

P STŘEHY

VELKÉ PÍSMO SNADNÉ ČTENÍ

SENIORŮ



MSSS

Městská správa sociálních služeb
v Mostě – příspěvková organizace

VZPOMÍNKY A PŘÍBĚHY SENIORŮ, KTERÉ HŘEJÍ I PO VÁNOCÍCH

- MIKULÁŠSKÉ ZÁBAVY
- ROZSVÍCENÍ VÁNOČNÍCH STROMKŮ
- SILVESTROVSKÁ SETKÁVÁNÍ



Vycházka na hrad Hněvín

Podáme ruku všem, kteří nás potřebují.

Příští číslo plánujeme vydat v dubnu 2026

POSTŘEHY SENIORŮ – příběh společné spolupráce

Časopis POSTŘEHY SENIORŮ je s námi již několik let a stal se součástí života naší organizace i mnoha čtenářů. Pojdme se společně podívat na jeho vznik, vývoj a především na činnost redakční rady, která se na jeho podobě aktivně podílí.

Jak to všechno začalo

Městská správa sociálních služeb v Mostě – příspěvková organizace, vydala v březnu 2023 nulté číslo časopisu POSTŘEHY SENIORŮ. Od samého začátku byl časopis určen především seniorům a jeho cílem bylo přinášet čtivé a přehledné informace o dění ve všech zařízeních organizace.

V květnu 2023 se poprvé sešla redakční rada, která se stala důležitým partnerem redakce. Podílí se na tvorbě obsahu, navrhuje témata, pomáhá zvyšovat kvalitu časopisu a podporuje jeho propagaci. První oficiální číslo vyšlo v červenci 2023.

Časopis jako čtvrtletník

Od samého počátku bylo cílem vydávat časopis jako čtvrtletník. Tento záměr se podařilo naplnit a časopis vychází v pravidelných intervalech.

Pravidelná setkání redakční rady

Základem spolupráce jsou pravidelná setkání redakční rady, která jsou nejen pracovní, ale také přátelská a inspirativní. V prosinci 2025 proběhlo již desáté setkání, což je důkazem dlouhodobé a smysluplné spolupráce.

Jednání se konala v různých objektech MSSS v Mostě – p. o., kde bylo vždy jednotlivými členy zajištěno příjemné zázemí, včetně drobného pohoštění. Některá setkání byla obohacena také o návštěvy zajímavých míst, například Autodromu Most nebo Kavárny na ulici v Parku Střed.

Poslední setkání v prosinci 2025 proběhlo na Hněvíně, v nově otevřené Restauraci Kelly, kde jsme měli možnost načerpat příjemnou atmosféru historického prostředí hradu.



Poděkování na závěr

Poděkování patří všem členům redakční rady za jejich čas, nápady a ochotu spolupracovat. Díky vám je časopis POSTŘEHY SENIORŮ živý, pestrý a skutečně tvořený pro seniory i se seniory.

Fotografická výstava „Chcete své stáří přežít, nebo prožít?“

Aktuálně je výstava k vidění v prostorech Městského divadla v Mostě, kam se přesunula z mostecké knihovny. Instalována je ve foyer divadla a návštěvníci si ji mohou prohlédnout až do konce měsíce února.

Kompletní fotogalerie je k dispozici také na webových stránkách MSSS v Mostě – p. o.:
<https://www.msss-most.cz/post/chcete-sve-stari-prezit-nebo-prozit-853>



**HARMONIE
TŘETÍHO VĚKU**

Časopis Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace
96. vydání / listopad 2025

