

P STŘEHY

VELKÉ PÍSMO SNADNÉ ČTENÍ

SENIORŮ



MSSS

Městská správa sociálních služeb
v Mostě – příspěvková organizace

- STR. 2** | **Přeplavme svůj La Manche 2025**
- STR. 4** | **Rodinný piknik v Harmonii**
- STR. 6** | **Antické hry ve Dvořákovce**
- STR. 12** | **Zavařujeme srdcem**



Přeplavme svůj La Manche 2025

Podáme ruku všem, kteří nás potřebují.

Průřez akcemi prvním pololetím 2025

Přeplavme svůj La Manche 2025 – poděkování našim plavcům

Skončil 11. ročník výzvy pro všechny aktivní seniory „Přeplavme svůj La Manche 2025“. Po dobu měsíce února plavali v bazénech senioři napříč celou republikou. Patronkou akce je dálková a zimní plavkyně Lucie Kubešová Lejšová, vyhlášovatelem projekt SenSen (Senzací Senioři) Nadace Charty 77. Smyslem výzvy nejsou závrtné plavecké výkony, ale motivace ke zdravému pohybu.

Kanál La Manche je část Atlantského oceánu, která odděluje Vekou Británií od Francie. Vzdálenost mezi oběma břehy je 34 kilometrů. Vzdálenost pro plavce je ztížena silným přílivem, odlivem a protiproudy. Počítá se tak až s dvaceti hodinami pobytu ve vodě o teplotě 9 až 16 °C. Dosud se kanál pokusilo přeplavat přes 5 000 plavců, uspělo jen 580 z nich. Mezi nimi také šest plavců českých (čtyři muži a dvě ženy).

Letošního 11. ročníku akce Přeplavme svůj La Manche se zúčastnilo více jak 1 800 plavců z celé České republiky. Společně naplavali přes osm tisíc kilometrů. To je cca o 500 kilometrů více než v ročníku loňském. Pomyslný kanál La Manche byl letos přeplaván téměř 240krát.

Prvomájová vycházka 2025

Jak je již je naší několikaletou tradicí, tak jsme my senioři z MSSS v Mostě – p. o. opět na 1. května vyrazili na prvomájovou vycházku. Ne ke Kupcům, to již je vzpomínka, ale zrovna tak jako vloni a předloni na Zahraňany. Cílem naší vycházky byla kaštanová alej Žižkovka. Pan Václavík si opět precizně připravil výklad o nově zrekonstruované křížové cestě a jejích čtrnácti zastaveních. Děkujeme za zajímavý výklad. Vycházka byla zakončena tradičně obědem U Švejka.



Seniorům Mostecká a jejich přátelům se letos podařilo zaktivizovat 656 plavců. Celkem bylo naplaváno 2415,025 kilometrů. Mezi seniory z Loučné, Lomu, Želenic, Litvínova a klubu seniorů města Mostu byli i senioři Městské správy sociálních služeb v Mostě.

Senioři Mostecká a jejich přátelé obsadili nádherné první místo v této celorepublikové výzvě z 22 zúčastněných týmů. A ještě jeden nádherný primát, naše seniorská dvojice paní Květa Drdová a Filip Vojtulovič, byla nejlepší mezigenerační dvojice. Jsem na naše plavce moc pyšná a mám velkou radost, že se podařilo zaktivizovat takové velké množství seniorů plavců a jejich přátel. Všem zúčastněným moc blahopřeji a děkuji za výbornou reprezentaci našeho města a okresu.

Zástupce jednotlivých skupin plavců přijala v pátek 23. května 2025 náměstkyně primátora paní Markéta Stará k slavnostnímu setkání a poděkování. Ti se pak následně přesunuli na Aquadrom v Mostě k natočení krátkého plaveckého šotu.

Přeji všem, ať jim slouží zdraví, aby se i nadále mohli aktivně hýbat a užívat si zdravý pohyb třeba ve vodě.

Soutěžní klání seniorů v Podbořanech

Letošního již 23. ročníku Soutěžního klání v Podbořanech byli mezi čtrnácti zúčastněnými také senioři Městské správy sociálních služeb v Mostě. Celkem se soutěžilo ve dvanácti disciplínách. Naši senioři se umístili na krásném 5. místě ze čtrnácti startujících domovů. Za to jim patří poděkování.

