

P STŘEHY

VELKÉ PÍSMO
SNADNÉ ČTENÍ

SENIORŮ



MŠSSS

Městská správa sociálních služeb
v Mostě – příspěvková organizace

- STR. 2** | 25. ročník Letního setkání seniorů
- STR. 5** | Den pro rodinu
- STR. 11** | Okénko z antické knihovny
- STR. 12** | Soutěž o dárkový poukaz do kavárny v parku Střed



DEN PRO RODINU V HARMONII
Sportovní festival aneb setkání s Asterixem a Obelixem

Podáme ruku všem, kteří nás potřebují.

LETNÍ SETKÁNÍ SENIORŮ – 25. ROČNÍK

Letní setkání seniorů na mosteckém hipodromu je tradiční akce, kterou pro své seniory pořádá Městská správa sociálních služeb v Mostě – příspěvková organizace, za podpory statutárního města Mostu. Místem konání je krásné prostředí hipodromu. Ve středu 19. června se konal již 25. ročník této oblíbené akce. Při této příležitosti se sejdou senioři z jednotlivých zařízení, ať se jedná o domovy, penziony, stacionář pro handicapované klienty, dětský rehabilitační stacionář a ostatní naše zařízení. Hosty tohoto setkání byli senioři z mosteckých klubů seniorů a Čtveráci z Patokryjí. Se seniory se přišli pozdravit i představitelé města Mostu primátor Marek Hrvol, náměstkyně primátora Markéta Stará, dalšími hosty byly například členky Rady města Mostu Ivana Hvězdová, Jana Falterová Zudová a Patricie Prokešová. Za naši organizaci se seniory přivítala a pozdravila zástupkyně ředitele Lenka Maňáková.



Nosným tématem letošního setkání byla příroda, zahrada, bylinky. K tématu byly přizpůsobeny i soutěžní disciplíny. Ty si pečlivě připravovala všechna naše zařízení, vedení mosteckých klubů seniorů a sámostatnou disciplínu měl i magistrát města Mostu.



Kromě seniorů MSSS v Mostě – p. o. se setkání zúčastnilo i sedm mosteckých klubů seniorů a senioři z Patokryjí Čtveráci. Celkem bylo na setkání přihlášeno 406 osob včetně účinkujících. Soutěžní klání bylo rozděleno do dvou kategorií, a to domovy pro seniory, penziony pro seniory a kluby seniorů. Vyhodnocena byla vždy první tři družstva v dané kategorii. Vítězové obdrželi pohár, diplom, medaili, dárkový koš a poukaz na skupinovou aplikaci metody snoezelen. Všem vítězům blahopřejeme.



Kromě soutěží bylo pro seniory připraveno hudební vystoupení v podání pana Šimona Pečenky, ten provázel celým dopolednem. Dále děti ze Střediska denní péče (jeslí) a Denního dětského rehabilitačního stacionáře ul. Františka Malíka předvedly žraločí tanec. Program pokračoval několika vystoupeními Tanečního studia Kamily Hlaváčkové. Zde se prezentovaly děti od těch nejmenších až po velké slečny, které tančily sóla. Následovalo vystoupení skupiny dětí Káčata. To je příprava ze Sboru dobrovolných hasičů v Mostě. Děti si připravily komentovanou ukázkou ze svého výcviku. Moc hezkým doplněním byla sovička Rozárka z Farmičky u Kačky Klíny. O doplnění programu se postarala Agrární komora Most prodejem regionálních potravin a prezentoval se zde i včelař Vít Loukota se svým medem. Zájem byl i o výrobky našich seniorů.



A protože jsme na hipodromu, tak bylo možné navštívit i stáje a koně. Kůň Míša s doprovodem byl připraven na setkání s přítomnými. Bylo možné si ho prohlédnout a z blízka i pohlédit. Dalším lákadlem byly výborné domácí koláče. Za ně musíme poděkovat zaměstnancům naší kuchyně. Za grilované polopárky zase děkujeme našim údržbářům. Ale poděkování patří veškerému personálu, obsluze stánků, doprovodnému personálu, děvčatům u disciplín, a všem ostatním, kteří se na přípravě a hladkém průběhu setkání podíleli.

