

SENIORSKÉ LISTY

ÚSTECKÉHO KRAJE

Zajímavé slevy získáte se Senior pasem

Strana 11



**Z Ústeckého kraje: Starší
generace si zaslouží úctu
a starost**

Strana 12



**Král fotbalového
míče Jan Skorkovský
v rekordmanském důchodu**

Strana 16



ROUDNICE NAD LABEM

Galerie moderního umění

- do 26. 11. **Karel Pauzer / Hana Purkrábková / Bytosti**
 do 19. 11. **Miloš Michálek / Záznamy**
 do 31. 12. **Program doprovodných akcí**
 Říjen, listopad, prosinec 2017
 do 3. 11. **EVA BRODSKÁ / JIŘÍ BRODSKÝ**
 Výstava v Městském divadle Pod Točnou v Kolíně

KD Říp

8. 10., 10:00 **O princezně na hrášku**
 12. 10., 9:00 **Krásou pomáháme andělům**
 19. 10., 17:00 **Den seniorů aneb veselé babí léto**
 26. 10., 19:00 **Koncert k výročí vzniku samostatného Československa**

Městská knihovna

11. 10., 14:00 **Vyrobím si knížku**
 16. 10., 17:00 **Stres a syndrom vyhoření**
 18. 10., 19:00 **Slavní i neznámí návštěvníci Roudnice nad Labem 19. století**
 14. 10., 17:00 **Divokým Kurdistánem**
 25. 10., 14:00 **Duchové knihovny**

DĚČÍN

Oblastní muzeum

31. 1. 2018 **Skryté muzejní poklady**
 31. 10. **Obrazy ticha... a jiné**

Kub seniorů Zlatý podzim

Pondělí, středa, pátek od 9:00 do 17:00 **Společenské, kulturní a vzdělávací programy**, přednášky, zajímavé besedy o zdraví a životním stylu, rady z domácnosti

SD Střelnice

8. 10. **Josef Zíma**
 15. 11. **František Nedvěd**
 1. 12. **Slza**
 18. 12. **Partička**

Zámek Děčín

Zlatá léta děčínského zámku

Projděte se zámek v době jeho největšího rozkvětu a slávy, stejně jako to před vámi učinil hudební skladatel Fryderyk Chopin, císař František Josef I. a řada dalších slavných osobností (délka prohlídky cca 60 minut).

Návštěva u knížete Františka Thuna

Navštívte sídlo někdejšího premiéra rakouské vlády a místodržícího Českého království knížete Františka Thuna (délka prohlídky cca 60 minut).

Barokní perly zámku

Poznejte architektonicky nejcecnější části zámeckého areálu, které navíc vznikly ve stejné době a na náklady stejného stavebníka, hraběte Maxmiliána Thuna. Okruh Vás zavede do monumentální barokní konírny, dále do podmanivé Růžové zahrady se sala terrena a vyhlídkovým gloriem (délka prohlídky cca 60 minut).

Prohlídky s tajemnou postavou

Otevřete 13. komnatu aneb odhalte tajemství českých hradů a zámků. Žádková prohlídka plná tajemna, nástrah a překvapení. S černým rytířem do temných časů středověku...

MOST

Městská knihovna

14. 10., 9:30 **Kurz podzimního tvoření**
 18. 10., 13:00 **Den pro seniory**
 18. 10., 17:00 **Yukon**
 19. 10., 17:00 **Aconcagua a Ojos Del Salado**
 13. 11., 19:00 **Vince Agwada**
 14. 11., 17:00 **Paříž – město malířů, básníků a milenců**
 28. 11., 17:00 **Zimní Nordkapp**
 5. 12., 19:00 **Bex Marshall**
 7. 12., 17:00 **Střední Asie**
 27. 12. **Plníme přání seniorům**

Oblastní muzeum

- do 7. 1. 2018 **Terakotová armáda**
 do 28. 10. **Komentované procházky**
 Po stopách Josefa Dražného
 do 31. 10. **CODEX GIGAS**
 do 31. 12. **Obraz „Vražda jeptišek v Mostě“**

Městské divadlo

9. 10., 19:00 **Podivný případ se psem**

11. 10., 19:00 **Charleyova teta** (volné)
 12. 10., 19:00 **Testosteron** (volné)
 13. 10., 19:00 **Splašené nůžky** (volné)
 16. 10., 19:00 **Splašené nůžky** (volné)
 17. 10., 19:00 **Past na myši** (volné, Fan club ticket 10)
 19. 10., 19:00 **Nebezpečné vztahy** (volné)
 22. 10., 19:00 **Móda a hvězdy** (volné)
 26. 10., 18:00 **Slavnostní večer k oslavě státního svátku**
 31. 10., 19:00 **Baron Prášil** (volné)

Hipodrom Most

14. 10. 2017 **Cena zimního favorita, Svatováclavská cena**
 29. 10. 2017 **Českomoravská cena**
 11. 11. 2017 **Rovinové dostihy**

Středisko volného času

- 7.-8. 10. **Souboje upravených cestovních vozů**
 13.-14. 10. **24 hodin stolního hokeje**
 14. 10. **Podzimní putování**
 21. 10. **Akvarijní trhy**
 25. 10. **Halloween**

LOUNY

Oblastní muzeum

- do 26. 11. **Lajka a psi kosmonauti**
 do 31. 5. 2018 **Mladý badatel**

Galerie města

- do 24. 11. **Jiří Bielecki Formy a linie**

KD Zastávka

Taneční kurz pro dospělé M. a K. Čechových

10. 10., 20:00; 13. 10., 17:00 a 20:00; 18. 10., 20:00; 20. 10., 17:00 a 20:00; 25. 10., 20:00; 27. 10., 17:00 a 20:00; 1. 11., 20:00; 8. 11., 20:00; 10. 11., 17:00 a 20:00; 15. 11., 20:00; 17. 11., 17:00 a 20:00