Velkým dojmem bylo pro mne zapojení našeho seniora, který je upoután na vozíku. Když jsem viděla, jak pookřál, jak se zapojil, dokonce kopl i míč do branky, to je neskutečný zážitek pro mne, ale hlavně pro něj. Klobouk dolů.

Troška kultury

Padesátka našich seniorů a personálu měla možnost navštívit zahajovací koncert 60. Hudebního festivalu Ludwiga Van Beethovena „Máří Magdaléna“ Julese Masseneta v Koncertním sále Domu kultury v Teplicích. Zážitek to byl opravdu skvělý a dojmy úžasné. Děkujeme Severočeské filharmonii Teplice za tuto nabídku a možnost se takové krásné akce zúčastnit.

Turnaj v kuželkách

V úterý 29. dubna 2025 se uskutečnil již 11. ročník turnaje v kuželkách. Místem konání a pořadatelem akce byl Penzion pro seniory v ul. Ke Koupališti za pomoci aktivizačních pracovníků. Zastoupeny svými tříčlennými družstvy byly všechny naše domovy i penziony. Hrál se pětkrát dva hody na dráze, kterou pro nás vytvořili kdysi naši údržbáři. Jedná se o takovou dráhu, která je přizpůsobená přímo pro seniory, aby měli ulehčené ohýbání. Naše senioři přišli podpořit pracovníce sociálního odboru magistrátu města Mostu, vedoucí paní Taťana Drahošová a Monika Levá. Ty si také kuželkovou dráhu na vlastní pěst na začátku vyzkoušely. Po celou dobu panovala mezi soutěžícími skvělá soutěžní a kamarádská atmosféra. 11. ročník turnaje v kuželkách se opět vydařil. Můžeme se těšit na další připravované akce a aktivity.



Turnaj seniorů v curlingu 2025

Domov pro seniory Jiřího Wolkera byl ve středu 5. června 2025 hostitelem seniorů Městské správy sociálních služeb v Mostě v curlingu. Tuto hru jsme obdrželi před několika lety od zřizovatele statutárního města Mostu a využíváme jí dodnes. Hra je uzpůsobená možnostem seniorů, hrací deska je umístěná na stole. Tak že mohou hrát i méně mobilní uživatelé, kteří používají třeba chodítko nebo vozík. Hrají tříčlenná družstva. Je zde důležitý cit pro přesnost a odhad. Určitě je zábavná. Letošního turnaje se zúčastnili senioři ze třech domovů a třech penzionů.



Mezinárodní den tance

Mezinárodní den tance je celosvětově uznávaný svátek zapsaný pod UNESCO na památku narození tanečního reformátora Jeana-Georgese Noverre. Taneční studio Kamily Hlaváčkové bylo pořadatelem 2. ročníku Mezinárodního dne tance. Akce se konala v neděli 27. dubna 2025 v novém amfiteátru na Benediktu v Mostě od dopoledních do večerních hodin.

Mezi mnoha tanečními soubory, od přípravek až po dospělá, pozvání na vystoupení dostaly i naše seniorky Babčí mažoretky. Svým vystoupením „Jsem v duchodu“ sklídily velký potlesk.

A Babčí mažoretky byly součástí této velkolepé akce. Vystoupení se povedlo, Atmosféra byla úžasná. Je to moc hezký pocit.

*Helena Houšková
aktivizační pracovníce*

Domovy HARMONIE, ul. Barvířská 495, 434 01 Most

Květiny, úsměvy a milé setkání i za deště

Ve středu 28. května 2025 se uskutečnil pro nás nevšední dopolední program věnovaný květinám, bylinkám a dalším rostlinám. A i když nám počasí nepřálo, náladu nám to rozhodně nezkazilo!

Celé setkání jsme přesunuli ze zahrady do velkého sálu Domovů Harmonie, kde jsme společně s floristkou tvořili květinové vazby a užili si vzájemné setkání plné vůní a barev. V průběhu naší tvorby část zaměstnanců společnosti PHOENIX lékárenský velkoobchod, s.r.o. také osázela úžasnými rostlinami mobilní záhony umístěné před vstupem a na zahradě domova.