Musíme poděkovat i Dopravnímu podniku měst Mostu a Litvínova, a. s., který se postaral o bezbariérovou přepravu osob. Poděkování patří také Hipodromu Most, a. s. za poskytnutí areálu. A v neposlední řadě i studentkám Střední zdravotní školy v Mostě, které naše seniory doprovázely.



Sice ráno trochu přšelo, pak se ale počasí umoudřilo. Tak tím nebyla narušena dlouhodobá tradice těchto setkání. Potkávají se při něm „staří známí“ z domovů i penzionů, kteří nemají během roku moc možností se potkat. A navíc si společně užijí spoustu zábavy v krásném prostředí. Příprava a realizace této akce je velmi náročná. Ale stojí za to naše seniory vyvézt ze svých domovů do trochu jiného prostředí. Setkání má kromě soutěžního, kulturního i společenského a sociálního významu.

A kdo vlastně vyhrál? Vítězové jsou vypsaní na výsledkové listině. Ale v podstatě vyhráli všichni, protože si užili krásný den plný zábavy, setkávání, soutěžení v krásném prostředí mosteckého hipodromu. To potvrzují i kladné ohlasy po ukončení akce.

*Helena Houšková
aktivizační pracovnice*

Průřez společnými aktivitami seniorů za 2. čtvrtletí roku 2024

29. duben je Mezinárodním dnem tance

V Mostě jsme tuto akci oslavili v amfiteátru na Benediktu. Součástí oslav bylo i vystoupení senierek z MSSS v Mostě – p. o., souboru Babčí mažoretky. Jen bych vám chtěla popřát, abyste mohli takovýto den zažít. Přes 500 účastníků a Babčí mažoretky mezi nimi. Super.



Prvomájová vycházka

má už u našich seniorů svoji tradici. Opět jsme letos vyrazili 1. května na procházku Žižkovkou. Měli jsme zrovna štěstí na krásné jarní počasí. Procházka byla velmi příjemná. Podařilo se nám cestou potkat i lamí kluky. Nechyběl ani polibek pod rozkvetlým stromem a dobrý oběd v Restauraci U Švejka.

Výlet seniorů na Májový jarmark v Bílině Kyselce

Další tradicí začátku měsíce května je návštěva Májového jarmarku v Bílině Kyselce. Opět krásné počasí, krásné prostředí, hudba, klobáska, langoš, pivo nebo malinovka, Leoš Mareš, Michal David, další hudebníci, prezentace nádherných barevných papoušků, legrace a bezva parta, jízda vlakem – prostě to nemá chybu.

Hudební potěšení

rozdávali během měsíce května a června Tadeáš Horehled, Lukáš Komínek a Sidonie Smetáková průřezem všemi našimi zařízeními. Zazněly hity 60. a 70. let jako například Pramínek vlasů, Oliver Twist, Sladké mámení, Inženýrská, Gina a starší písničky jako například Škoda lásky, Ta naše písnička česká a další. Tolik vzpomínek, pohody a dobré nálady, bezva volba repertoáru. Prostě jsme se domluvili na pokračování vzájemné spolupráce. Máme se před Vánoce na co těšit.

Sportovní klání v Podbořanech

Dvanáct disciplín 22. ročníku soutěží v tomto domově, bezvadná organizace, příjemné setkání se seniory z Jirkova, Maštova, Kadaně, Ústí nad Labem, Žatce, Loun, Libochovic, Kolečova, Vroutku, Podbořan a vzájemné porovnávání sil bylo opět náplní květnového výjezdu našich seniorů a reprezentování Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace. Tentokrát se naše zástupkyně, seniorky z Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolкера, umístily ve středu tabulky, ale to nic nezměnilo na krásném setkání s ostatními vrstevníky.