15. 10., 14:00 **Taneční čaje**
 22. 10., 14:00 **Pravidelné odpoledne s Lounskou Trináctkou**
 3. 11., 20:00 **Taneční kurz pro dospělé M. a K. Čechových – Prodloužená**
 4. 11., 20:00 **Taneční kurz pro dospělé M. a K. Čechových – Prodloužená**
 12. 11., 14:00 **Taneční čaje**
 16. 11., 21:00 **Brutus**
 19. 11., 14:00 **Pravidelné odpoledne s Lounskou Trináctkou**
 24. 11., 20:00 **Taneční kurz pro dospělé M. a K. Čechových – Mikulášská**

LITOMĚŘICE

Klub českých turistů

11. 10. **Medvědice – Lipská hora – Podsedice**
 18. 10. **Pastýřská stěna – Jalůvčí – prohlídka zámku Děčín**
 22. 10. **autobusový výlet tzv. Závěrečný**
 25. 10. **Hřensko Na výsluní – Belveder – Arnoltice – Růžová – Růžák – Srbská Kamenice**

Oblastní muzeum

12. 10. **Podzimní poznávání rostlin**
 do 29. 10. **Litoměřická NEJ (Výstava)**
 9. 11. **Tajemství barokní knihy**
 – 4. 2. 2018 (Výstava)

Divadlo K. H. Máchy

- Pět ve stejných šatech** – Li-di
 14. 10., 20:00 **Gerho suplíky** – Pík-art
 15. 10., 10:00 **Světová pohádka** – Vocaď-pocad'
 16. 10., 19:00 **Vše o ženách** – Divadlo A. Dvořáka
 17. 10., 19:00 **U kočičí bažiny** – Rádobydivadlo Klapý
 18. 10., 9:00 **Vlk a ovce běží z kopce** – Divadlo Krabice Teplice
 18. 10., 19:00 **39 stupňů - Dejvické divadlo**
 20. 10., 19:00 **Čistírna - Hynkovo hravé divadlo**
 23. 10., 19:00 **Český recitál**
 16. 11., 19:00 **Deštivé dny**
 8. 12., 19:00 **Melodie mého srdce: muzikál**

CHOMUTOV

Středisko knihovnických a kulturních služeb

- do 29. 12. **Kresby a ornamenty – Heidi Šottová**
 Galerie na schodech
 do 31. 10. **Sochařské sympozium Boleboř**

ŽATEC

Regionální muzeum

- do 5. 11. **Žatecké sedmičky**
 do 30. 12. **Návrat řetězového mostu**

Chrám chmele a piva

10:00, 13:00 a 15:00 **Prohlídky Chrám Chmele a Piva**
 Otevřeno: úterý až neděle od 10:00 do 17:00 hodin. Pro více informací volejte 725 861 895.

Městské divadlo

14. 10., 18:45 **W.A. Mozart: Kouzelná flétna**
 16. 10., 19:00 **Michael Mayo Quartet**
 19. 10., 19:00 **Věra & Her People**
 23. 10., 19:00 **V Paříži bych tě nečekala, tatínku**
 24. 10., 19:00 **Ruská zavařenina**
 27. 10., 19:00 **Koncert Edity Adlerové**
 29. 10., 19:00 **Římské noci**

ÚSTÍ NAD LABEM

Ústecké podzemí

28. 10., 17:00 **Stezka odvahy IV.**
 3. 12., 15:00 **Čert v Ústeckém podzemí**

Dům kultury

7. 10., 15:00 **Zpíváme a tančíme s Míšou (Růžičkovou) – Lesní království**
 12. 10., 19:00 **XI. ročník divadelní přehlídky Ústecká forbína – představení Dvě noci na Karlštejně**
 7. 11., 20:00 **Partička**
 9. 11., 19:00 **Hitmuzikál**
 25. 11., 10:30 **Michal na hraní**
 22. 12., 19:00 **Swingové Vánoce 2017**

Národní dům

14. 10., 20:00 **Stoletá diskotéka Haška a Dostála**
 18. 10., 19:00 **Folk Team a AGFlek**
 20. 10., 20:00 **XII. Mezinárodní Jazz and Blues festival**
 27. 10., 20:00 **Marianne Solivan and Walter Phisbacher Trio**
 31. 10., 20:00 **Neřež**

Skanzen Zubrnice

14. a 15. 10. **Podzim na vesnici**
 9. a 10. 12. **Vánoce ve skanzenu**

TEPLICE

Jazz club

13. 10., 20:00 **Petr Kalandra Memory Band**
 21. 10., 20:00 **Večer pro opuštěná zvířátka**
 28. 10., 20:00 **Buckshot Gala**

Krušnohorské divadlo

11. 10., 19:00 **The Loser(s)**
 12. 10., 10:00 **Kytice, Máj**
 12. 10., 18:00 **Kytice, Máj**
 18. 10., 19:00 **Dalibor Janda**
 19. 10., 10:00 **Broučci**
 20. 10., 18:00 **Broučci**
 22. 10., 10:30 **Malá čarodějnice**
 23. 10., 19:00 **Dvě noci na Karlštejně**
 27. 10., 19:00 **Halloweenská párty**
 31. 10., 19:00 **Frida**

Dům kultury

17. 10., 18:00 **Elvis 40** (poslechová diskotéka)
 24. 10., 16:00 **Perníková chaloupka**
 24. 10., 17:00 **Perníková chaloupka**
 25. 10., 19:00 **Slet bubeníků**

Regionální muzeum

- do 19. 11. **Výstava nejmladší muzejní sbírky bibliofilie ze sbírek knihovny teplického muzea**
 do 26. 11. **Bibliofilie – knihy láskou tvořené**