Velké poděkování patří společnosti PHOENIX lékárenský velkoobchod, s.r.o., která tuto akci pro nás zorganizovala a za účasti svých zaměstnanců realizovala. Kromě floristiky potěšili naše uživatele i bohatým občerstvením a krásnými dárky. V závěru setkání byly pro potěšení předány květinové vazby také imobilním uživatelům, a to přímo v jejich pokojích.

Děkujeme všem, kdo se zapojili, a těšíme se na další podobně krásné chvíle!



Rodinný piknik

Rodinný piknik v Domovech Harmonie zpříjemnil návštěvníkům nejen připravený program, ale i milé překvapení od Kauflandu.

Ve středu 21. května se na zahradě Harmonie uskutečnil tradiční Den pro rodinu pořádaný Městskou správou sociálních služeb v Mostě. Akce přilákala uživatele služby i jejich rodinné příslušníky a nabídla příjemně strávené odpoledne v přátelské atmosféře.

Kaufland obohatil akci dobrým skutkem.

Zvláštní poděkování patří společnosti Kaufland, jejíž zástupci se akce osobně zúčastnili a v rámci iniciativy „Květen – měsíc dobrých skutků“ připravili pro naše uživatele krásné překvapení – darované občerstvení. Tento laskavý čin nejen obohatil nabídku pikniku, ale především potěšil a zahřál u srdce všechny přítomné.

Gesto společnosti Kaufland krásně zapadlo do myšlenky celé akce, kterou bylo posílení vztahů a radosti ze společně stráveného času.

Děkujeme všem, kteří se zapojili.

Děkujeme všem účastníkům, organizátorům a především firmě Kaufland za jejich štědrost a vstřícnost.

ergotým
Domovy Harmonie



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

Jaro na Wolkerovce

Březen a duben za kamna vlezem. Nu, zima ještě neodešla, ale těšíme se na jaro. Celou zimu jsme krmili ptáčky na zahradě, především paní Laudová, naše vrchní krmička. Bylo pěkné se na ně dívat, jak zobají.

Během těchto měsíců jsme také sportovali. Na programu byla chůze a rotopedy. Jinak bychom úplně zlenivěli. V dubnu jsme oslavili čarodějnice grilováním opečených buřtíků na zahradě. To bylo moc příjemné posezení v zeleni. Také jsme stavěli májku před našim domovem. V květnu nám přišel ke Dni matek zazpívat pěvecký sbor Korálek. To byl zase balzám na duši. Tak ahoj lidičky, těšíme se na léto, procházky a sluníčko.

Rybář chytí zlatou rybkou.
Podívá se na ní.
Hodí jí našťavě do vody a povídá:
„A zase zlatá,
kdo to má furt jíst“.

Vaše babička Krista



Obyvatelé Domova pro seniory v ul. Jiřího Wolкера

Jednou z obyvatelek Domova pro seniory Jiřího Wolкера je paní Marie Krupicová. I když se to nemá u žen říkat, narodila se v roce 1933 v Praze. Do „Wolkerovky“ nastoupila v roce 2006, to byl ještě penzion.

Paní Marie Krupicová, povoláním učitelka, zasvětila svůj život práci v pěveckém sboru. Ten úplně první byl založen v roce 1955 v Kopistech a měl šedesát členů. Ten vedla do roku 1957. Následně založila na 6. Základní škole v Mostě další sbor. Ten působil v letech 1958 až 1960. Po nich následoval na 2. základní škole dětský pěvecký sbor Permoník od roku 1966 až 1980, zároveň v roce 1976 se přidal chlapecký sbor, který v Severočeském kraji sbíral samá první místa. Od září roku 1981 je uvedena paní Marie Krupicová jako sbormistr pěveckého sboru 11. základní školy a Lidové školy umění v Mostě. V listopadu 1989 odcházela paní Marie Krupicová do důchodu. V současné době je jednou z obyvatelk Domova pro seniory Jiřího Wolкера. Pokud to její zdravotní stav dovozoval, zapojovala se do všech námi nabízených aktivit. Dokonce se zapojovala i do práce například ve stravovací komisi anebo přispívala svými články do časopisů. V současné době už její zdravotní stav nedovoluje se aktivně podílet na nabízených programech, přesto se ráda zúčastní například koncertu pěveckého sboru Korálek, který k nám do domova dochází potěšit naše seniory.

