

**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

13. 03

Redakční rada časopisu POSTŘEHY SENIORŮ

● Domovy Harmonie

Oslavy MDŽ

● zařízení MSSS v Mostě – p. o.

Velikonoční trhy v zařízeních

● zařízení MSSS v Mostě – p. o.

### Duben

16. 04.

09:00 hodin Turnaj MSSS v kuželkách

● 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.

09:00 hodin Pro pamětníky aneb ŽIVO/T NA VSI

● 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
08. 04.	09:30 hodin	Aprílové sportování, velký sál
14. 04.	13:30 hodin	Písňe 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
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

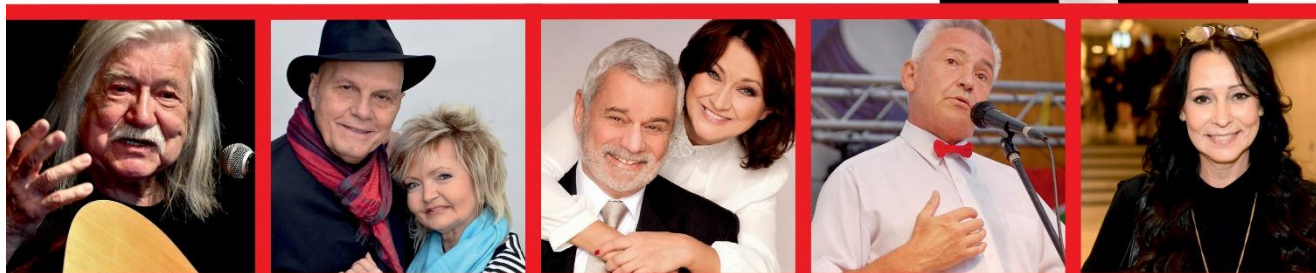
## 2025–2026

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 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
26. 05.	14:00 hodin	Antické hry
29. 05.	09:00 hodin	Májová kavárna u Jezera Most (odjezd k jezeru cca 9. hodina) 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
15. 05.	16:00 hodin	Májová zábava
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
25. 05.	15:00 hodin	vystoupení SMOG
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 záštitky 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
16. 04.	09:00 hodin	Turnaj MSSS v kuželkách
23. 04.	16:00 hodin	Kavárnička
30. 04.	15:00 hodin	Táborák – čarodějnice

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

**Únor**

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

**Březen**

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

**Duben**

01.04. Vítání jara – malování velikonočních vajíček, výroba zajíčků  
02.04. Velikonoční jarmark – výstava výrobků dětí, hodování, předání velikonočních balíčků dětem  
22.04. Den Země – povídání si o Zemi, ekologii  
30.04. 10:00 hodin Čarodějnický slet – čarodějnická škola, pálení čarodějnice, masky

**Květen**

07.05. Den matek – vyrábění dárků pro maminky  
15.05. 15:00 hodin Den rodiny – společné odpoledne s rodinami dětí  
28.05. Den her – hraní různých her s dětmi

**Červen**

01. 06. 10:00 hodin Oslava Dne dětí  
05. 06. Oslava Dne životního prostředí – vyprávění si o ochraně ŽP  
19. 06. Mezinárodní den květin – sázení květin s dětmi, (21. června)  
27. 06. 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: 25. května 2026