

P STŘEHY

VELKÉ PÍSMO
SNADNÉ ČTENÍ

SENIORŮ



MSSS

Městská správa sociálních služeb
v Mostě – příspěvková organizace

- STR. 2-3** | **Filmaři pokřtili Moře na dvoře**
- STR. 4** | **Pro pamětníky aneb živo/t na vsi**
- STR. 6** | **Pozvánka na Seniorskou šlápotu**
- STR. 12** | **Vyhodnocení soutěžní křížovky**



Filmaři pokřtili Moře na dvoře,
MSSS v Mostě – p. o. proměnila zahradu Domova pro seniory Harmonie v terapeutickou oázu.

Podáme ruku všem, kteří nás potřebují.

Příští číslo plánujeme vydat v říjnu 2026

Filmaři pokřtili Moře na dvoře, MSSS v Mostě – p. o. proměnila zahradu Domova pro seniory Harmonie v terapeutickou oázu.



Jak dostat moře do Mostu? Někdy stačí voda, zeleň, lidská fantazie, dobrý film a chuť vytvořit místo, kde je lidem dobře.

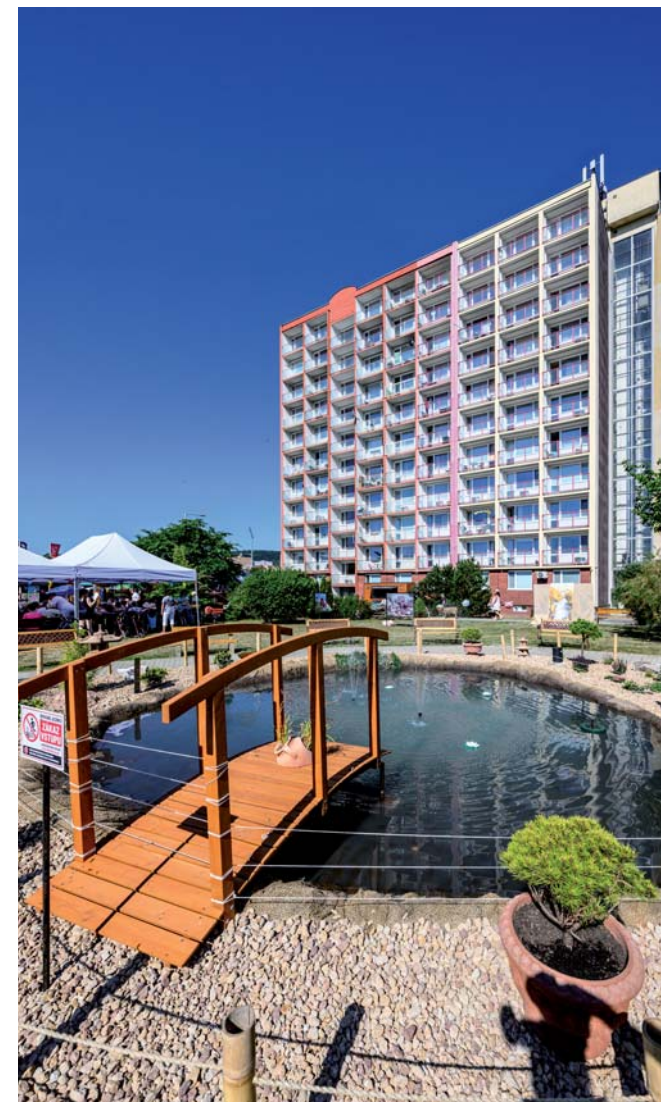
Právě s touto myšlenkou uspěla uživatelka Domova pro seniory Harmonie paní Jarmila Václavovičová se svým projektem „Harmonie vody a přírody (terapeutická zahrada)“, který byl podpořen v rámci participativního programu Hejbní Mostem 2025.