Helena Houšková
aktivizační pracovnice

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

Antické hry

7. ročník Antických her se konal 27. května na zahradě domova pro seniory. Sportovní odpoledne v duchu antiky proběhlo za příjemného počasí, s hudbou, pestrým občerstvením a také tanečním vystoupením. Při zahájení „antických her“ nemohlo chybět zapálení „olympijského ohně“, kterého se zhostila naše paní vedoucí Venuše Zaspalová a pozvala všechny zúčastněné ke sportovním hrám.

Soutěžních disciplín se účastnila většina přítomných uživatelů a největší úspěch měla soutěž „Bourání antického chrámu“. Do bourání se soutěžící pustili s vervou a s úderem nešetřili. Ne jednou se stalo, že chrám padl hned při první ráně. Trochu náročnější byla disciplína s puzzle. Skládání obrázku bohyně více zaměstnala mozek soutěžících, ale nevzdali to a každý úkol splnil. Poslední soutěží byl hod kroužkem, který představoval olympijský disk.

Na závěr paní vedoucí vyhlásila nejlepší hráče a předala ceny. Na třetím místě se umístila paní Libuše Křenová, druhé místo získal pan Bedřich Armstark a absolutní vítězkou se stala paní Ivana Tichá. Ještě jednou gratulujeme vítězům, děkujeme za účast všem zúčastněným a celému týmu za spolupráci a týmového ducha. Za zpestření tancem děkujeme tanečnímu souboru Romane Čaha z Nizkoprahového zařízení pro děti a mládež v Obrnicích.



Den dětí ve Dvořákovce

V Domově pro seniory v ul. Antonína Dvořáka proběhlo zahájení nové spolupráce s Mateřskou školou, taktéž z ulice Antonína Dvořáka v Mostě, a to 3. června oslavou Dne dětí.

Počasí bylo slunečné jako na objednávku a tak nic nebránilo užít si společné dopoledne s dětmi venku na zahradě. Soutěže, bublifuky, hudba, balonky, malování na obličej, maskot tygřík, rozbíjení piňaty, solární fontánka s vodou. Děti nevěděly kam dřív skočit a naši uživatelé měli o zábavu postaráno. Všudypřítomný smích, dětská radost a švitoření způsobili u přihlížejících uživatelů energickou vzpruhu a úsměvy od ucha k uchu.

Několik uživatelek se aktivně zapojilo do obsluhy soutěží a půjčování bublifuků. Na závěr setkání nabídly paní učitelky i malé vystoupení, které měly s dětmi nacvičené na besídku pro rodiče a tak došlo i na společné zpívání známých dětských písní. Celé dopoledne proběhlo ve velmi přátelském duchu, za což patří poděkování všem, kteří se na akci podíleli a hlavně dětem, protože bez nich by to ani nešlo a my se moc těšíme na další společné akce.

Petra Hreňuková
sociální pracovnice

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

Co se dělo v dubnu? Ohlédnutí za akcemi u nás v penzionu

V tomto článku se zaměřím jen na akce pořádané u nás v Penzionu pro seniory v Albrechtické ulici během měsíce dubna. Měli jsme jich spoustu, a tak se o ně s vámi rozdělíme.

Hned 4. dubna vyrazili výletníci s paní Janou Čajovou do Městského muzea v Litvínově, umístěném na litvínovském zámku. Po prohlídce stálých expozic navštívili výstavu Království včel a bylin. Protože bylo krásné slunečné počasí, výlet zakončili kávičkou a dortíkem v zámecké zahradě.

Dne 9. dubna jsme se sešli ve společenské místnosti k turnaji ve cvrkané. Kuličky vůbec nepropadaly dírkami, jak jsme si my naplánovali. Ale to nám nevadilo a každý vysokobodový zásah byl přijat s nadšením všech. Vyhrát může jen jeden. Tentokrát se štěstí neusmálo ani na paní vedoucí Veroniku Jakubcovou, která se zapojila do hry, ale pana Járu Mandáka.