Z OBSAHU

4 Sdružení na ochranu nájemníků pomůže vyřídit doplatek na bydlení

5 V Děčíně budou senioři nad 70 let jezdit v MHD zdarma

7 Valorizace důchodů je nedostatečná, neodráží růst mezd

8 Oslavy Mezinárodního dne seniorů v Mostě a Ústí

9 Vítězům soutěže Senior Art poblahopřál prezident Miloš Zeman



12 Rozhovor s Dominikem Hanko, předsedou výboru pro sociální věci

14 Co se děje v seniorských klubech v Ústeckém kraji

16 Rekordman Jan Svorkovský v rozhovoru pro SENIORSKÉ LISTY



18 Co se děje v seniorských klubech v Ústeckém kraji

Důchody se zvýší o 475 Kč



Ústecký kraj | Průměrný měsíční důchod vzroste od ledna příštího roku o 475 korun. Nařízení o valorizaci schválila vláda. Růst odráží zvyšování cen i mezd v zemi. Rada seniorů s přidáním spokojena není. Podle ní je navýšení nedostatečné a nůžky mezi penzemi a mzdami se budou dál rozvírat. Seniorská organizace žádá pro příští rok mimořádnou valorizaci.

Pevná část důchodu, která je pro všechny stejná, vzroste z 2550 na 2700 korun. Procentní díl penze, který se stanovuje podle odpracovaných let a odvedených částek, se upraví o 3,5 procenta.

Stejně - tedy o 3,5 procenta - se zvednou příplatky k penzi pro odbojáře a pozůstalé po nich. Návrh nařízení připravilo ministerstvo práce.

„Jsem ráda, že se nám podařilo prosadit změny v zákoně tak, že díky tomu teď každoročně porostou důchody výrazněji. Důchodci si takové navýšení bezesporu zaslouží. Kdyby tato vláda opakovaně neměnila pravidla valorizace, průměrný důchod by se zvýšil o pouhých 234 korun,“ uvedla ministryně práce a sociálních věcí Michaela Marksová.

Výdaje na valorizaci budou v roce 2018 činit 16,6 miliardy korun.

Zvýšení starobních důchodů

2009	333 Kč	2013	141 Kč	2016	40 Kč
2011	377 Kč	2014	49 Kč	2017	313 Kč
2012	178 Kč	2015	205 Kč	2018	475 Kč

SLOVO HEJTMANA



Milí senioři,

máte před sebou Seniorské listy Ústeckého kraje, které vydáváme s podporou Ministerstva práce a sociálních věcí a Krajskou radou seniorů Ústeckého kraje. Jak už název vypovídá, následující stránky mají sloužit právě seniorům, kteří tvoří třetinu celé populace v našem kraji. A právě proto si myslím, že tato skupina si zaslouží podporu jak ze strany státu, tak i krajské samosprávy. V rámci této podpory byl před několika lety zřízen i speciální poradní orgán hejtmána pro seniory, zdravotně postižené a handicapované sportovce, kde pravidelně řešíme aktuální témata.

Každoročně také finančně přispíváme na činnost seniorů, kteří ve spolupráci s Ústeckým krajem pořádají řadu odborných přednášek, turnajů a soutěží zacílených na jejich aktivní využití. Jednou z takových soutěží je Senior Art, se kterou Ústecký kraj před lety přišel a kterou mi bylo ctí i v letošním roce zaštitit a spolu s prezidentem České republiky Milošem Zemanem také před pár dny předat ceny vítězům za jejich umělecké výtvořky v literárních kategoriích. Bylo to krásné završení oslav Mezinárodního dne seniorů, který připadá na 1. října. Ústecký kraj se snaží neustále zlepšovat podmínky pro život seniorů, a nejsou to jen aktivity na podporu ducha, ale i těla. A nemohu zapomenout ani na Seniorpasy, které zahrnují systém slev na služby, zboží, volnočasové a kulturní akce. Registrovaní senioři tak mohou využívat slev u stovek poskytovatelů.

Jsem přesvědčen, že na následujících stránkách naleznete praktické rady, zajímavé rozhovory, aktuální informace o dění v kraji, tipy, kam za kulturou nebo na výlet, a mnoho dalšího.

Za Ústecký kraj mohu slíbit, že nepřestaneme zpřijemňovat podzim života významné součásti naší společnosti a budeme pomáhat komplexně řešit vaše problémy.

Váš hejtmán, Oldřich Bubeníček

SENIORSKÉ LISTY

Chcete dostávat více výtisků Seniorských listů?

Přání a požadavky na doručení nebo doručení většího počtu výtisků zasílejte na e-mail info@mediaconcept.cz. Uveďte vždy úplnou adresu, e-mail a telefonní číslo.

Víte o zajímavých počinech seniorů nebo pro seniory?

Tipy a příspěvky zasílejte na e-mail info@mediaconcept.cz, využít můžete i facebook – Seniorské listy. Pozvánky nám můžete sdělit i telefonicky na číslech 605 262 193 nebo 724 227 752.

Projekt je spolufinancován ze státního rozpočtu České republiky.



SENIORSKÉ LISTY ÚSTECKÉHO KRAJE – tiskovina Ústeckého kraje | Projekt je spolufinancován ze státního rozpočtu České republiky. Materiál odráží výhradně názory autora a MPSV ČR nenese zodpovědnost za žádné užití informací v něm obsažených. Kontakt zadavatele: Ing. Petr Lafková, lafkova.p@kr-ustecky.cz Zhotovitel: Media Concept s. r. o., 17. listopadu 7, 400 10 Ústí nad Labem, kontakt na zhotovitele: Miroslav Pakosta, telefon 602 464 749, e-mail info@mediaconcept.cz. | Neoznačené fotografie: archiv redakce.

Zábavný den v Chomutově

Chomutov | Zábavný den, který byl zároveň plný poučení, pro chomutovské seniory se konal v Městském divadle. „Mezinárodní den seniorů se patří řádně oslavit. A protože seniorský věk už dávno není jen o odpočinku, ale o mnoha aktivitách, tak jsme je chtěli našim seniorům ukázat, a přitom je i pobavit,“ řekl náměstek primátora Chomutova Jan Mareš.