**CHCETE
SVŮJ ŽIVOT
PŘEŽÍT,
NEBO PROŽÍT?**

VÝSTAVA O RADOSTI, DŮSTOJNOSTI A ODVAZE ŽÍT NAPLNO V KAŽDÉM VĚKU. ZACHYCUJE TVÁŘE A PŘÍBĚHY LIDÍ, KTERÍ DOKAZUJÍ, ŽE STÁŘÍ NENÍ KONEC CESTY, ALE ČAS, KDY SE NAPLNO ZRCADLÍ SÍLA LIDSKOSTI, HUMORU A PŘÁTELSTVÍ. KAŽDÁ FOTOGRAFIE VYPRÁVÍ PŘÍBĚH – O DROBNÝCH VÍTĚZSTVÍCH, O SMÍCHU, O CHVÍLÍCH, KDY OBYČEJNÝ DEN ZÍSKÁ NEOBYČEJNÝ ROZMĚR. VÝSTAVU JSME POJALI JAKO POCTU SENIORŮM, KTERÍ SVŮJ ČAS NEJEN ŽIJÍ, ALE SKUTEČNĚ PROŽÍVAJÍ.

**PODÁME RUKU VŠEM,
KTERÍ NÁS POTŘEBUJÍ**

WWW.MSSS-MOST.CZ
 MSSSVMOSTE



MSSS

Městská správa sociálních služeb
v Mostě - příspěvková organizace



Moji milí,

všechno má svůj začátek a konec. Také já se v těchto dnech musím s vámi všemi rozloučit. Od 1. ledna 2026 už jsem v důchodu na plný úvazek. Tak si budu na tento stav pomalu zvykat. Není to pro mne lehké. Strávila jsem s vámi všemi moc krásných 17 let. Přirostli jste mi k srdci a byli jste jako moje rodina. Od roku 2009, kdy jsem nastoupila na Městskou správu sociálních služeb v Mostě, jsem začínala jako sociálně kulturní pracovník. Moje práce byla tehdy zpočátku spojena spíše s administrativou a zajišťováním agendy týkající se Domova pro seniory Jiřího Wolkera a Domova pro seniory Antonína Dvořáka. Od roku 2011 až do konce roku 2025 jsem pak působila jako kulturně výchovná pracovnice.

Měla jsem možnost vás aktivizovat na celé škále činností. Ať už se jednalo o pohybové aktivity, procvičování mozkových závitů, kvízy nebo cvičení paměti, jemnou motoriku, ale také třeba cvičení na zahradě, výlety a další. Za celou dobu mého působení zde se vystřídal celá řada seniorů, celá řada příběhů a osudů.

V tu dobu se moje práce rozšířila hlavně na penziony. Zde jsem poznala další spoustu úžasných lidí.

S mnohými jsme navázali i soukromá přátelství, která udržujeme dodnes. Toho si nesmírně vážím. Vážím si toho, že jste mě tak úžasně přijali mezi sebe, stala jsem se vaší součástí, součástí vašeho života. Společně jsme spolu zažili neuvěřitelné zážitky a příběhy. Ať už se jednalo o společná cvičení na jednotlivých penzionech, společenská setkání ale také zábavy. Úžasná byla každoroční setkání seniorů na hipodromu anebo na Seniorské šlápě. Úžasně zážitky jsme prožívali na rekondičních pobytech. To byly vlastně týdenní pobyty od rána do noci, kdy byl pro vás připraven program. Ráno jsme začínali rozcvičkou, po snídani jsme měli společné tvoření, ze kterých jste si obvykle odváželi své výrobky domů na památku. Odpoledne byly společné vycházky nebo výlety. Večer jsme hráli různé společenské hry anebo měli třeba diskotéku. Velkou akcí býval vždy karneval v maskách. Na to jsme se připravovali pečlivě. A předposlední den sportovní hry. Za celou dobu našich rekondičních pobytů jsme poznali spousty krásných míst naší republiky. Všude nám bylo dobře. Vždycky jsem se snažila sehnat místního kronikáře anebo pracovníka informačního centra, abychom se o místě pobytu dozvěděli co nejvíc a poznali co nejvíc z místa pobytu.