Další den k nám se svým velikonočním koncertem zavítal sbor Zpívání bratrské církve. Jejich hlasy se nesly celou společenskou místností. Sbor tak začal svoje letošní putování zařízeními MSSS v Mostě – p. o.

V pátek 11. dubna k nám zavítali naši malí kamarádi z MŠ Albrechtická a společně jsme vyráběli z papíru velikonoční zajíčky, vajíčka a kuřátka. Protože děti před MDŽ měly ve školce karanténu a nemohly se dostavit k plánovanému vystoupení, vynahradyly nám to teď. Pásmo písniček a básniček v jejich podání vyvolalo slzičky dojetí v nejdělnějších očích seniorů.

O Velikonoční pondělí se pan Jára Mandák postaral, abychom my ženy letos neuschly. Škoda, že se k němu nepřipojil některý z dalších našich mužů a nechali to všechno jen na něm.

Dne 29. dubna se v Penzionu Ke Koupališti sešli zástupci všech penzionů na turnaj v kuželných. Naše družstvo se sice moc neumístilo, ale pan Fanda Černý zvítězil v celém turnaji.

Na závěr měsíce se čarodějnice sešly u ohniště. Nejprve se našťestí upálila jen jediná a to ta, kterou vyrobila děvčata v ergodílně. Rej masek doplnili i ostatní obyvatelé a všichni si nejprve pochutnali na dvojtychodných koláčcích, upečených dopoledne. Tentokrát v nových kamnech a opět pekla děvčata z ergodílny. Pak se na ohništi objevily buřtíky.



Podvečer nám rychle utekl a my se rozešli do svých domovů.

Ještě jedna významná událost, týkající se našeho penzionu, proběhla v měsíci dubnu. V Oblastním muzeu v Ústí nad Labem převzala významné ocenění Křesadlo 2024 naše cvičitelka paní Naděžda Müllerová. Byla vyznamenána jako dobrovolnice Diakonie Most. Již jedenáct let se nám v penzionu věnuje. Cvičí s námi dvakrát týdně, v pondělí na židlích a ve čtvrtek na míčích. Všichni jí moc gratulujeme a doufáme, že s námi ještě nějaký čas vydrží.

Miloslava Jarošová
Penzion pro seniory, ul. Albrechtická



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

Mezigenerační setkání

Dne 13. února 2025 jsme v našem penzionu přivítali milou návštěvu. Zavítaly k nám dětičky z Malíkovky, z dětského rehabilitačního stacionáře a jeslíček. Děti byly jako vždy moc roztomilé. Po jejich krátkém vystoupení jsme s nimi stavěli ze stavebnice Lego. Na dětičky se vždy moc těšíme.



Masopustní veselice

Dnes 20. února jsme pořádali v Penzionu pro seniory, ul. Komořanská masopustní veselici. Bylo to opravdu nádherné odpoledne. Podávaly se jitrnice, tlačěnka, jelítka, prýtl, zkrátka všechno, co se na masopustu vyskytuje i sladké bylo. A masky byly moc krásné.

Velikonoce

V době Velikonoc jsme opět pilně pracovali. Připravovali jsme mísy a jiné dekorace. Byla to krásná práce, moc nás to baví.

Josefovská zábava

Dne 20. března jsme měli v penzionu Josefovskou zábavu, která se jako vždy vydařila. Hrál nám oblíbená skupina Sortiment, hrála skvěle. Všichni se dobře bavili.

Pálení čarodějnic

Dne 29. dubna jsme pálili čarodějnice. Opět se nás sešlo hodně a večer jsme stavěli májku. Bylo to moc hezké odpoledne.



Vystoupení sboru SMOG

Dne 6. května v Komořanské vystoupil hudební sbor SMOG, který byl jako vždy vynikající. Jejich závěrečná píseň Hallelujah byla úžasná. Už se těšíme na jejich další vystoupení u nás v penzionu pro seniory.