Program akce Chomutov svým seniorům byl opravdu plný zážitků. „Přednášky týkající se péče o pleť, o bylinkách a jejich využití, o speciálních zdravotních pomůckách či módní přehlídka. To vše naše seniory mohlo pobavit,“ říká ředitelka Sociálních služeb v Chomutově Alena Tölgová. Do akce se zapojil také Domeček, spolek Masopust, Klub českých turistů, Sokol a městská knihovna. Všichni ukázali, jak lze aktivně užít volný čas. (cv)

Babí léto i Jablíčková výstava v Lovosicích

Lovosice | Výstavu Ostře sledovaná prsa můžete vidět během celého října v lovosické cukrárně U Johana. Tamní seniory také připravují bál Babí léto, který se uskuteční 13. října na staré radnici a o den později, 14. října se bude konat na Václavském náměstí v Lovosicích Jablíčkový den. Pro sportovní nadšence je 26. října připraven turnaj v pétanque a 23. listopadu se uskuteční Den Zdraví. (eh)

Sdružení pomůže žádat o doplatky na bydlení

Ústecký kraj | Senioři jsou jednou z nejohroženějších skupin, která vyhledává pomoc Sdružení ochrany nájemníků (SON) v Ústeckém kraji. Trápí je tíživá situace v bytové a sociální oblasti.

„Z dosavadních zkušeností jsme zjistili, že velké množství seniorů trápí nedostatek informací, které se týkají bydlení. Jde jak o potíže s pronájemci, kteří leckdy nedodržují ani základní povinnosti, ale také neznalost svých práv a nároků. Neví, jak například vyplnit žádost o příspěvek na bydlení nebo doplatek na bydlení,“ říká Zdeněk Balcar,

předseda poradny SON v Ústeckém kraji.

Pomoc poradny SON je určena lidem, kteří se v oblasti bydlení dostali do nějaké tíživé situace. Lidem, kteří užívají byt k bydlení, tedy nájemníkům, členům družstev nebo společenství vlastníků.

„Podle toho, co víme, tak většina seniorů nemá finanční prostředky k tomu, aby získali nějaké informace či pomoc. A SON pomáhá právě této skupině obyvatel bezplatnou formou pomoci ke spokojenému a klidnému bydlení. Protože stresy, které senioři v bytové oblasti prožívají, často vedou

až k psychickým kolapsům,“ dodává Zdeněk Balcar.

Na Ústecku jsou problémy týkající se bydlení velké, nájemníci často nevědí, jak vypovědět smlouvu či jak se domoci svých přeplatků z vyúčtování. (gz)

KONTAKT

Kancelář SON

budova Grand
Velká Hradební 2
Ústí nad Labem
Úterý a čtvrtek 12:30 – 17:00
Tel.: 777 792 111

V knihovně senioři píší Wikipedii

Ústí nad Labem | V ústecké Severočeské vědecké knihovně každý měsíc pořádají akce pro seniory.

„Dvakrát do měsíce u nás v knihovně probíhají semináře trénování paměti se zkušenou lektorkou Ludmilou Makovskou. Senioři, kteří chtějí proniknout do světa internetu, se mohou přihlásit do individuálních kurzů práce s internetem. A pro ty, kteří si už s počítačem rozumí, pořádáme přibližně 2x do roka kurzy editování Wikipedie nazvané Senioři



píší Wikipedii. Dále pravidelně pořádáme i velké množství kulturních akcí, z nichž nejoblíbenější jsou mezi seniory cestovatelské besedy, které máme obvykle dvě až čtyři do měsíce,“ řekl Jan Černecký z knihovny.

Severočeská vědecká knihovna je také registračním a výdejním místem Seniorpasů, díky kterým mají senioři zvýhodněné vstupy na různé kulturní a další akce po celé České republice a mnoho dalších benefitů. (gz)

PORADNA

Stmívá se, buďte opatrní na silnicích

Ústecký kraj | Podzim máme tu. S tímto barevným obdobím zároveň přichází i podzimní plískanice, ráno se později rozednívá a k večeru brzy stmívá. V souvislosti s těmito podmínkami roste riziko, že nás řidiči na komunikaci snadno přehlédne. Proto je důležité nejen vidět, ale také být viděn. To platí především o chodcích, které za špatné viditelnosti řidiči může spatřit až na poslední chvíli.

Při snížené viditelnosti jsou na silnici těmi nejzranitelnějšími chodci. Řidiči, kteří zranili chodce nebo cyklistu, se shodují na tom, že ho neviděli vůbec nebo příliš pozdě. Pro svoji větší bezpečnost na komunikaci mohou chodci použít především reflexní materiály.

Řadou testů bylo prokázáno, že pokud se na komunikaci pohybuje člověk v tmavém, například modrém oblečení, je řidič schopen zaznamenat jej na vzdálenost 18 metrů. Chodec ve žlutém je viděn na vzdálenost 37 metrů, v bílém na 55 metrů. Ale ani tato vzdálenost není v noci na bezpečné vyhnutí se chodci dostačující. Chodci by proto vždy měli mít na svém oblečení nějaký prvek, který by je více zviditelněl.

K dispozici jsou například fluorescenční pásy, které zvyšují viditelnost za denního světla a za soumraku. Ve tmě ale svou funkci ztrácejí. Za tmy je vhodné použít reflexní materiály – ty odrážejí světlo v úzkém kuželu zpět ke zdroji, a to až na vzdálenost kolem 200 metrů. Výrazně tak zvyšují viditelnost za tmy a za snížené viditelnosti.

Pro chodce pohybující se za tmy po neosvětlených silnicích, především turisty, lze doporučit vybavení čelovou svítilnou a blikajícím červeným světlem, upevněným zezadu na ruce, noze nebo batochu.

Od letošního roku má chodec jdoucí po komunikaci mimo obec ze zákona povinnost mít na oblečení reflexní materiál. Předměty z reflexních materiálů je nejlepší umístit ke konci rukávů, blízko ke kolenům a do úrovně pasu.