Na připomenutí, kde jsme všude byli:

- Mariánská nad Jáchymovem
- Sázavský Ostrov
- Trnávka, Želiv
- Kytlice, Lužické hory
- Jetřichovice
- Libuň, Český ráj
- Chlum u Třeboně
- Nové Hamry u Karlových Varů
- Hotel Sádek, Díly u Domažlic
- Hotel Brdy Spálené Poříčí
- Hotel Ort, Český ráj
- Hotel Panorama Teplice
- Parkhotel Sokolov

Ve dvou lokalitách jsme byli dvakrát.
To je zážitků nespočítaně.

Další zážitky byly například při cvrkané, šipkách, curlingu, kužkách, bowlingu, společné návštěvě divadel ať už v Mostě, Praze, Teplicích, akce Plaveme prsa, Přeplavme svůj La Manche, kde jsme byli v loňském roce absolutními vítězi z celé republiky. Zvláštní kapitolou je akce Jedeme v tom společně. Jedná se vlastně o jízdu na rotopedech, kdy jsme se zúčastnili kromě prvního ročníku všech následujících. Začínali jsme trasou Most – Paříž dlouhou 2000 km a končili po x letech podobnou trasou kolem Mostu. Vyvrcholením této akce byla návštěva tehdejší paní prezidentové Zemanové u nás v domově.

Mezi další aktivity, na které vzpomínám, patří například společné oslavy 90 a víceletých uživatel, nebo projekt společné malování plotu kolem tehdejší Astry dneska Harmonie. Do této aktivity se kromě našich domovů a penzionů zapojily mostecké mateřské školy, základní školy, jednotlivci. Každý měl vyhrazeno jedno nebo více plotových polí. Vznikla z toho úžasná mozaika tvořivosti. Tvořili jsme také s malířem Pavlem Lakomým. I ten, kdo si myslel, že neumí malovat, tak vytvořil pod jeho vedením krásný obrázek. Úžasná byla také mezigenerační spolupráce například se Střední školou diplomacie a veřejné správy Most, nebo spolupráce s Divadlem VeTři, městskou policií, školkami a základními školami a ostatními. Navštěvovali jsme také pravidelně okolní zařízení sociálních služeb jako Janov, Chomutov, Podbořany,



Libochovice. Naše účast byla také na místních, krajských sportovních hrách, ale i sportovních hrách mezinárodních v Německu při fungování přeshraniční spolupráce.

No, prostě závěrem, bylo toho opravdu mnoho. A jsem moc ráda, že jsem vám mohla dělat radost a přinášet dobrou náladu. Nejkrásnější pro mne vždy bylo, když jste z akce odcházeli usměvaví, rozesmátí a šťastní. To byla moje odměna. Tak jak již jsem na začátku řekla, naše dlouholetá společná cesta končí, vystupuji z tohoto rozjetého vlaku, od 1. ledna 2026 jsem jedna z vás, jsem v důchodu. Tu písničku jsem si nadělila a společně nacvičila se svými mažoretkami. Nešlo vyjmenovat všechno, co jsme společně prožili. Trošku se ještě angažuji v jiné sféře, když budete potřebovat s něčím pomoci, a bude to v mých silách, nabízím pomocnou ruku.

Mějte se krásně, určitě se budeme nadále setkávat, ale už ne v pracovní rovině. Bylo mi ctí, jít s vámi ten kus života společnou cestou. Bude se mi stýskat. Ale budu se těšit na možná setkání s vámi. Třeba v klubu seniorů, kde moje práce nekončí.

Vaše Helena Houšková

Samozřejmě velké poděkování patří i mým nadřízeným, paní vedoucí, kolegům, kolegyním a spolupracovníkům a také vedení našeho města, kteří seniory podporují. Děkuji.

Domovy HARMONIE, ul. Barvířská 495, 434 01 Most

Vánoční vystoupení tria Inflagranti v Harmonii



V úterý 2. prosince jsme v Harmonii přivítali trio Inflagranti, které nám svým vánočním vystoupením zpestřilo jinak všední odpoledne. Zažili jsme tak opravdovou koncertní atmosféru. Propojila se zde krása smyčců s energií rockové hudby.