Spolupráce se Severočeskou filharmonií Teplice

pokračovala v měsíci červnu dvěma koncerty v Krušnohorském divadle Teplice. První z koncertů – tenor Štefan Margita, dirigent Petr Vronský byli zárukou kvality. První polovina koncertu klasika, druhá polovina lidovky, cimbál a housle. Úžasné. Celé divadlo zpívalo. Druhý koncert hostil mladé dirigenty účastníky mistrovských dirigentských kurzů Teplice 2024. Tento koncert se konal ve spolupráci s Musikhochschule Franz Liszt Weimar. Zde zazněla klasika, jako například Bedřich Smetana, Sergej Prokofjev a další skladby. Exceloval nadějný klavírista Emir Ilgen. Oba tyto koncerty byly součástí 59. ročníku Hudebního festivalu Ludwiga van Beethovena.



Život začíná po stovce

Ve středu města Mostu sídlí kavárna The Most Café. V současné době je její venkovní prostor ohraničen plotem rekonstruovaného Repre, ale přesto kavárna funguje a žije svým životem. Ve čtvrtek 6. června navštívily tuto kavárnu na pozvání i Babčí mažoretky. Promítal se zde první z dokumentů festivalu Jeden svět s názvem Život začíná po stovce. Tématem byl svět seniorů, jejich možná aktivizace, užívání si života ve stáří, věnování se svým koníčkům i ve vyšším věku. To je to, jak já říkám, život stárím nekončí. Vystoupení senierek bylo v tomto případě na místě. Sešli se zde mladí i starší. Toto setkání obohatilo obě strany. A to bylo na tomto setkání moc milé a hezké.

Domovy HARMONIE, ul. Barvířská 495, 434 01 Most

Měsíc květen má i u nás v zařízení svoji tradici – Den pro rodinu

Letos byl v Harmonii pořádán v pořadí již 3. ročník setkání uživatelů s rodinnými příslušníky na dané téma. V předchozích ročnících to byl Den pro rodinu s elektroautíčky, vloni Den pro rodinu zaměřený na animoterapii a podporu Útulku pro opuštěná a zatoulaná zvířata v Mostě – Rudolicích. Letošní ročník byl inspirován Olympijským festivalem, který se bude konat o prázdninách na jezeře Most, nazvaný Sportovní festival aneb setkání s Asterixem a Obelixem.

V rámci odpoledne jsme měli možnost potkat na zahradě Harmonie opravdového Asterixe a Obelixe a bohyni Janičku, která nám celý festival zahájila společně s paní vedoucí Jitkou Vlasákovou. Zahrada se nám zaplnila uživateli, kteří si společně s malými fotbalisty z FK Blažim u Mostu mohli vyzkoušet připravené sportovní disciplíny v duchu olympiády – curling, střelba, hod na cíl apod.

Malé překvapení měl pro uživatele připraven ergotým, který si pro uživatele secvičil Poupata a pro velký úspěch jej několikrát zopakoval. K posezení nám hrála reprodukováná hudba, podávala se káva a ovocný koláč. V průběhu odpoledne mezi nás zavítal i pan ředitel Luboš Trojna a žáci ze ZUŠ F. L. Gassmanna s připravovaným hudebním programem.

Turnaj seniorů v curlingu

Domov pro seniory, ul. Jiřího Wolкера byl v červnu hostitelem hry zvané curling. Hru jsme obdrželi před několika lety od zřizovatele statutárního města Mostu a využíváme ji dodnes. Hra je přizpůsobená možnostem seniorů, hrací deska je umístěná na stole. Je přístupná i vozíčkářům. Hrají tříletná družstva. Zde je důležitý cit pro přesnost a odhad. Je to určitě zábavná hra. Mimo sportovní části svůj význam má i společné setkávání seniorů. Tím je plněna i oblast společenská a sociální.

*Helena Houšková
aktivizační pracovnice*



Odpoledne se skutečně vydařilo, počasí nám přálo a těšíme se na další shledání.

*Hana Bruchtilová
ergoterapeutka*

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

Jaro přišlo do města
jako sličná nevěsta.
Kvetou stromy i zahrada
a k nám jde dobrá nálada.
Tak se všichni dobře mějte,
radosti a sluníčka užívejte.



Co je u nás nového?

Pořád něco. Během jara jsme měli mnoho společných akcí. Slavnostní stavění májky, čarodějnický rej, vystoupení herců a zpěváků z Městského divadla v Mostě. Zpívali jsme společně, smáli se, byl to opravdu zážitek. Děkujeme.