Veronika Hyšplerová, Policie ČR Ústecký kraj



Autobusy budou pro seniory v Děčíně zdarma

Děčín | Zrušení časových kupónů na MHD pro skupiny Senior 70+, Senior 75+ a Jánského zlaté medaile schválili děčínští radní. V praxi to znamená, že od 10. prosince 2017 budou občané starší 70 let a držitelé zlaté plakety jezdit v městských autobusech zdarma.

„Úprava jízdného pro naše starší spoluobčany byla naším

dlouhodobým cílem. Jsem ráda, že se to nyní povedlo,“ řekla Marie Blažková, primátorka města.

Platba jízdného pro tuto skupinu začala platit v roce 2012. O dva roky později došlo k snížení ceny u občanů starších 75 let, ale jízdné museli platit dál. Nyní budou senioři jezdit úplně zdarma.

„Tyto podmínky začnou platit v prosinci. Je tedy potřeba, aby si občané ohlíželi platnost svých kupónů. Případně, aby si nepořídili nový kupón před tímto obdobím. Při pořízení kupónů v těchto skupinách s platností 30, 90, 180, a 360 dní totiž nevzniká nárok na vrácení zůstatkové částky,“ upozornila primátorka. (sl)

Mobilní rozhlas informuje o akcích

Osek | K informování obyvatel Oseka o akcích, které se ve městě pořádají, slouží mimo jiné i aplikace Mobilní rozhlas. V tuto chvíli ji využívá 280 lidí. Aplikace rozesílá na 280 telefonních čísel sms zprávy o nejbližší akci, jež se ve městě koná.

Pro seniory je v Oseku k dispozici Společenské centrum včetně venkovního hřiště na petanque a relaxační zahrady. „Začali jsme i s pravidelnými projekcemi dokumentárních filmů v rámci projektu Promítej i Ty,“ říká Miroslav Bünter z oseckého úřadu. (gz)

Lovosický klub Úsměv=Zdraví bodoval v soutěži Nadace Charty 77

Lovosice | Stříbrnou příčku obsadil seniorský klub Úsměv=Zdraví z Lovosic v soutěži Senior roku 2017. Nejaktivnějším a nejprůběžnějším seniorům a klubům z celé republiky udělila své ceny Nadace Charty 77 již popáté. Cílem akce je podpora seniorů jako významné části společnosti a zdůraznění jejich výjimečných výkonů, počínů a prací. Ocenění má inspirovat seniory v jejich vlastním životě a posilovat jejich sebevědomí a sebedůvěru.

Soutěží se ve dvou kategoriích, a to Nejlepší senior a Nejlepší klub. Letos se sešlo 91 nominací. Už vloni Lovosičti v anketě bodovali, Seniorkou roku 2016 se stala



předsedkyně jejich spolku Libuše Žamborská.

„Máme z toho radost. Pravidelné cvičení, relaxace, přednášky o zdraví, soutěže a další spolupráce na společenském dění ve městě je náplní naší

činnosti,“ uvádí Libuše Žamborská. Členové se stále vzdělávají na Akademii patientských organizací, pořádají soutěže v petanque, bowlinhu, minigolfu. Spolek připravuje taneční zábavy pro dříve

narozené, vyrábí dekorace, keramické předměty, chystá kurzy trénování paměti. Při putovní výstavě Ligy proti rakovině v Litoměřicích členové podávali informace o nutné prevenci zdraví. Ale také si pomáhají navzájem v tíživé zdravotní situaci. (eh)

Cena Senior roku 2017 – kategorie kluby:

1. místo: Klub Aktiv České Budějovice
2. místo: ÚSMĚV= ZDRAVÍ, Lovosice
3. místo: Senior Point Prachatice a Mezigenerační klub při SŠ gastronomická, Blansko

Dotazníky pro lepší a bezpečnější Žatec

Žatec | Rady a tipy pro občany starší generace, ale také podněty od nich, co jim chybí v Žatci. Tím vším se zabýval druhý Žatecký den seniorů, který se konal ve Staré papírně. Celodenní program ukázek, přednášek a diskuzí připravily pracovnice odboru sociálních věcí žatecké radnice po loňské povedené premiéře. „Zájem o letošní Žatecký den seniorů byl opět veliký. Dokonce tak, že se do sálu Staré papírny musely dovážet další židle, dorazilo přes sedmdesát seniorů,“ říká vedoucí sociálního odboru žatecké radnice Kamila Sulíková.

Na seniory čekaly informace z různých oblastí – od lékaře



Radima Uzla, dluhové poradenství. Dále rady od policistů, zdravotní pojišťovny nebo Úřadu práce. Setkání ve Staré papírně ale slouží i k tomu, aby se zlepšil život starší generace ve městě. Vedoucí sociálního odboru vyzvala seniory, aby do dotazníku napsali, co jim chybí nebo vadí. Lavičky na cestě

do obchodu? Rozbitá lampa? Podomní prodejci? To vše jsou problémy, na jejichž řešení se dají například získat i finance z dotačních programů na prevenci.

„O seniory, kteří jsou v naší péči, třeba terénní nebo pečovatelské, se postarat umíme. Ale pak je tu skupina starších lidí, kteří jsou soběstační, bydlí sami, ale také něco potřebují – a my chceme zjistit, co jim chybí,“ vysvětlila důležitý smysl dotazníkové akce Sulíková.