Zazněly skladby nejen z alba Christmas Symphony, ale také upravené skladby od Vivaldiho,

Metallicy a muzikálové písně např. z Fantoma opery. Na závěr jsme si za doprovodu smyčců zazpívali společně známé koledy. Vyvrcholením koncertu byla píseň Hallelujah od Leonarda Cohena.

Děkujeme Vaše naše cukrárna za skvělé pohoštění pro trio Inflagranti.

*Hana Bruchtilová
ergoterapeutka*



Domov pro seniory, ul. Jiřího Wolкера 404, 434 01 Most

Co to je za datum 5. prosince?

To přece chodí trojice Mikuláš, čert a anděl. Nejinak to bylo i v letošním roce. Protože už několik let máme spolupráci s mateřskou školou Bělehradská, tak první zastavení Mikuláše, čerta a anděla bylo ve čtyřech třídách této školky. Největší zážitek z této návštěvy měli „maláčkové“, za to ti největší ve školce, to už jsou „hrdinové“. I když většinou respekt a obdiv tady ještě je. Děti měly podle tříd připravená nacvičená vystoupení.

Druhou velkou zastávkou této trojice byl Domov pro seniory Jiřího Wolкера v Mostě. Městská správa sociálních služeb v Mostě připravila pro své seniory balíčky. Děkujeme. Malí nebo velcí, obě skupiny měly z návštěvy Mikuláše, čerta a anděla radost.



Vánoce očima desetileté dívky narozené v roce 1935

Mé vzpomínky na blížící se Vánoce jsou pro mě úsměvné. Protože každé školní volno jsem trávila u babičky, bylo tomu tak i v předvánoční době. Tyto dny mi připomínaly maraton. Svátek Mikuláše ho odstartoval. Nejdříve se napeklo cukroví a potom se dělal „grunt“. Toto přímo nenáviděl děda a také Ralf, který pobýval raději v boudě, protože nebylo dobré trávit čas poblíž babičky. Já jsem se snažila ochutnat vánoční dobroty, ale babička měla klíče od komory v kapsáři. Přesto, když někdy nebyla na blízku, když pooděšla, tak jsem něco málo okusila.

Úklid začínal vymetením kamen. Nebylo místo, kde by ho minul hadr v ruce babičky. Já jsem lešti-la přibory, se kterými se nikdy nejedlo. Od té doby nemám stříbro v oblibě. A mohly přijít Vánoce. O Vánocích byla babička tolerantní. Ani nehubovala a děda spokojen. Se svojí fajfkou bafal a babi se nehněvala. Vždyť za dveřmi byly Vánoce.

Vzpomínka neznámé babičky



Co psaly děti Ježíškovi

Milý Ježíšku. Jmenuji se Honza a chtěl bych autíčko na baterky anebo opravdové.

J. R. Vyškov

Chtěla bych medvídku PU a živého slona.

L. O. Příbram

Prosím, tě, dej mi jiného tatínka.

Z. L. Poděbrady

Milý Ježíšku, moc bych si přála psa a taky vidět tebe.

J. K. Třinec

*babička Krista
Domov pro seniory, ul. Jiřího Wolкера*

Domov pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166, 434 01 Most

Rozsvícení vánočního stroměčku

Zahájení vánoční sezóny 2025 a rozsvícení vánočního stroměčku začalo v Domově pro seniory, Antonína Dvořáka již v úterý 2. prosince. Tato společenská událost proběhla v prostoru zahrady pozdě odpoledne, aby světlo stromu rozzářilo všechny přítomné.

Před odpočítáváním velkého finále nás poctili návštěvou studenti ZUŠ F. L. Gasmanna v Mostě pod vedením paní učitelky Kateřiny Kubičkové. Studenti měli připravené pásmo vánočních koled, které zahrály na saxofony a klarinety. Vystoupení bylo krásné a vyžadovalo dávku odvahy. Hudebníci, kteří v zimě stojí venku, si zaslouží tichý obdiv. V chladu, který bere dech a tuhne v prstech, dokážou vytvořit teplo tam, kde žádné není a my jim za to srdečně děkujeme.