Ve středu 24. června 2026 se zahrada Domova pro seniory Harmonie stala dějištěm výjimečné události – slavnostního křtu Moře na dvoře. Symbolicky tak bylo otevřeno nové zahradní terapeutické jezírko, které ponese název Moře na dvoře podle stejnojmenného laskavého filmu s pány Ondřejem Věchým a Jiřím Langmajerem. Jezírko bude sloužit jako místo odpočinku, setkávání, vzpomínek i mezigeneračních příběhů.

Celá událost navíc získala mimořádný rozměr díky spolupráci se společností BONTONFILM a samotnými tvůrci českého filmu Moře na dvoře, jenž dal „mosteckému moři“ název. Právě podle tohoto filmu bylo nové zahradní jezírko pojmenováno. Do Domova pro seniory Harmonie přijeli osobně producent filmu Tomáš Hoffman, režisér Martin Horský a ředitel společnosti BONTONFILM Martin Palán, kteří společně se seniory symbolicky uvedli nové místo do života.

Součástí slavnosti byl také podpis originálního Křestního listu Moře na dvoře, stylizovaného jako filmová klapka. Dokument připomíná, že nové místo bylo pojmenováno podle filmu Moře na dvoře a uvedeno do života jako prostor pro setkávání, klid a sdílení příběhů. Jeho hlavní poselství zní: „Ať Moře na dvoře nikdy nevyschne.“

Pro seniory Domova Harmonie tak nevznikl jen nový vodní prvek v zahradě. Díky BONTONFILMU a tvůrcům filmu se z běžného otevření zahradního jezírka stal malý filmový příběh přímo uprostřed domova pro seniory – příběh o vodě, vzpomínkách, laskavosti, fantazii a lidském setkání.



Nově vznikající terapeutická zahrada není pouze estetickou úpravou areálu. Její filozofie vychází z přesvědčení, že kvalitní sociální služba nekončí za dveřmi budovy. Kontakt s přírodou, vodou, zelení a možnost pobývat venku mají pro seniory pozitivní vliv na fyzické zdraví, psychickou pohodu i kvalitu každodenního života.

Projekt postupně přinese nové prvky podporující relaxaci, jemný pohyb, terapii i společné trávení času. Zahrada bude sloužit nejen obyvatelům domova, ale také jejich rodinám, návštěvníkům, dobrovolníkům a dětem při mezigeneračních setkáváních.

„Moře si většina lidí spojuje s klidem, odpočinkem a pozitivní energií. My jsme chtěli alespoň symbolicky přinést kousek této atmosféry přímo mezi naše seniory. Díky spolupráci se společností BONTONFILM a tvůrci filmu Moře na dvoře se z tohoto nápadu stal krásný příběh. Dnešní Křest Moře na dvoře není jen otevřením jezírka. Je to vyjádření myšlenky, že i zdánlivě malé změny prostředí mohou významně ovlivnit kvalitu života člověka,“ uvedl ředitel MSSS v Mostě – p. o. Ing. Luboš Trojna.

Projekt zároveň navazuje na dlouhodobou snahu Městské správy sociálních služeb v Mostě – příspěvkové organizace, kultivovat prostředí svých zařízení tak, aby podporovala důstojné stárnutí, aktivní život seniorů a přirozené propojení s veřejností.



Domovy HARMONIE, ul. Barvířská 495, 434 01 Most

PRO PAMĚTNÍKY ANEB ŽIVO/T NA VSI: Na zahradě Harmonie zavládla pravá venkovská atmosféra



Ve středu 24. června se zahrada Domovů Harmonie proměnila v místo plné vzpomínek, vůně venkova, tradičních řemesel, zvířátek a mezigeneračního setkávání. MSSS v Mostě – p. o. zde uspořádala již 2. ročník akce PRO PAMĚTNÍKY, letos s tématem ŽIVO/T NA VSI.

Akce se zúčastnilo celkem 350 účastníků, z řad seniorů, klientů stacionářů, dětí z jeslíček, rodinných příslušníků a zaměstnanců, kteří si společně užili dopoledne inspirované životem na českém venkově.