Děti z mateřské školy nám přišly zazpívat, zatančit a recitovat ke Dni matek. To jsme si radostí poplakali. Účastnili jsme se sportovního klání v Podbořanech. Naši zástupci nás výborně reprezentovali. A nesmím zapomenout na májové grilování. To se povedlo. Mistři kuchaři (Věruška a Helenka) nám připravili velké špízy na grilu. To byla mňamka, jen jsme se olizovali. S hudbou z magnetofonu jsme zpívali, prostě úžasné odpoledne a posezení na zahradě.

Děkujeme Věrušce, Helence, Leničce, Alence a Moničce.

Prožili jsme pěkné jaro. Tak vám všem přejeme pěkné léto a samé radosti ve zdraví.

Jde korpulentní dáma po ulici a zpívá si:
„Kdybych byla jahodú“,
a za ní se ozve: „To by bylo džemu.“

Ahoj lidičky,

měsíc červen byl pro mě plný radosti a pěkných zážitků. Především jsem slavila osmdesáté narozeniny.

V domově mi děvčata připravila oslavu, plus Věruška, Helenka a Ondra kulturní pěveckou vložku.

Co můžu povídat, profesionálové. Tak pěkné narozeniny snad ani nepamatuji. Dále jsme navštívili park Střed v Mostě. Byl to zážitek. Je tu vše, co v parku má být. No, pohoda.

A ještě jedno potěšení – výlet k jezeru Most, který pro nás připravila paní náměstkyně Markéta Stará za pomoci našeho personálu. Příjemné prostředí, milá společnost a ještě mňamka káva a zmrzlina. No, co víc si člověk může přát. Musím se zmínit i o našem úspěchu v soutěži na Letním setkání seniorů na hipodromu. I když se už o tom hodně psalo, ale jsme hrdí, že Wolkerovka zvítězila.

Už je té chvály dost, tak přeji pěkné prázdniny, dovolenou nebo jen posezení na zahradce. Na shledanou na podzim.

Vaše babička Krista
Domov pro seniory, ul. Jiřího Wolкера

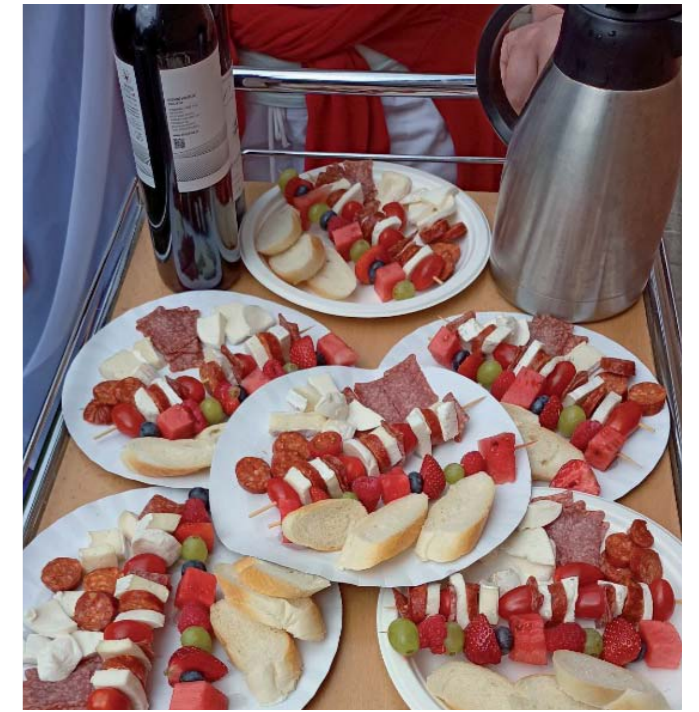
Domov pro seniory, ul. Antonína Dvořáka 2166, 434 01 Most

Antické hry

Ve středu 29. května se v Domově pro seniory, ul. Antonína Dvořáka konaly již tradiční Antické hry.