Pro zahřátí všem posloužil také vánoční punč nebo horká čokoláda. Světla svíček a prskavek navodily tu správnou atmosféru, kterou podpořila i doprovodná vánoční hudba. Společný zpěv a chvilkami i tanec rozproudil nejednoho účastníka a závěr odpoledne po společném odpočtu nemohl být lepší.

Této události předcházela spousta práce na vánoční výzdobě celého venkovního prostranství i vnitřku domova. Velké poděkování patří všem zaměstnancům, kteří se podíleli na vytvoření vánoční nálady v domově pro seniory, protože to za to úsilí stálo. Naši uživatelé si společné rozsvícení stroměčku užili a to byl jen začátek vánočních událostí

*Petra Hreňuková
sociální pracovnice*



Penzion pro seniory, ul. Albrechtická 1074, 434 01 Most

Advent a Vánoce v Albrechtické

Advent u nás v penzionu v Albrechtické ulici začal hodně brzy. Již **14. listopadu** k nám dorazil první posel Vánoc, děti z mateřské školy ze stejnojmenné ulice. Děti si přišly s naší pomocí vyrobit přáníčka, vánoční stromečky a jinou papírovou dekoraci. Chvilu s dětmi nás vždy vrátí zpět, do našeho dětství a do doby dětství našich dětí.

26. listopadu nás na Kavárniče navštívila Krušnohorská dudácká muzika pod vedením pana Oty Lišky. Jejich vystoupení nám vždy vykouzlí úsměv na tvářích a rádi si s nimi zazpíváme. Kapelu každý rok objednává zřizovatel MSSS v Mostě – p. o. – statutární město Most a střídají se různá zařízení. Také mezi nás přišla i paní náměstkyně paní Markéta Stará, která přinesla dárkový koš. Moc za něj i za ostatní péči o všechny seniory města děkujeme. Ve společenské místnosti byl vedením penzionu vytvořen vánoční fotokoutek, u něhož ten den všechny zájemce vyfotila paní fotografka Alena Jílková. Krásné fotografie většina z nás o Vánocích věnovala svým rodinám či přátelům.

1. prosince se v našem penzionu rozzářil vánoční stromeček. Nově místo v hale penzionu jsme se sešli v teple ve společenské místnosti, kde nás čekalo vystoupení žáků Základní umělecké školy F. L. Gasmanna. Svými písněmi i hrou na hudební nástroje dojali nejednoho obyvatele. A už se přiblížil slavnostní okamžik. Stromeček rozsvítila nejstarší obyvatelka penzionu paní Eva Nebesářová.

3. prosince v podvečer k nám zavítal pěvecký sbor Zpívání bratrské církve. Letos zazpívali gospelové písně, které byly velmi zajímavé. Každý rok si připraví nějakou novinku.

Hned dvě akce proběhly **10. prosince**. Dopoledne nás navštívili naši kamarádi předškoláčky z MŠ se svým pásmem nejen vánočních písniček a tanečků. Donesli nám všem také vlastnoručně ve školce vyrobené drobné dárečky. Závěrem jsme si společně zazpívali Vánoce, vánoce přicházejí a tím jsme se my, obyvatelé penzionu, připravili na večerní zpívání Česko zpívá koledy, kterou pravidelně již patnáct let chystají Český rozhlas a noviny Deník. Podle jejich zpěvníku jsme si naladili koledy v televizi a s chutí jsme se dali do zpívání.