Celým dopolednem provázel oblíbený moderátor a hudebník Šimon Pečenka, který svým vystoupením vytvořil příjemnou atmosféru.

Návštěvníci se mohli zapojit do tematických soutěžních disciplín – cvrnkání kuliček a sbírání vajíček z kurníku, které mnohým připomnělo dětská léta a život na venkově. Zájem vzbudila také ukázka cykloterapie, během níž se někteří účastníci vydali na projížďku kolem Jezera Most.

Farmička u Kačky Klíny přivezla sovičku Rozárku, zatímco ANDALUSIA Farm představila poníka a lamu. Farma u Kloučků připravila program „Od ovečky ke svetru“, návštěvníci si vyzkoušeli tradiční zpracování ovčí vlny – práci s kolovrátkem, tkalcovským stavem i techniku filcování. Velkou pozornost si získaly také ovečka s beránkem, kteří se stali milými společníky malých i velkých návštěvníků.

Příjemným zpestřením byl workshop studentů Střední školy technické Most, z oboru zahradnické práce, kteří nabídli možnost ozdobit si dřevěnou dekoraci. Oblíbený fotokoutek WhiteBox pak zachytil společné chvíle a vytvořil krásné vzpomínky.

Milým zpestřením programu bylo také vystoupení dětí z jeslíček. Jejich bezprostřednost, nadšení a dětský úsměv vykouzlily radost na tvářích seniorů a podtrhly mezigenerační charakter celé akce.

O občerstvení bylo postaráno díky domácím chodským koláčům připraveným zaměstnanci



kuchyně, tradičním škvarkovým plackám z Pekárny Oertelt. Návštěvníci mohli ochutnat také regionální produkty prezentované Okresní agrární komorou Most, vychutnat si čerstvé trdelníky nebo osvěžující farmářskou zmrzlinu Drmalku z Farmy Drmaly. Nabídku obohatila také AMA SCHOOL, základní škola a mateřská škola montessori o.p.s., jejíž studenti přijeli s food truckem Deni's Café a připravili pro návštěvníky výběr dobrot spolu s kávou.

Významnou součástí letošního ročníku bylo slavnostní otevření terapeutické zahrady „Moře na dvoře“ (více na straně č. 2 – 3).

Piknik na zahradě aneb „Setkání mezi ploty“



Ve středu 3. června se v odpoledních hodinách na zahradě Domovů Harmonie konala akce s názvem Piknik na zahradě aneb „Setkání mezi ploty“. Naše pozvání přijali uživatelé z Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolkera a také klienti Energie, o.p.s. z blízkého Meziboří.



Přínosem byla účast studentů z VOŠ, OA, SPgŠ a SZŠ Most, kteří se s empatií zapojili do pomoci s doprovodem seniorů a také zajištění bezbariérové dopravy Dopravním podnikem měst Mostu a Litvínova, a. s.

Na závěr bychom chtěli vyjádřit upřímné poděkování všem partnerům, kteří naši akci podpořili, ale také všem zaměstnancům, kteří se podíleli na její organizaci.

*Michaela Stahlová
asistentka, členka redakční rady*

Společně jsme si užili krásné odpoledne při kávě se zákusky a nechyběl ani opečený vuřt. Zpestřením bylo vystoupení dětí ze Základní umělecké školy F. L. Gasmanna v Mostě. Počasí nám přálo a děkujeme všem zúčastněným za krásně prožité odpoledne.

ergotým

Pozvánka na Seniorskou šlápotu



MOST

25. ročník

SENIORSKÁ ŠLÁPOTA



16. září 2026

v čase 9:00 - 12:00 hodin



LESNÍ RESTAURACE RESSL

hudební
produkceprocházka
přírodoutematická
soutěžpřátelské
setkání

grilování



Hudební produkce:

František a Poslední kovbojové

Startovné:
50 KčPŘIHLÁŠKY PŘIJÍMAJÍ
VEDOUcí ZAŘÍZENÍ
DO 14. SRPNA 2026

Akce je určena pouze pro zvané hosty.