Tentokrát se jednalo o 6. ročník této oblíbené akce. Celkem se soutěžilo ve třech soutěžních disciplínách, a to v bourání řeckého chrámu, skládání Dioových puzzlí a hodu diskem. Této akce se celkem zúčastnilo sedmáct uživatelů, kteří mezi sebou bojovali o nejvyšší pozice.

Musíme všechny účastníky her pochválit, s jakou vervou se do soutěžení pustili a snažili se vysoutěžit si, co nejvíce bodů. Vítězná místa jsou bohužel ale jen tři, tudíž rozhodoval každý získaný bod. A jak to celé dopadlo?



1. místo zaslouženě vyhrála Marie Hostašová,
2. místo získala Danuše Murcková,
3. místo si vybojovala Veronika Urbanová.

Po náročném sportovním klání si všichni zúčastnění zasloužili pestré občerstvení, které si mohli za doprovodu řeckých tónů vychutnat. Jsme moc rádi, že nám tento den počasí skvěle přálo a že si všichni mohli společně užít aktivní květnové odpoledne.

Tatána Machová
sociální pracovnice



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

Pravidelné cvičení v Albrechtické



Když jsem se nastěhovala do našeho penzionu, pozvala mě sousedka Květa na pravidelné cvičení, které probíhá každé pondělí a čtvrtek.

A tak jsem se seznámila s paní Nadou Müllerovou. Ta zasvětila celý svůj život pohybu. Ještě nedávno trávila svůj volný čas během roku vyjíždkami na kole, které v zimě vyměnila za běžky. Zdravotní problémy však její činnost omezily a zůstalo jí jen zdravotní cvičení. V mládí byla okresní vedoucí cvičitelek rodičů s dětmi, několikrát je připravovala na spartakiádu a po sametové revoluci i na sokolský slet.

Nyní se věnuje nám, seniorům v Penzionu pro seniory v Albrechtické ulici. V pondělí cvičíme na židličkách, které ve čtvrtek vyměníme za míče.

Vím, že pravidelný pohyb zpevní nejen ochablé svaly, zlepši celkovou koordinaci a hlavně zvýší prokrvení mozku a tím je i nejlepší prevencí proti demenci. Společně prožité chvíle s vrstevníky mají kladný vliv i na psychickou pohodu.

Paní Naďa byla v minulém roce vyhodnocena jako jedna z nejlepších a rozhodně nejdéle pracujících dobrovolníků Charity Most.

Jsme rádi, že ji máme.



Svátky jara

Pro větší množství jarních akcí bych začala až měsícem květnem. Před jeho začátkem nám odpoledne 30. dubna děvčata Jana Berková a Marie Volfová (bývalé pracovnice penzionu) vztýčila v atriu pentlemi ozdobenou MÁJKU. Akci doplnila krátkou scénkou. Poté jsme se přesunuli na zahradu, kde jsme chtěli pálit čarodějnice, ale žádná se nedala. Opekli jsme si tedy alespoň špekáčky.

Ve čtvrtek 9. května nás znovu navštívili pánové Lukáš Komínek a Tadeáš Horehled. S sebou tentokrát přivedli paní Sidonii Smetákovou a společně nám zahráli a zazpívali nejen české písně. Všechny jsme znali a s chutí si většinu zazpívali s nimi.

Protože netrávíme všechen čas jen v prostorách našeho penzionu, vyjeli jsme 17. května, i přes nepříznivé počasí, na výlet na zámek Jezeří. Nejdříve jsme si prohlédli upravené přízemní a sklepní prostory. V prvním patře nás překvapil krásně zrekonstruovaný divadelní sál. Také jsme si prošli rozkvetlou zahradu.

Dne 24. května nám k tanci na Májové zábavě zahráli manželé Hvozdovi. Komu se nechťelo rozhýbat v rytmu těla, ten si zpočátku pobrukoval a později i hlasitěji zazpíval známé hity různého žánru. Vyvrcholením večera byla bohatá výherní výstava.

Na pozvání organizátorů 59. hudebního festivalu

Ludwiga van Beethovena jsme se 30. května vydali do Krušnohorského divadla v Teplicích na koncert Štefana Margity. Všechny nás oslnil nejen svým zpěvem, ale příjemně překvapil i mluveným slovem.

