 Cvičení s Janou – každé ÚTERÝ od 09:00 hodin
 Cvičení s Evou – každé ÚT+ČT od 17:00 hodin
 Kuželky – 1x za 14 dní ve ČTVRTEK od 09:00 hodin
 Cvrnkaná – každý PÁTEK od 09:00 hodin
 Plavání – každé ÚTERÝ od 07:00 hodin
 Bowling – každé ÚTERÝ od 11:00 hodin
 Ping-Pong – každé ÚT+ČT od 14:00 hodin

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

Leden

denně
09. 01.
26. 01.

Zimní radovánky na sněhu – denně dle možností
Máme rádi zvířátka – oblíbená zvířecí hračka, povídání o zvířátkách
Z pohádky do pohádky – proměna jesliček a stacionáře v pohádkovou říši

Únor

06. 02.

17. 02.
27. 02.

Bílý den – jesličky i dětský stacionář se zahalí do zimy, bílé oblečení, aktivity se zimní tematikou
Masopustní rej – masky, diskotéka, pečení koláčů
Když myšku bolí zub – nácvik ústní hygieny, povídání o zoubcích

Březen

06. 03.
20. 03.
27. 03.

MDŽ – návštěva Penzionu pro seniory v ul. Komořanská
Světový den Downova syndromu – zapojení se do Ponožkové výzvy
Oslava Světového dne divadla – návštěva Divadla rozmanitostí (změna termínu vyhrazena dle programu divadla)

Duben

01.04.
02.04.

22.04.
30.04.

Vítání jara – malování velikonočních vajíček, výroba zajíčků
Velikonoční jarmark – výstava výrobků dětí, hodování, předání velikonočních balíčků dětem
Den Země – povídání si o Zemi, ekologii
Čarodějnický slet – čarodějnická škola, pálení čarodějnice, masky

Květen

07.05.
15.05.
28.05.

Den matek – vyrábění dárků pro maminky
Den rodiny – společné odpoledne s rodinami dětí
Den her – hraní různých her s dětmi

Červen

01. 06.
05. 06.
19. 06.
27. 06.

Oslava Dne dětí
Oslava Dne životního prostředí – vyprávění si o ochraně ŽP
Mezinárodní den květin – sázení květin s dětmi, (21. června)
Vítání prázdnin – zábavné dopoledne pro děti na zahradě zařízení

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

Leden

05. 01.	10:00 hodin	Procházka – Oslava nového roku
13. 01.	10:00 hodin	Sportovní soutěž – Šipky
23. 01.	10:00 hodin	Plavání Aquadrom Most
30. 01.	10:00 hodin	Koulování na sněhu

Únor

02. 02.	10:00 hodin	Krmení ptáků – zahrada
12. 02.	10:00 hodin	Italská cukrárna
16. 02.	10:00 hodin	Městská knihovna v Mostě
25. 02.	14:00 hodin	Kino Kosmos

Březen

03. 03.	10:00 hodin	Bowling Benedikt
12. 03.	11:15 hodin	Restaurace Švejk
26. 03.	10:00 hodin	Oslava narozenin
31. 03.	10:00 hodin	Turistika – Hněvín

Duben

02. 04.	10:00 hodin	Vítání jara – Morena – Rudolický potok
13. 04.	10:00 hodin	Pozvánka do divadla
23. 04.	10:00 hodin	Dopravní hřiště
30. 04.	10:00 hodin	Oblastní muzeum Most – pálení čarodějnic

Květen

04. 05.	10:00 hodin	Galerie Litvínov
14. 05.	10:00 hodin	Procházka – Jezero Most
21. 05.	10:00 hodin	Star park Most
28. 05.	10:00 hodin	Útulek Rudolice

Červen

04. 06.	10:00 hodin	Minigolf
18. 06.	10:00 hodin	Celodenní výlet
23. 06.	10:00 hodin	Plavání – Matylda
30. 06.	10:00 hodin	Rozhledna Šibeník

Změna programu vyhrazena.

Aktualizace: 12. ledna 2026