Podáme ruku všem, kteří nás potřebují

Změna programu vyhrazena.

Organizátor pořizuje z této akce fotodokumentaci a videozáznam.

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



Čas se neúprosně krátil a nám nezbylo nic jiného, než se vrátit zpět do svých domovů, ale čekala nás ještě jedna malá zájždka. Naše řidičky nás provezly nově zrekonstruovanou křížovou cestou, kde jsme se mohli pokochat novými obrazy. Moc děkujeme statutárnímu městu Most a hlavně paní náměstkyni za milou společnost a nevšední zážitek, který nám umožnila prožít, ale především zažít. Velké poděkování chtěli naši senioři také poslat děvčatům z „Wolkerovky“, které se podílely na přípravě a organizaci tohoto dne. Všem moc děkujeme.

Věra Hampejsová
ergoterapeutka

Výlet na hrad Hněvín

V pátek 19. června 2026 se skupinka seniorů z Domova pro seniory, ul. Jiřího Wolкера se svým doprovodem vydala na výlet na hrad Hněvín. Výlet pro nás zorganizovala paní náměstkyně Markéta Stará, která nám také zajistila dopravu Taxíkem Maxíkem.

Na hradě na nás již čekali studenti z oboru praktická sestra a jejich paní profesorky, kteří nám pomáhali zvládnout procházku kolem hradu a po nádvoří. Měli jsme možnost vyzkoušet vyhlídkovou lávku s fotopointem s okouzlujícím pohledem na Jezero Most nebo navštívit dílnu magistra Kelleyho i s výkladem zdejší průvodkyně.

Někteří ze seniorů, ač žijí v Mostě řadu let, navštívili hrad poprvé, jiní zase zavzpomínali, jak za mlada navštěvovali zdejší dominantu. Výhled z hradu je nezapomenutelný zážitek a nám se ho podařilo našim seniorům dopřát. Přes tropické počasí jsme vše zdárně zvládli a v cíli na všechny čekalo chladivé osvěžení v podobě ledové kávy či krásně vychlazeného nanuka.

Posezení v prostorách hradu nám svým výkladem o historii hradu zpestřil pan Václav Václavík. Na společnou procházku kolem hradu se k nám přidala také naše bývala kolegyně paní Helena Houšková, která si již užívá zaslouženého důchodu.



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

Antické hry

V úterý 26. května 2026 proběhl v Domově pro seniory, ul. Antonína Dvořáka již osmý ročník oblíbené společenské akce Antické hry. Celé odpoledne se neslo v duchu starověkého Řecka, příjemné atmosféry, společného setkávání a dobré nálady.

Program byl zahájen slavnostním průvodem zaměstnanců v tematických kostýmech, po kterém následovalo symbolické zapálení olympijského ohně, kterého se ujala vedoucí zařízení, paní Venuše Zaspalová. Do antického stylu se s nadšením zapojili také naši senioři, kteří přišli převážně v bílém oblečení.

Pro účastníky byly připraveny tři tematické disciplíny inspirované antikou. Soutěžící si vyzkoušeli přenášení vody pro bohy, hod na pomyslný antický chrám i zábavnou Věštírnu v Delfách, kde si ověřili svůj hmat, čich a chuť.

Po ukončení soutěží následovalo slavnostní vyhlášení vítězů Antických her. Nejlepší soutěžící si odnesli diplomy a dárkové balíčky, ocenění však patřilo všem účastnícím, protože důležité nebyly jen výsledky, ale především společně strávený čas a dobrá nálada. Jak celé odpoledne prožívali sami účastníci, popisuje ve svém krátkém ohlednutí jedna z našich uživatelek, paní Jaroslava Blesáková.