S výsledky debaty a dotazníkové akce při Žateckém dni seniorů se tak bude dále pracovat, aby se starší generace cítila v Žatci lépe i bezpečněji. (sl)

POZVÁNKA

Oslavy na Střelnici

Rumburk | Tradiční oslavy Dne seniorů chystají v domě kultury na Střelnici v Rumburku 27. října od 17 hodin. V pořadu Dámy na pokec zazní staré známé hity, vystoupí Eva Hüttnerová a Lilian Malkina, známá jako babička z filmu Kolja. Večerem návštěvníky provede zpěvák a herec Tomáš Barták a k tanci zahraje hudební skupina Septima. Vstupenku za 50 Kč jsou už v prodeji v Domě kultury Střelnice a v Městském informačním centru na Lužickém náměstí. Zarezervovat si ji lze i na www.vstupenkyrumburk.cz v sekci Ostatní, pod názvem Den seniorů. (gz)

Krajská oslava se stala tradicí

V předvečer Dne seniorů, který připadá na 1. října, se na mosteckém náměstí již potřetí setkali senioři z Mostu i celého kraje na veřejných oslavách jejich mezinárodního svátku.

Most | Akci uspořádala Krajská rada seniorů a konala se pod záštitou hejtmána Ústeckého kraje Oldřicha Bubeníčka, který se oslav osobně zúčastnil.

„Mezinárodní den seniorů je věnován našim rodičům, prarodičům, babičkám a dědečkům a je mimo jiné příležitostí uvědomit si, s čím vším se musí senioři každodenně potýkat. V mládí si nikdo z nás příliš nepřipouští, že jednou budeme všichni staří. Jsem rád, že se tu dnes můžeme společně sejit a pobavit se. Přěji vám hodně zdraví a klidný život na zaslouženém odpočinku,“ poděkoval seniorům hejtmán Oldřich Bubeníček.



Na pódiu se v Mostě vystřídaly taneční, hudební i pěvecké soubory

Foto: KUUK

V úterý 3. října oslavy Dne seniorů budou pokračovat v rámci prezidentské návštěvy

v Ústeckém kraji. Večera věnovaného seniorům se v mosteckém divadle osobně zúčastní

prezident Miloš Zeman. Spolu s hejtmánem Oldřichem Bubeníčkem předají ceny za seniorské soutěže a budou diskutovat se seniory.

Cena bude předána nejaktivnějšímu seniorskému klubu. Cílem soutěže „Nejaktivnější klub seniorů Ústeckého kraje 2017“, kterou vyhlásila Krajská rada seniorů pod záštitou hejtmána, je ukázat aktivity seniorských klubů a život seniorů v kraji.

V rámci tradiční přehlídky tvůrčí práce byla letos vyhlášena literární soutěž pro seniory z Ústeckého kraje Senior Art 2017 a ceny převezmou vítězné soutěže.

Podpora seniorů z úrovně kraje se netýká jen oslav Dne seniorů. Již druhé volební období pracuje poradní orgán hejtmána pro seniory a zdravotně hendikepované. Zde vznikají podněty, jak péči o seniory v kraji dále zlepšovat. (sl)

První ročník Ústeckého sen Artu už zná své vítěze

Ústí nad Labem | Oslavu Mezinárodního dne seniorů si v ústeckém domě kultury nechal ujít na sedm set dříve narozených občanů. Součástí podvečera bylo i vyhlášení výtvarné soutěže Ústecký sen Art 2017.

„Sešla se nám celá řada krásných prací ústeckých seniorů. Jsem moc ráda, že se nám podařilo takovou soutěž poprvé uspořádat a chceme ji vyhlášovat i v následujících letech,“ uvedla radní

a šéfka městské rady seniorů Květoslava Čelišová. Vítězové získali věcné ceny a díla všech soutěžících seniorů byla vystavena v přísálí domu kultury.

Součástí pestrého programu bylo vystoupení dětí z DDM, složené ze zpěvu, tance, stepu, nebo ukázky z chystaného muzikálu Mamma Mia. Výkony dětských umělců ocenili senioři velkým potleskem. K tanci a poslechu zahrála skupina Oli a připraveno bylo i malé občerstvení. Před



Vítěze ocenila primátorka Věra Nechybová a radní Květoslava Čelišová

Foto: 2x SL

vstupem do sálu bylo i několik stánků. Například preventistické městské policie, bylinkářství u Venuše, nebo firma Pro-medicus, kde si mohli senioři

bezplatně nechat změřit krevní tlak, glykémii nebo BMI index. Seniory pozdravila také ústecká primátorka Věra Nechybová. (sl)



ÚSTECKÝ SEN ART 2017

Ústecký sen Art 2017

Kategorie foto: Jaroslav Prkno

Kategorie olejomalba: Alena Zápotocká

Kategorii ruční práce: Helena Svatková

Zvláštní cena za literární přínos byla udělena Danuše Jírové za sbírku básní Stoleté básničky.

Valorizace je nedostatečná

Pevná část důchodu, která je pro všechny stejná, vzroste od ledna 2018 z 2550 na 2700 korun.

Procentní díl penze, který se stanovuje podle odpracovaných let a odvedených částek, se upraví o 3,5 procenta. Stejně tak o 3,5 procenta se zvednou i příplatky k penzi pro odbojáře a pozůstalé po nich. Podle místopředsdkyně Rady seniorů Ústeckého kraje Květoslavy Čelišové je přidání ale nedostatečné.

Vláda rozhodla o navýšení důchodů od ledna 2018 průměrně o 475 korun. Radě seniorů se to nelíbí. Proč?

Podíl na růstu blahobytu společnosti se sice zvyšuje z třetiny na polovinu růstu reálných mezd, přesto je valorizace důchodů s ohledem na skokový růst nominálních mezd v roce letošním i příštím výrazně podhodnocena. Sociální postavení českých starobních důchodců má v příštím roce poklesnout až na 39,4 procenta. To je pro Radu seniorů naprosto nepřijatelné. Proto Rada seniorů požaduje mezigenerační spravedlnost. Valorizaci, která propad sociálního postavení

starobních důchodců nezastaví, důrazně odmítáme.

Také žádáte pro příští rok mimořádnou valorizaci. Chtěla by, aby průměrná penze odpovídala 41,4 procenta průměrné mzdy. Je to reálné?