15. prosince jsme opět měli double akci. Dopoledne paní učitelka Jana Glöcknerová ze 14. ZŠ přivedla svoje páťáky, kteří si pro nás připravili pásmo



Jaro, léto, podzim, zima. Své umění nám předvedli i dva malí flétnisté. Na závěr opět zazněly koledy a nám se v příjemné společnosti ani nechtělo domů. Někteří si ale potřebovali odpočinout před další plánovanou návštěvou. Tentokrát dorazili naši oblíbenci Lukáš Komínek a Tadeáš Horehled, kteří si dovedli kamarádku, také herečku z mosteckého divadla Elišku Navrátilovou. Nejdříve zazpívali sólově i společně různé písničky a druhou část vystoupení už zněly jen vánoční melodie za našeho tichého doprovodu. Každé takové vytržení z denního stereotypu pro nás přinese osvěžení.

V odpoledních hodinách **19. prosince** nás čekalo překvapení. Neplánovaně se u dveří penzionu objevily děti ze školní družiny 10. ZŠ. Přinesly ručně vyrobené dárečky a na chodbách u bytů zazpívaly připravenou písničku.

Vánoční svátky jsme trávili každý podle svého. Někdo s rodinou, jiný s přáteli nebo sám.

A už se přiblížil konec roku a s ním **30. prosince** Předsilvestrovská zábava. Zahrát a zazpívat nám přišli manželé Hvozdovi, kteří nás rozptýlili naší oblíbenou hudbou. Někdo si zatančil, někdo jen pobrukoval známé texty a všichni přítomní jsme si náramně užili.

Naši předvánoční návštěvníci jsou naši stálí hosté, většinou se mění jen děti, které postupně odrůstají. Všem, kteří se u nás v penzionu před Vánoci objevili, bych chtěla za zájem o nás seniory moc a moc poděkovat. A nejen jim, ale i všem ostatním, kdo čtou tyto řádky, bych chtěla popřát se zpožděním vše nejlepší do nového roku, hlavně hodně zdraví a spokojenosti. Doufám, že jste všichni vykročili tou správnou nohou.

Miloslava Jarošová
Penzion pro seniory, ul. Albrechtická

Penzion pro seniory, ul. Komořanská 818, 434 01 Most

Co dělali obyvatelé Komořanské kromě oblíbených kavárniček?

1. října jsme vyjeli autem MSSS v Mostě – p. o. na Hněvín. Trochu foukalo, ale výhledy stály za to.

30. října se u ohniště konala oslava Halloweenu. Strašidla byla strašidelná, vuřty dobré. Ke kávě či čaji jsme ochutnali pečivo, které ženy napekly. Pak se dlabaly dýně. Ty ozdobily vstup do penzionu.

6. listopadu při návštěvě kavárny Javorka jsme zblízka poznali chameleona, agamu a pagekona. Nechyběla výborná káva a dezerty.

10. listopadu nám zahrála kapela František a Poslední kovbojové. Tančilo se, zpívalo a soutěžilo. Výherci dostali odměnu. Nejhezčí kovbojové klobouk a šátek, nejlepší tanečníci CD a ostatní drobnou pozornost.

1. prosince se v hale rozzářil vánoční strom. Sváteční atmosféra pokračovala ve společenské místnosti vystoupením pěveckého sboru SMOG. Potom jsme ochutnali vánoční pečivo a štoly, které ženy upekly. Pěkný den ukončil voňavý svařák.



2. prosince začala Mikulášská zábava předáním dárkového koše paní náměstkyní Markétou Starou. Pokračovala vystoupením „Vločky“, které se obyvatelům moc líbilo. Také nás navštívil Mikuláš, čert a anděl se sladkou odměnou. Nechybělo občerstvení a tanec. Skupina František a Poslední kovbojové nás nenechala odpočívat.

V předvánočním čase nám udělaly radost návštěvy dětí z jesliček, mateřské školy a hudební vystoupení žáků ZUŠ. Taky herci Tadeáš Horehled' a Eliška Navrátilová nám připravili pěkné hudební odpoledne.