Vlasta Bundová
Penzion pro seniory, ul. Komořanská

Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180, Most

Přehled aktivit v penzionu

Tradičně, jako každý rok, se naši senioři vydali na novoroční vycházku na vrch Šibeník. Počasí nám přálo, a proto si vycházku všichni užili. Dne 30. ledna se uskutečnila první letošní kavárnička, na kterou se těšilo na padesát našich obyvatel. Po gratulaci oslavencům proběhl vědomostní kvíz. Překvapením bylo vystoupení naší skupiny LADA. Kapelník Láďa oprášil repertoár a spustil sled písniček, u kterých si všichni rádi zazpívali. Odměnou byl potlesk spokojených posluchačů.



Dne 18. února se tři naši obyvatelé zúčastnili turnaje MSSS ve cvrkané a tento turnaj vyhráli.



Dne 27. února se konala kavárnička a naše obyvatelky se pustily do pečení bábovek. Bylo celkem 10 pekařek a jeden pekař. Naše porota neměla lehké rozhodování, jedna bábovka byla lepší než druhá.

Dne 7. března se konala tradiční taneční zábava k MDŽ. Manželé Hvozdovi potěšili výběrem hudby všechny přítomné. Muži ženám popřáli vše nejlepší a předali každé ženě malý dárek.

Dne 14. března naše obyvatelky přišli potěšit naši malí kamarádi z dětské skupiny U Zajíčků.

Dne 27. března si přišli naši obyvatelé užít odpoledne s kavárničkou. Na programu byla jako vždy gratulace oslavencům, poděkování za hlasy projektu „Hejbní Mostem“. Náš projekt, pro který jsme hlasovali, se dostal do finále. Kavárničku ukončilo naše oblíbené Bingo.

Dne 17. dubna jsme si užili tvořivé dopoledne s našimi malými kamarády od Zajíčků, společně jsme vyráběli velikonoční dárky pro rodiče dětí.

Dne 30. dubna proběhlo tradiční pálení čarodějnic spojené s opékáním špekáčků. V maskách byly některé naše obyvatelky k nepoznání.



Ve čtvrtek 29. května jsme u nás opět přivítali naše malé kamarády z dětské skupinky „U Zajíčků“. Připravili jsme si pro ně sportovní dopoledne. Děti soutěžily v házení míčem, prolézáním obručí, mířily malým kroužkem na cíl, hrály bollo ball. Také si děti vyzkoušely skládat puzzle, poznávat zvířata a mohly si vymalovat různé obrázky. Děti si odnesly plno zážitků a jako odměnu pár sladkostí.

Marta Zajíčková
Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti

OKÉNKO Z ANTICKÉ KNIHOVNY

Lucius Annaeus Senece Výbor z listů Luciliovi

S lidmi je to stejné jako s věcmi. Dobrou nenazýváme loď, která je pomalována drahocennými barvami, ani tu, která má stříbrný nebo zlatý zoban, ani tu, jejíž ochranná soška na zádi je umně vyřezána ze slonoviny, ani tu, která je zatížena poklady a královským jméním; dobrá loď je vyvážená, pevná, se spojí nepropouštějícími vodou, schopná snášet mořský příboj, ovladatelná kormidlem, rychlá a odolná proti větru. Dobrým nepojmenuješ meč, jehož závěsník je pozlacený a pochva posázena drahými kameny, nýbrž ten, který má jemné ostří k sekání a hrot schopný prorazit každou obrannou zbraň. Po pravítku se nežádá, aby bylo vzhledné, nýbrž aby bylo rovné. Každá věc sklízí chválu za to, proč se pořízuje, co je jí vlastní. Tedy u člověka nijak nezáleží na tom, kolik jiter půdy obdělává, kolik peněz získává lichvou, kolik lidí ho pozdravuje, na jakém vzácném lůžku líhá, z jakého průzračného poháru pije, ale na tom, jak je dobrý. A dobrý je tenkrát, jestliže je jeho rozum rozvinutý, správný a přizpůsobený vůli jeho přirozenosti. Takový rozum se nazývá ctností, totožnou s čestností, jedinečným to lidským dobrem. Jenom rozum přivádí člověka k dokonalosti a jenom dokonalý rozum jej činí šťastným; proto je rozum jediným dobrem, jehož výhradním působením se člověk stává šťastným.

KŘÍŽOVKA

TAJENKA1 je krásný vynález přírody, jak zastavit **TAJENKA2**, když už jsou **TAJENKA3** zbytečná.