Mimořádná valorizace by měla vykompenzovat poměr mezi důchody a mzdami alespoň na úroveň roku 2016, tedy na úroveň 41,4 procenta. Rada seniorů požaduje reformovat státní systém důchodového pojištění tak, aby se ten poměr do roku 2021 zvýšil alespoň na 45 %.

Jakým způsobem se do života seniorů promítá zdražení základních potravin, jako je třeba maslo, jehož cena se pohybuje kolem 60 Kč a má ještě zdražovat?

Cena másla je jen vrcholkem ledovce. Přejde mi směšné, pokud se pár týdnů před volbami o cenu másla zajímá premiér. Je to populistické. Ceny základních potravin rostly celý letošní rok a vláda tohoto premiéra valorizovala důchody vloni o 40 Kč, letos o 308 Kč. Je neuvěřitelné, jak se stát ke starší generaci chová. Jakékoli zdražení základních potravin a služeb je pro



Místopředsdkyně Rady seniorů Ústeckého kraje Květoslava Čelišová Foto: archiv

seniory obrovským problémem. Už nyní většina z nich balancuje na hranici chudoby.

V Ústeckém a Moravskoslezském kraji je podle České správy sociálního zabezpečení nejvíce seniorů, kteří mají exekuční srážku na důchod. Může jim rada pomoci?

Snažíme se pomoci všem seniorům, kteří se dostanou do nějaké tíživé situace. Spolupracujeme s řadou poraden, právních, na bydlení, finančních, kde bezplatně seniorům poradí, ale také pomohou vyřídit potřebné dokumenty. Rada seniorů chce, aby se předcházelo tak dramatickým „koncům“, jako je exekuce na důchod. Například tím, že se začne budovat sociální bydlení pro seniory, kde by měli zvýhodněné nájemné. Protože do dluhové pasti se často dostávají právě proto, že náklady na bydlení jsou v České republice příliš vysoké. Radě seniorů při zaplacení bydlení zbude jen minimum z důchodu na jídlo a léky. Roste počet seniorů bydlících v ubytovnách, a když nedokáží platit ani ubytovnu, odcházejí z donucení k rodinám anebo končí jako bezdomovci. Tak přece staří lidé nemohou končit. To je pro mě nepřijatelné. (sli)

NÁZOR

Nebojme se stárnutí

Životní zkušenosti, rozvážnost, nadhled, ale také vzpomínky, z nichž se tvoří kolektivní paměť národa. Tím vším obohacují senioři naši společnost, a proto by v ní měli mít i odpovídající postavení. Stárnutí by mělo být především důstojné a hodnotné.

Požadavek na zajištění kvalitního života pro seniory je čím dál tím naléhavější s ohledem na demografický vývoj. Podíl seniorů v populaci totiž dlouhodobě stoupá. Tento trend se projevuje nejen v České republice, ale i v dalších evropských zemích a jiných vyspělých částech světa. Příčiny jsou známe: nízká porodnost a postupné prodlužování pravděpodobné délky dožití.

V roce 2014 žilo v ČR 1,9 miliónu obyvatel ve věku 65 let a vyšším,

což představuje 17,4 % populace. Z demografických prognóz vyplývá, že v roce 2030 už to bude 27 % populace a v roce 2050 dokonce 40 %, tedy přibližně 3,2 miliónu osob. Ministerstvo práce a sociálních věcí České republiky tuto proměnu společnosti dlouhodobě vnímá, a proto od roku 2014 prosadilo řadu opatření, která seniorům ulehčují život.

Nejdůležitější zprávou je, že důchody rostou a měly by růst i nadále. V červnu letošního roku byl navíc schválen výhodnější způsob jejich navýšování. Zatímco v únoru 2016 stál každému důchodci navýšil důchod o jednorázový příspěvek ve výši 1200 Kč, od ledna 2018 porostou plošně všechny starobní důchody v průměru o 475 Kč. Od roku 2015 se dále snížila sazba DPH u léků z 15 % na 10 %.

Opětovně se podařilo snížit také maximální roční doplatek za léky. U seniorů od 65 let do 70 let činí 1000 Kč, senioři nad 70 let zaplatí v ročním úhrnu maximálně 500 Kč.

Dalším přínosem je bezplatné očkování proti pneumokokovým infekcím. Po deseti letech byl o 10 % zvýšen příspěvek na péči, který se vyplácí ve čtyřech stupních. Novinkou, která pomůže rodinám v krizových situacích, je zavedení dávky nemocenského pojištění dlouhodobého ošetřovného. Pečující má nárok až na 3 měsíce volna na péči, ochranu pracovního místa a dávku odpovídající zhruba 60 % platu.

V souvislosti s péčí o seniory je třeba zmínit i novelu zákona o obětech trestných činů, která zajišťuje seniorům vyšší ochranu při vyšetřování. V neposlední řadě se v Ústeckém kraji pod hlavičkou Ministerstva práce a sociálních věcí realizuje několik projektů

na podporu seniorů.

Velké množství opatření svědčí o skutečnosti, že současná vláda považuje podporu rodin a seniorů za svou prioritu a předává společnosti srozumitelný vzkaz: nebojme se stárnutí. Respektujeme ho, oslavujeme ho a zkusme v něm místo rizik vidět příležitosti.

Na závěr bych vám chtěla popřát, aby se vám dařilo bojovat s nemocemi a dalšími nepříjemnostmi, které ke stáří bohužel patří, a abyste díky času strávenému s přáteli a s rodinou a díky svým volnočasovým či vzdělávacím aktivitám měli radost z každého dne. Pevně věřím, že díky dobrým lidem a kvalitním sociálním službám budete cítit, že si vás společnost za váš život váží.

Gabriela Nekolová, DiS.
náměstkyně ministryně práce a sociálních věcí



Domácí péče se může stát luxusem

Domácí zdravotní péče pro vážně nemocné lidi se může stát nedostupnou. Nové úpravy úhradové vyhlášky totiž nasměrovaly poskytovatele této péče k preferování ošetrovatelsky méně náročných pojištěnců. Podle Štěpánky Tomsové z ústecké agentury ACME jsou změny nastavené pojišťovnami a ministerstvem zdravotnictví v rozporu s podstatou domácí péče, tedy že je určena právě pacientům s náročnými diagnózami.