Poslední květnový den patřil kácení Máje. Odpoledne nám opět zpestřili Maruška s Janičkou, tentokrát převlečené za bábu a dědka. Sehrály krátké, téměř divadelní představení, které nám až vechnalo slzy ze smíchu do očí.

A přišel 5. červen. Na naši zahradu jsme už tradičně pozvali děti z protější mateřské školy. Letos je doplnili malí dobrovolní hasiči, kteří nejen jim předvedli, co se naučili. Společně pak zápolili v plnění různých úkolů, kde se o ně postarali obyvatelé penzionu. Paní vedoucí a aktivizační pracovnice jim malovaly obrázky na obličej. Největší zájem vzbudila návštěva koziček s kůzlátky. Tato návštěva zpestřila dopoledne i nám dospělým.

Hned 6. června proběhla druhá návštěva teplického divadla, tentokrát se předvedli absolventi dirigentského kurzu. Pod jejich taktovkou zahrál opět symfonický orchestr skladby Vyšehrad od Antonína Dvořáka, Koncert pro klavír c moll Ludwiga van Beethovena a symfonii D dur od Sergeje Prokofjeva, při které je doprovodil i mladý klavírista Emir Ilgen. Pro všechny to byl překrásný večer.

Miloslava Jarošová
Penzion pro seniory, ul. Albrechtická

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

Kytičková kavárnička

Dne 16. dubna jsme měli kytičkovou kavárničku v naší nové společenské místnosti a byla moc prima. Nová malba místnosti vytvořila pocit pravé Pařížské uličky s kavárničkami. Bylo to super.

Pálení čarodějnic

Dne 30. dubna se v našem penzionu pářily čarodějnice a večer jsme stavěli májku. Všechno nám vyšlo na jedničku, počasí i účast našich obyvatel.



Zástěrková kavárnička

Dne 14. května jsme v Komořanské uspořádali zástěrkovou kavárničku, která byla moc pěkná a zábavná.



Výlet do Průhonického parku

V sobotu 18. května sice přšelo, ale nám to vůbec nevadilo a vyjeli jsme si na výlet do Průhonického parku a udělali jsme dobře. Když jsme přijeli, tak ještě chvilku poprchávalo a poté bylo celé odpoledne krásně. V parku bylo nádherně, rododendrony zářily ve všech barvách a celý park byl krásně rozkvetlý a barevný. Zakončili jsme výlet dobrým obědem U Fleka. Všichni jsme byli spokojeni.

Turnaj v kuželkách

Ve čtvrtek 16. května jsme se zúčastnili sportovního souboru v kuželkách a získali jsme bronzovou medaili.



SMOG

Dne 21. května nás moc potěšil pěvecký sbor mosteckého gymnázia SMOG. Jejich vystoupení je vždy moc krásné.

Poslední kavárnička před prázdninami

Dne 11. června jsme měli poslední kavárničku před prázdninami, byla korálková a byla moc hezká. Po kávě a dobrém koláči, které upekla naše obyvatelka, si každý vybral zábavu. Hrál se bingo, Člověče, nezlob se!, karty a pexeso. Užili jsme si hezky odpoledne a těšíme se na příští kavárničku.

Den dětí

První pracovní den v červnu jsme byly pozvány do jesliček v ul. Františka Malíka na oslavu dětského dne. Bylo velmi hezké počasí, tak se oslava konala na zahradě. Byl to opět jeden z moc krásných dnů, s dětmi jsou všechny dny krásné.

Letní setkání seniorů

Dne 19. června jsme se zúčastnili Letního setkání seniorů, které se konalo tradičně na mosteckém hipodromu. Počasí nic moc, ale vydrželo bez deště. Byl to nakonec hezký den.

Vlasta Bundová
Penzion pro seniory, ul. Komořanská

Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180, Most

Přehled aktivit v penzionu

V dubnu se konala tradiční kavárna. Proběhla soutěž ve znalostech ovoce a zeleniny. Zahráli jsme si bingo. V úterý 30. dubna se sešli naši obyvatelé u táboráku, aby si pochutnali na upečených buřtících. Klid a pohodu rozzářily čarodějnice, které se předvedly v plné kráse. Jedna skončila i na hranici. Všem se odpoledne velice líbilo.