*Jana Follprechtová
Penzion pro seniory, ul. Komořanská*



Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180, Most

Přehled aktivit v penzionu

Tančím, tančíš, tančíme, kdo vyhraje v tombole, nevíme. A je to tady, je pátek **17. října** a začíná podzimní taneční zábava. Vyprodaný společenský sál, živá hudba v podání manželů Hvozdoých, kteří svým repertoárem navodí správnou náladu. Přichází chvíle napětí a tombola je rozdána vylosovaným obyvatelům. Krásný večer pokračuje tancem a zpíváním.

Ve čtvrtek dopoledne **23. října** se penzionem Ke Koupališti rozléhal dětský smích a radostná energie. Zavítaly k nám opět děti z dětské skupiny U Zajíčků, aby se se seniorkami věnovaly společnému podzimnímu tvoření. Papírové variace masek a dýní se dětem líbily.

29. října se náš penzion provoněl. Příčinou byla kavárnička, na kterou naše obyvatelky „PEKAŘKY“ napekly několik druhů štrúdlů. Všechny štrúdlly snědli naši spokojení obyvatelé a nešetřili chválou. Kavárničku zakončilo naše oblíbené BINGO.

Dne **26. listopadu** se konala naše oblíbená kavárnička. Přišla nás potěšit skupina malých tanečníků za studia Kamily Hlaváčkové. Zajímavé byly ukázky starších tanečnic ve stylu latinskoamerických tanců. S velkým potleskem obdrželi všichni od nás sladké dárečky.

28. listopadu se konalo ve společenské místnosti rozsvícení vánočního stroměčku. Na tuto akce se samospráva velice pečlivě připravovala. Vyzdobila společenskou místnost, vánoční stromček a stoly s bílými ubrusy a vázičky se svítilky. Slavnostní atmosféru navodilo i stejné oblečení samosprávy. Největším zážitkem však bylo vystoupení pěveckého sboru mosteckého gymnázia – SMOGU. Nechyběly koledy, které jsme si společně zazpívali, a stromček byl rozsvícen.



5. prosince se uskutečnila Mikulášská taneční zábava. Taneční veselí přerušilo andělské zvonění a přišel Mikuláš, anděl a čert. Čerta nám poslalo peklo s pořádnou výbavou – měl pytel, řetěz a vidle na zlobivé lidičky, ty však u nás nenašel. A tak mohl Mikuláš rozdat všem dárečky, ženám perníky a mužům pivo. Taneční zábavu zakončily vánoční melodie.

Ve čtvrtek **11. prosince** k nám opět zavítaly děti ze skupinky U Zajíčků. Děti nám za podpory paní učitelky přednesly několik básniček, které pohladily po duši. Poté jsme se všichni pustili do zdobení vonavých perníčků, které jsme si předem upekli. Každý si perníček ozdobil podle své fantazie. Na závěr čekalo malé návštěvníky příjemné vánoční překvapení, každý si odnesl krásného plyšáka, který jim udělal velkou radost.



29. prosince se naši obyvatelé sešli k poslední letošní kavárničce, která se nesla v maškarním duchu. Některé masky byly velmi originální a vtipné. Také nás navštívila tajemná čarodějnice, která nám předvedla povedená kouzla. Vykouzila králíka, oživila malá zvířátka a obdarovala všechny přítomné světelnými náramky. Tímto programem, který měl velký úspěch, byl zakončen letošní rok.

*Marta Zajíčková
Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti*

OKÉNKO Z ANTICKÉ KNIHOVNY

S lidmi je to podobné jako s domy, loděmi a zahradou. Něco se dá udělat na efekt: natřít, vycídit, pověsit cedulku, přidat pár pěkných slov. Z dálky to vypadá pevně a hotově. Jenže pak přijde první pořádný vítr, první déšť, první křivý pohled, první konflikt – a hned je vidět, co byla jen barva a co je skutečná stavba. Dobré se totiž nepozná podle ozdob. Dobrou loď nedělá drahá barva ani pozlacená příď. Dobrou loď dělá trup, co neteče, kormidlo, co poslouchá, a posádka, co se nezblázní, když se moře zvedne. A úplně stejně je to s člověkem. Dobře nevypadá ten, kdo o sobě umí mluvit. Dobře stojí ten, kdo umí stát – když se věci vychýlí.