„Ačkoliv venku svítilo slunce a teplota se pohybovala kolem 30°C, nám bylo fajn. Naši údržbáři postavili stan a vše mohlo začít. Poděkování patří všem, kteří pomohli tuto akci připravit. Už den předtím jsme viděli našeho milého pana údržbáře Jiřího Čapka, jak opakovaně a mnohokrát polévá a čistí naši zahradu. Oceňujeme práci sester i sociálních pracovníků, které aktivně, takřka ve dvanactihodinové směně pracovaly a ještě se na nás usmívaly a povzbuzovaly nás při plnění přípravných úkolů. Svým přístupem dokázaly zapojit do soutěží všechny přítomné, i ty, kteří zpočátku nechtěli soutěžit. Blahopřejeme vítězům – paní Věře A., paní Daně V. a paní Marii Ch. Náš obdiv si zaslouží všechny „bohyně“, sestry i sociální pracovníce, včetně naší p. vedoucí, které oblékly nádherná, opravdu bohyní roucha. Na samý závěr jsme dostali občerstvení a s pocitem krásně prožitého dne jsme se rozešli do svých bytů.“

*Petra Hreňuková
sociální pracovnice*



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



Jaro plné tradic a setkávání

Před Velikonocemi jsme přivítali v penzionu děti ze spřátelené mateřské školy na společné tvorbě jarních dekorací. Dopoledne děti zakončily krátkým kulturním programem.

Opět nás navštívil Eliáš Drenčko. Mladý myslivec vyprávěl o životě v lese, mysliveckých tradicích a přinesl nám i trofeje a v krátkém testu vyzkoušel naše znalosti.

Konec dubna patří i konci zimy a tak jsme se sešli u pálení čarodějnice. Připravila jí děvčata s paní Janou Čajovou, aktivizační pracovnící. Nechybělo opékání buřtů a dobrá nálada.

Přišel květen a po Prvním máji i Den matek. To naše tváře rozjasnily děti ze 14. ZŠ svým pásmem básniček a veselých písniček. Některým z nás ukápla i slzička dojetí.

Tradiční Májová zábava proběhla za přispění manželů Hvozdoých, kteří se postarali o skvělou atmosféru. Někteří z nás si i zatančili, ale většina si s nimi s chutí zazpívala.

Prvního června zahrada ožila dětským smíchem a brebentěním. Na oslavu Dětského dne jsme připravili několik stanovišť se soutěžemi. Přijelo i opravdové hasičské auto a vrcholem, nejen pro děti, byla návštěva malých koziček.

Své znalosti ze zeměpisu, historie a hlavně z oblasti populární hudby jsme prokázali v kvízovém dopoledni. O svoji výhru jsme se podělili se všemi účastníky.

Před patnácti lety vysadil tehdejší primátor města Mostu pan Vlastimil Vozka na naší zahradě doubek.



Původní dub – Dědoušek rostl ve starých Albrechticích a musel s celou vesnicí ustoupit těžbě uhlí. Pan Vozka se přišel podívat, jak už vyrostl.

Obyvatelé našeho penzionu se sešli s ostatními na akci Pro pamětníky aneb živo/t na vsi, která se konala v Harmonii, ale o tom se píše v jiné části Postřehů.

My jsme červen zakončili výletem do krásného Muzea vitráží v Libyni, které mapuje vývoj uměleckého sklenářství. Je zapsáno na seznam kulturního dědictví UNESCO.

*Miloslava Jarošová
Penzion pro seniory, ul. Albrechtická*



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

Přehled aktivit v penzionu

V penzionu Komořanská jsme si 2. čtvrtletí mohli vybírat z nabídky výletů, setkávání s dětmi ze spřátelených dětských zařízení, účastí na oblíbených kavárničkách, na bowlingovém turnaji či na odpoledni se studenty gymnázia a jejich pěveckým sborem SMOG.