Náš první letošní výlet švestkovou dráhou s obyvateli Penzionu pro seniory, ul. Ke Koupališti se uskutečnil 2. května. Cílem bylo královské město Litoměřice, které nás vždy upoutá svou historií. Tentokrát jsme navštívili muzeum „Křišťálový dotek“. Zažili jsme dotek ruky slavných velikánů, mezi které patří Karel Gott, Anastacia, Jaromír Jágr, Ringo Starr, Václav Havel a další. Plni krásných zážitků a dobrého oběda jsme se vraceli domů.



V úterý 21. května se v penzionu konala další kavárnička. Na jejím začátku nám zahráli a zazpívali paní Sidonie Smetáková a pánové Tadeáš Horehled' s Lukášem Komínkem. Zahráli a zazpívali písničky našeho mládí a někteří z nás si také zazpívali. Pak jsme si zahráli naše oblíbené bingo a spěchali domů na hokej, bylo to příjemné odpoledne. V tento den se také zjistilo, že se v našem penzionu sešly čtyři spolužačky ze základní školy.

Dne 19. června se 23 obyvatel našeho penzionu zúčastnilo Letního setkání seniorů.

Marta Zajíčková
Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti

KŘÍŽOVKA

... latinské přísloví

POMŮCKA: EE, ORA, OTS, PTA, TI	RUSKÁ ŘEKA	2. DÍL TAJENKY	PŘEDNÍ STRANA MINCE		KVŮLI	STUPEŇ RYCHLOSTI	AKCIOVÁ SPOLEČNOST ZKR.		3. DÍL TAJENKY	OBDĚLANÁ RÝCEM	BÝVALÁ JEDNOTKA JASU
ČÁSTI VOZU SLOVENSKY				KÓD LETIŠTĚ PORT ALSWORTH			ZNAČKA LIMONÁD				
ŠITÝ SPOJ				OPĚTOVNÝ START			ČÍNSKÝ LIT. SOUDCE				
				CHEM. ZN. RADIA							
CYSTA MAZOVÉ ŽLÁZY							LEPENKY				SPORTOVNÍ KLUB ZKR.
	HODINA ITALSKY				DĚTSKÝ POZDRAV		CIZÍ ZNAČKA KOSMETIKY				
	ZKR. UMĚL. ŠKOLY				INIC. HER. RÁZLOVÉ			ESTONSKÝ OPER. PĚV.			
								OKR. VETER. ZAŘÍZENÍ			
ASOCIACE ČESKÝCH ZAHRÁDKÁŘŮ ZKR.				SIBÍŘSKÁ KUNOVITÁ ŠELMA							
				IRONIE							
MOJI			CITOSLOVCE VRČENÍ			TVOJI				STROMORÁDÍ MN. Č.	CHEM. ZN. TANTALU
			HOVOROVÝ SOUHLAS			JMÉNO PSA					
DOVEDNÝ					PŘÍZNAT VINU						
					KATEŘINA DOMÁCKY						
	ZKRATKA VOJENSKÉ HODNOSTI	MUŽSKÉ JMÉNO						ALENA DOMÁCKY			
		BÝV. RUSKÝ VLÁDCE						ŽACÍ NÁSTROJ			
ZNAČKA KILO-COULOMBU			NÁPLŇ DO BUCHET				SEVERO-MORAVSKÁ ENERGETIKA				ZEVNITŘ
			MINISTER. OBRANY				PŘEDLOŽKA				
1. DÍL TAJENKY						OBLÁ STŘEŠNÍ KRYTINA					
MÁLO HOVOR.						INICIÁLY HERCE PAVELKY			HOLANDSKÁ ŘEKA		

PAMĚŤ JE TO ČÍM ZAPOMÍNÁME

OKÉNKO Z ANTICKÉ KNIHOVNY Lucius Annaeus Seneca - O duševním klidu NOVÁ RUBRIKA

Zkoumali jsme, co je to hněv, zda se vyskytuje u jiného tvora kromě člověka, čím se liší od hněvivosti, kolik je druhů hněvu. Nyní zkoumejme, zda je hněv ve shodě s přirozeností, zda je užitečný a zda se sluší, abychom jej aspoň z části v sobě drželi. Zda je ve shodě s přirozeností, to se jasně ukáže, jestliže prozkoumáme člověka. Co je mírnějšího než člověk, je-li stav jeho ducha vyvážen? A na druhé straně, co je krutějšího než hněv? Který tvor víc miluje druhé než člověk? A co je naproti tomu nepřátelštější vůči druhým než hněv?