	RUSKÁ ŘEKA	KILOMETR	INCI. HERCE VETCHÉHO	ČERNÝ JEDOVATÝ PAVOUK		NOČNÍ ZÁBAVNÝ PODNIK	ANGL KDYŽ	HLASITĚ UPÍJETI	BAKTERIE	ZKRATKA VELKÉ BRITÁNIE	FR.HEREC (1908-82, JACQUES)		BABIČKA SVATÉHO VÁCLAVA	NÁDOBKA NA INKOUST
NÁDOBA STUDNY					CHEM. LESKLÝ PRVEK							KÓD SRÍ LANKY		
ŘÍMSKÝCH 2495					SVĚTADÍL PÍSMENO ŘECKÉ ABECEDY							CELNÍ KÓD UKRAJINY ZKR. OTORINO- LARYNGOLOGIE		
	DEPA	BALKON SHORA KRYTÝ	ŽLUTOHNĚDÉ BARVIVO				INC. ZPĚVÁKA KRYLA			ČESKÝ ARCHITEKT				
		SPZ OLOMOUCE												
TAJENKA 3						SUDO- KOPYTNÍK	POLNÍ MÍRA			PLANETKA				
ZHROUCENÍ							UKAZOVACÍ ZÁJMENO			NÁZEV HLÁSKY	ZKRATKA LIMITY			
							ČÁST BŘECLAVI				OBR			
DESETINNÝ LOGARITMUS				TAJENKA 1 JEDNOTKA INFORMACE								POPĚVEK		
												NENASYTNÉ		
ZN. STŘÍBRA			JEDNA ZE SKAL TROSEK					INTERNET ON LINE	ZIMNÍ SPORTOVEC					
			PŘENOSNÝ SPORÁK						BRÁNA					
ZÁZRAKY					SHRNOUIT ČESANÍM	ŘÍMSKÝMI ČÍSLICEMI 504				ZN. KRYPTONU			ZASÉVAT	JMÉNO PROZAIKA PAVLA
IRSKÝ BASNIK (1865-1939) NC LIT(1923)						PONOR				PROVAZ SE SMYČKOU				
	ŽOLD	TAJENKA 2				DOMÁCKY ALENA				OVINOUT				
		ASIJSKÝ STAT				KOVOVÝ PRVEK				ČÁSTI MOLEKULY				
ŘÍMSKÝCH 1051				NÁZEV NOSOVKY				PAPÍR K PO- KRYVÁNÍ STĚN						
								DOMÁCÍ ŠELMA						
ZA CO				ITALSKY ANO			ŠACHOVÉ ZAKONČENÍ				ITALSKÁ ŘEKA	OZNAČENÍ LETADEL ETIOPIE	SPZ ROKYCAN	CIZÍ MUŽSKÉ JMÉNO
				EGYPTSKY BŮH SLUNCE			ZN. VOLT- AMPÉRMETRU							
ŠPÁDOVÁ KARTA			SCHRÁNKY NA MRTVOLY						DRUH JEVIŠTNÍHO PŘEDSTAVENÍ					
SNÍŽENÝ TÓN			NOSIČ (ANATOM.)						ČÁST PRAHY					

POLIBEK je krásný vynález přírody jak zastavit ŘEČ, když už jsou SLOVA zbytečná.

Zajištění přepravy osob se zdravotním postižením a seniorů

MSSS v Mostě – p. o., je oprávněna zajistit přepravu seniorů, kteří jsou na základě smluvního vztahu s organizací ubytování či jiným způsobem užívají některé ze sociálních a pobytových zařízení organizace.

Služba je provozována určenými vozidly, a to motorovým vozidlem Volkswagen Caravelle, **na kulturní a aktivizační činnosti** a motorovým vozidlem Citroen Berlingo, **na cesty k lékaři, do nemocnice, lékárny, úřady, rehabilitace atp.**

Služba se poskytuje převážně na území statutárního města Most.

Služba je poskytována ve všedních dnech (mimo svátky) zpravidla od 7:30 do 14:15 hodin (po předchozí dohodě je možný i jiný termín).