Výlety jsme podnikli společně s penzionem Albrechtická hned dva, a to v dubnu do jarně rozkvetlé botanické zahrady v Teplicích a v červnu do Lubence, kde jsme společně obdivovali krásné vitráže.

S dětmi se setkáváme pravidelně každý měsíc a výjimkou nebyla ani druhá čtvrtina roku. Děti ze skupinky Planetka nás navštívily opět několikrát a společně jsme si užili spoustu zábavy při velikonočním a čarodějnickém tvoření. Den dětí jsme oslavili s dětmi z jeslíček při rozverných sportovních a jiných hrách přímo v budově jeslí.

V červnu jsme si s dětmi ze skupinky Planetka zadováželi v tělocvičně penzionu a potěšit nás přišly také děti z MŠ Komořanská.

Zástupci našeho zařízení se zúčastnili v dubnu turnaje v netradičním pojetí bowlingu. Mezi šesti družstvy z jednotlivých penzionů a domovů pro seniory se naše družstvo rozhodně neztratilo, v turnaji zvítězilo a jeho členové si odnesli, kromě sportovního zážitku, také cenu pro vítěze.

Tím ale přehled aktivit nekončí. Ani v tomto období nechyběla naše společná setkání v penzionu. Zpívali jsme si a opekli buřty na pálení čarodějnic, postavili jsme májku, každý měsíc soutěžili při kvízech a bingu na kavárničkách. Ta poslední byla spojena s grilováním dobrot dle vlastního výběru při venkovním posezení pod pergolou na naší zahradě.



V nadcházejícím létě se konání společných aktivit na chvíli pozastaví a naše cesty se rozejdou, ale o to více se budeme po letních měsících a dovolených těšit na setkání v září, neboť si budeme mít rozhodně o čem vyprávět.

Z penzionu Komořanská přejeme Vám všem krásné a pohodové léto!

Jitka Čapková
Penzion pro seniory, ul. Komořanská

Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti 1180, Most

2. až 6. dubna se slavily Velikonoce. Špenát, hrášek, kopřivy do nádivky, řeřicha, pažitka patří k Zelenému čtvrtku. Ale také zelené pivo, na které jsme si společně zašli. Máme upečeno, mazance a beránky, barevná velikonoční vejčka, čekají na koledníky.

23. dubna – Bábovková kavárnička, která byla spojena s oslavou deseti let našeho maskota – BARČI. Naši obyvatelé se opět pustili do pečení bábovek. Na výběr byla ořechová, čokoládová, mramorová, rumová, piškotová, kokosová a citrónová. Když jsme viděli plný stůl bábovek, napadla nás říkanka: Bábovičko, jestli se mi nepovedeš... a povedly se všechny. Byly výborné, voňavé a porota ochutnávala a ochutnávala. Nebylo lehké určit tři nejlepší. Po všech bábovkách se zaprášilo, všem nám chutnaly. Gratulace oslavencům se týkala i naší Barči, která nám poslala hezký dopis. Kavárničku zakončilo oblíbené Bingo.



30. dubna – Lidový zvyk spojený s pálením ohňů a čarodějnic je pro nás společenská událost, na kterou se každý rok těšíme. Naše samospráva připravila na zahradě táborák a my „čarodějnice“, jsme připravené na náš slet. Naši obyvatelé ocenili naše nové kostýmy a společně jsme si opekli buřtíky a zpívali u ohně. Táborák zakončil velký plamen a s hadrovou čarodějnici byl amen.



1. května – Modré nebe, sluníčko, projdeme se maličko. Naším cílem byly Zahražany, ulice Žižkova a U města Chersonu. Vzpomínali jsme na naše dětství, kdy jsme chodili do tzv. Pionýrského domu na zájmové kroužky a jiné akce. Prožili jsme hezké dopoledne, které jsme zakončili obědem v restauraci U Švejka.