Když říkám „dobrý člověk“, nemyslím tím někoho, kdo je pořád usměvavý a líbivý. Myslím tím někoho, kdo má uvnitř pevný rámec. Kdo se nenechá vláčet náladami druhých, novými drby, tlakem okolí, ani vlastním egem. Kdo umí být laskavý – ale zároveň umí být pevný. Kdo umí slyšet bolest druhého – a přesto nepustí pravidla, která chrání celek. A víš, kde se to nejlíp ukáže? Ve chvíli, kdy tě někdo vyprovokuje a ty nezareaguješ hned, ale zastavíš tok. Ve chvíli, kdy by ses mohl předvést, ale místo toho jen uděláš správnou věc a jdeš dál. Ve chvíli, kdy máš chuť říct „já jsem to říkal“, ale ty raději zvolíš větu, která věc posune: „Dobře. Jak to teď uděláme?“ Ve chvíli, kdy je nejjednodušší někoho setřít – a ty zůstaneš člověkem.

Navenek se dá hrát ledacos. Ale život má jednu vlastnost: on ti vždycky pošle test. A ten test se neptá na to, co máš. Neptá se na titul, na fotky, na pochvaly, na vizitky ani na to, jestli tě lidé obdivují. Ptá se prostě: Udržíš sebe?

Stoik by řekl, že štěstí není v tom, co se děje kolem. Štěstí je v tom, jestli máš v sobě rozum, který velí, a ne emoce, které tě vlečou. Protože kdo velí sobě, ten má svobodu. A kdo svobodu nemá, ten je otrokem – i kdyby seděl na vysoké židli a měl pod sebou celý tým. Dobrý není ten, kdo má pravdu nahlas. Dobrý je ten, kdo má pravdu uvnitř – a umí ji nést bez potřeby ji dokazovat. Dobrý není ten, kdo všechny ovládne. Dobrý je ten, kdo ovládne sebe: svůj jazyk, svůj hněv, svoji ješitnost, svoji potřebu být viděn.

Skutečné dobro není dekorace. Je to řád v nitru. A z toho řádu pak roste všechno ostatní: pevná řeč, čistý čin, klidné rozhodnutí. A když přijde bouře, tenhle člověk neudělá divadlo. Jen se opře o kormidlo a řekne: „Dobře. Držíme směr.“

KŘÍŽOVKA

Když vidíš v životě cestu bez překážek, ... *dokončení v tajence.*

Cesta	NEROST	JISTOTA (ANGL.)	SPZ TŘEBÍČ	EVROPAN	PÁDOVÁ OTÁZKA	NEVLASTNIT	OSOBNÍ ZÁJMENO	ČÁST VARHAN	Cesta	NECHATI SI OVAŘENÉ MASO	UKRAJIN. MĚSTO
HVĚZDÁŘ									VÁHAVÝ SOUHLAS		
Začátek tajenky									EDUARD (DOM.) HRA SE ZPĚVY A TÁNČI		
POVZDECH			NA TOTO MÍSTO DOPRAVA				PŘI CHŮZI TYP PC PAMĚTI				
LEDVINA (ODB.)				KLID ZBRANÍ FRANC. DEPARTMENT				PRŮSMYK PERO (ANGL.)			
ŘÍMAN					PAPÍR NA STĚNU MOŽNÁ						
ZNAK (ŘEC.)						ETIOP. ŘEKA TEN					ZNAK (Z ŘEČTINY)
ANS, LOIRET, MERI, SAFETY, SÉMA, TNA	SÍDLO V BELGII	RINALDO (DOM.) ZAMEČENÍ					ČÁST ŘECKÉHO CHRÁMU THAJSKÁ TISK. AGENTURA				
LASKAVEC								TVOJE EVROPAN			
Konec tajenky											
EVROPAN					JEŠTĚR						

... zaručeně nevede nikam.