Lidé jsou stvořeni k vzájemné pomoci, hněv ke zkáze; lidé se chtějí sdružovat, hněv rozejít, lidé chtějí prospívat, hněv škodit; člověk chce přijít na pomoc i neznámým, hněv chce zasáhnout i nejdražší; člověk je připraven dokonce i obětovat se zájmům druhých, hněv je hotov i vrhnout se do nebezpečí, jen když s sebou strhne druhé. Kdo je tedy horším znalcem přirozenosti věcí než ten, kdo jejímu nejlepšímu a nejdokonalejšímu výtvaru přisuzuje tuto divokou a zhoubnou chybu?

Jak jsme řekli, hněv dychtí po trestu, a aby taková touha tkvěla v nejmírumilovnějším srdci člověka, to vůbec neodpovídá jeho přirozenosti.

Lidský život je založen na dobrodiní a svornosti a pouta jednoty a vzájemné pomoci nevytváří hrůza, ale vzájemná láska.

Soutěžní kvíz s vůní kávy

Zapojte se do soutěžního kvízu a vyhraďte dárkový poukaz do nově otevřené kavárny v parku Střed.

- 1. Káva pochází ze země, kde se nachází divoce rostoucí keře kávovníku. O jakou zemi se jedná?**
 a) Etiopie b) Kanada c) Japonsko
- 2. Jaký je hlavní účinek kofeinu v kávě?**
 a) Zvyšuje teplotu těla b) Povzbuzuje c) Uspává
- 3. Jak se nazývá nápoj připravený z kávy a mléčné pěny?**
 a) Cappuccino b) Mošt c) Horká čokoláda
- 4. Jaké množství kofeinu obvykle obsahuje šálek kávy?**
 a) 10 mg b) 100 mg c) 1000 mg

Správné odpovědi a výherce uvedeme v příštím vydání časopisu Postřehy seniorů č. 6.



Redakční rada v parku Střed

V pátek 7. června se sešla redakční rada časopisu POSTŘEHY SENIORŮ, tentokrát v nově zrekonstruovaném parku Střed, kde senioři poseděli u kávy v místní kavárně.

Pan ředitel Luboš Trojna představil nový osmi-místný automobil Volkswagen Caravelle, který slouží především za účelem realizace výletů uživatelů MSSS v Mostě – p. o. Členové redakční rady si tak mohli vyzkoušet jízdu právě tímto vozidlem.

Dále byla vylosována výherkyně „Soutěžního kvízu nejen pro zahrádkáře“, paní Jana Černá z Domova pro seniory v ul. Jiřího Wolкера. Od pana ředitele převzala dárkový balíček s pěstitelskými produkty.

Členové redakční mají možnost pravidelně se seznamovat s materiály předloženými redakcí a připomínkovat je, projednávat náplň jednotlivých čísel časopisu, navrhnout řešení ke zlepšení či podílet se na propagaci časopisu.

*Michaela Stahlová
asistentka, členka redakční rady*

Odpovědní lístek doručte do dne **31. srpna 2024** na sekretariát **Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace, ul. Barvířská 495, 434 01 Most**

nebo správné odpovědi zašlete e-mailem: **sekretariat@msss-most.cz.**

Zasláním odpovědního lístku udělujete souhlas se zpracováním osobních údajů ve smyslu Nařízení (EU) č. 2016/679 (GDPR) a zákona č. 110/2019 Sb., o zpracování osobních údajů.



ODPOVĚDNÍ LÍSTEK

KVÍZ S VŮNÍ KÁVY

Jméno a příjmení:

Adresa:

Otázka č.	1.	2.	3.	4.
Odpověď				