20. května – Kavárnička plná hudby. Dobrovolníci z Diakonie v Mostě nám přišli zpříjemnit odpoledne krásnými melodiemi, například zazněla Rosa na kolejích, Severní vítr je krutý, Báječná ženská, Málo je lásky. Naši obyvatelé si s chutí zazpívali svoje oblíbené, potleskem odměnili hudebníky. Následovali gratulace oslavenců, oblíbené Bingo bylo opět napínavé.

28. května – Dětský den se skupinkou U Zajíčků. Sluníčko nám krásně svítilo a mohli jsme tak využít prostory zahrady, kde bylo pro naše nejmenší připraveno několik stánků plných zábavy. Senioři děti s úsměvem podporovali a děti se radostně pustily do všech připravených úkolů. Den se krásně vydařil a mi se těšíme na další návštěvu.

Marta Zajíčková
Penzion pro seniory, ul. Ke Koupališti



Dostal jsem tvůj dopis, z něhož jsem se dověděl, že jsi věnoval skvělé sloupořadí jménem svým i svého syna, dalšího dne že jsi slíbil peníze na výzdobu městských bran, takže nový dar dovršuje dřívější.

Mám radost především z tvé slávy, jejíž určitá část se přelévá i na mne kvůli našim příbuzenským vztahům, dále že se uchovává památka mého tchána tak krásným dílem, a konečně že vzkvétá naše rodiště; je mi milé, když je zvelebují kdokoli, ale působí mi obzvláštní potěšení, když ke zvelebení přispíváš ty.

Zbývá mi už jen prosit bohy, aby ti zachovali takové smýšlení a dopřáli ti je ještě co nejdéle uplatňovat, neboť jsem přesvědčen, že až splníš svůj poslední slib, podnikneš zase něco jiného.

Štědrost, jakmile se jednou dala do pohybu, nemůže se totiž zastavit; největší radost z ní má právě ten, kdo ji projevuje. Buď zdrav.

KŘÍŽOVKA

A. de S. Exupéry: Zním jen jednu ... *dokončení v tajence.*

Citát	PST	AKADEMIE VĚD	ALKALOID RAJČAT	MĚSTO V NIGÉRII	STRUK (ŘÍDCE)	SLEPIČÍ ZVUK	Citát	VÁPŇÍK (ZN.)	SPORTO- VEC	STOK	VYSÁVAT PRACH	ČÁST VOZŮ	ZÁPŮR
NEDO- VOLENÝ TISK							DRUH PÍSMÁ						
							JIŽ						
1. díl tajenky													
CASLON, GLASSES, IBADAN, KANO, RENAULT, TARAKÁN	CELIST- VOST	MASÍRO- VÁNÍ						VYSAVAČ				FRANC. PRÁVNÍK	NEZBED- NOSTI
		STĚTÍ						IZOLAČNÍ DESKA					
MEDOVICE							POVAHA						
							ASIAT						
INDONÉS. SÍDLŮ						NAŠE MĚSTO							
						ZVUK TRUBKY							
SÍDLŮ ČÍNY					TAKTO			AFRICKÝ JAZYK					
					ZÁPISNÍK								
HROT				CHROBÁK						ČIN (NĚM.)			
				MPZ ALDERNEY						PŘÍBUZNÝ			
OBCH. AKADEMIE			BRÝLE (ANGL.)								SUMERSKÉ MĚSTO		
			OLYMP. REKORD (ZKR.)								PŘEDLOŽ- KA		
2. díl tajenky								3. díl tajenky					
ŠVÁB (ZAST.)								CIZÍ ŽEN. JMÉNO					

... svobodu, a tou je svoboda myslí.

Výsledky slosování čtenářské křížovky

Děkujeme všem čtenářům, kteří se zapojili do luštění křížovky z minulého vydání časopisu. Ze správných odpovědí byli vylosováni dva výherci: Helena Moravcová a Pavel Vaňout, kteří získávají „veselé křížovky“.