Objednávka služby

Službu je vhodné objednávat předem pro zajištění dostupnosti. Službu je možné objednat u řidiče telefonicky, SMS zprávou na uvedené číslo (např. v případě požadavku na přepravu osoby se sluchovým postižením) nebo e-mailem.

Objednání telefonicky i SMS:

Lenka Dunovská – 725 733 799

Jana Nechvapilová – 601 572 085

Objednání e-mailem:

nechvapilova@msss-most.cz

Cena a způsob účtování za vykonané služby

Cena za jízdu na území města Most činí 50 Kč.

V případě, že se nebude jednat o fakultativní službu, ke stanovené ceně se připočte základní sazba DPH ve výši určené platným právním předpisem k datu uskutečnění služby.

Cena za jízdy mimo území města Mostu je stanovena sazbou za km jízdy. U motorového vozidla Volkswagen Caravelle činí sazba 16 Kč/km, u motorového vozidla Citroen Berlingo činí sazba 13 Kč/km.



Cesta k harmonii s jógou – radostná výhra pro tělo i duši



S potěšením oznamujeme výsledky soutěžního kvízu „Cesta k harmonii s jógou“, jehož cílem bylo podpořit zdravý životní styl a duševní pohodu prostřednictvím vědomého pohybu a relaxace.

Ve slosování výherců získala paní Zorka Králíková pro Domov pro seniory v ulici Jiřího Wolkera jedinečnou cenu – skupinovou lekci jógy pod vedením zkušené lektorky Sáry Jíslové.

Lekce proběhne v příjemném prostředí zahrady domova a bude citlivě přizpůsobena věku i zdravotnímu stavu všech zúčastněných seniorů. Věříme, že společné cvičení přinese radost, úlevu i novou motivaci k pravidelnému pohybu.

Abychom tuto výjimečnou chvíli prožili společně, pozvali jsme také členy redakční rady a další účastníky kvízu, kteří projevíli zájem o zapojení do této aktivity. Těší nás, že zájem o jógu a zdravý životní styl nachází mezi našimi seniory tak pozitivní ohlas.

ZAVAŘUJEME SRDCEM – RECEPTY, KTERÉ PŘETRVAJÍ GENERACE

VYHLAŠOVATEL - Městská správa sociálních služeb v Mostě – příspěvková organizace

CÍL PROJEKTU - Podpořit sdílení životních zkušeností, uchovat tradiční receptury a posílit tvořivost seniorů formou soutěže zaměřené na domácí zavařování ovoce a zeleniny.

CÍLOVÁ SKUPINA - Uživatelé domovů a penzionů pro seniory v rámci MSSS v Mostě – p. o.

POPIS PROJEKTU - Senioři se mohou zapojit přihlášením svého oblíbeného receptu na zavařeninu. Kromě receptu lze připojit osobní vzpomínku, rodinný příběh či fotografii, která s receptem souvisí. Projekt klade důraz na zachování tradic, mezigenerační sdílení a vztah k domácí kuchyni.



PRŮBĚH SOUTĚŽE:

1. Sběr receptů (červenec – srpen 2025)

Recepty budou přijímány písemně nebo ústně přes personál, nejlépe s připojením příběhu či fotografie.

2. Hodnocení (září 2025)

Komise složená ze zaměstnanců, kuchařů a aktivizačních pracovníků vybere nejzajímavější recepty dle těchto kritérií:

- ♥ Tradiční hodnota
- ♥ Originalita a chuťová přitažlivost
- ♥ Osobní příběh

3. Brožura „Zavařujeme srdcem“ (listopad 2025)

Všechny příspěvky budou zpracovány do brožury jako vzpomínka a inspirace pro další generace.

PŘÍNOSY PROJEKTU

- ♥ Aktivizace seniorů smysluplnou činností
- ♥ Posílení pocitu vlastní hodnoty a sounáležitosti
- ♥ Upevnění vztahů mezi uživateli a personálem
- ♥ Uložení receptů jako součásti kulturního dědictví
- ♥ Propagace pozitivního obrazu stáří a rodinných tradic

Projekt „Zavařujeme srdcem“ dává prostor paměti, rukám tradice a srdci, které vaří s láskou. V době, kdy je autenticita vzácná, je tento projekt něžnou připomínkou, že to nejcennější často vyrůstá na stromech našich vzpomínek.