V čem je domácí zdravotní péče, kterou ACME poskytuje, lepší než pobyt v nemocnici?

Umožňuje nemocným lidem léčit se v pohodlí domácího prostředí namísto toho, aby byli hospitalizováni v nemocnici nebo nějakém jiném zdravotnickém zařízení.

Je prokazatelné, že léčba v domácím prostředí je obvykle kratší a výrazně šetří finanční prostředky zdravotním pojišťovnám. Také oproti

hospitalizaci pacienta v nemocnicích eliminuje vznik nozokomálních nákaz. A jednoznačně má příznivý vliv na psychický stav pacienta, tedy i na urychlení jeho léčby.

Jakou péči sestřičky poskytují a je domácí péče vhodná pro každého pacienta?

Domácí péči indikuje lékař. Sestřičky pak docházejí k pacientovi domů a vykonávají zdravotní výkony ve stejné kvalitě jako v nemocnicích. V ACME máme skvělý tým registrovaných a proškolených zdravotních sester, které odborně a efektivně ošetřují imobilní pacienty, aplikují injekce, provádějí infuzní terapii, ošetrovatelskou rehabilitaci, ošetřují operační rány, defekty, odebírají krev a jiný biologický materiál, ošetřují stomie, zavádí a ošetřují katetry, sondy, pečují

o pacienty na umělé plicní ventilaci anebo také o umírající.

Za domácí zdravotní péči pacient neplatí.

Pacient ji neplatí, je hrazena z veřejného zdravotního pojištění. Každý pojištěnec zdravotní pojišťovny má na ni právo podle toho, jaký je jeho zdravotní stav, a pokud ji indikuje ošetřující lékař.

Letos se změnil systém financování domácí zdravotní péče a v konečném důsledku na to doplácet začínají nemocní lidé. Je to tak?

Ano. Pojišťovny hradí výkony, které byly ordinovány ošetřujícím lékařem. Ten určuje, kolik minut postačí na ošetření, jak často se má dělat a co přesně má sestřička u klienta vykonat. Jenže zdravotní pojišťovny ve spolupráci s ministerstvem zdravotnictví nově nastavily změnu systému financování, která nezohledňuje případný nárůst té domácí zdravotní péče, kterou si vyžádají právě lékaři. V důsledku to vede k tomu, že agentury domácí péče, které poskytují zdravotní péči pacientům s náročnými diagnózami, s většími frekvencemi návštěv, o víkendech a svátcích a s větší spotřebou zdravotnického materiálu, jsou naprosto znevýhodněny. Úhrady se tak ocitají na hranici nákladovosti péče, což je absurdní a může to být pro některé poskytovatele i likvidační.

Je to v úplném rozporu s tím, že domácí péče by měla

být určena právě pacientům s náročnější diagnózou, kteří se mohou a chtějí léčit v domácím prostředí, v kruhu své rodiny a blízkých.

Co je třeba udělat, aby se domácí zdravotní péče nestala pro vážně nemocné nedostupnou?

Jedinou cestou je narovnáni úhradové vyhlášky. Letošní změnu úhrad zástupci zdravotních pojišťoven obhajují tím, že v segmentu domácí zdravotní péče dochází k většímu nárůstu spotřebovaných financí oproti ostatním. Jenže to je zapříčiněno demografickým vývojem v celé společnosti, ale i větším povědomím veřejnosti o tomto druhu zdravotní péče. Omezení hrazení domácí péče ze strany pojišťoven je nevhodné právě proto, že se jedná o péči vyžádanou lékařem. A agentury podle zákona i smluv s pojišťovnami nemohou klienta odmítnout. Je to demotivující a vede to k preferování ošetrovatelsky méně náročných pojištěnců, u kterých nehrozí překročení referenčního limitu.

My v ACME a žádná solidní agentura neodmítne klienta a poskytne mu potřebnou péči i za cenu regulací, které bude muset v dalším roce složitě a většinou neúspěšně řešit.

Cestou ven z této nešťastné situace je jen změna úhradové vyhlášky, kterou vypracovává ministerstvo zdravotnictví každý rok a která by opět zohlednila právě ty složitější případy, které potřebují větší a náročnější péči. (sl)



NÁZOR

„Šmejdy“ se naučili obcházet zákon

Problematiku ochrany spotřebitele všichni známe zejména ve spojení s takzvanými „šmejdami“. Jejich agresivní obchodní praktiky při předváděcích akcích jsou neuvěřitelnou drzostí. Do roku 2013 to ale nikdo neřešil. Pak jsme v Poslanecké sněmovně zpřísnili pravidla a stanovili lhůtu, kdy pořadatelé musejí v předstihu ohlásit České obchodní inspekci přesné informace o pořádané

akci a uvést to i v pozvánkách pro spotřebitele. Bohužel, i po schválení této novely stále pokračovaly podivné obchodní praktiky při předváděcích akcích a „šmejdy“ se naučili zákon obcházet. A co hůř, tyto akce cílí zejména na jednu z nejohroženější skupin – seniory, kteří se mnohdy agresivnímu chování ze strany prodejců neumějí bránit.

Poslancům bylo jasné, že musejí razantněji zasáhnout. A letos v létě jsme ve sněmovně schválili, že inspektoři mohou při kontrolách podivných

prodejců používat skrytou identitu. Ale zejména to, že na předváděcích akcích už nebudou prodejci vybírat peníze hned na místě. Do té doby totiž lidi nutili, a mnohdy dost nevybíravým způsobem, aby jim zaplatili přímo na akci, případně podepsali úvěrovou smlouvu.

Nové organizátory těchto akcí musí uvést na letáku nejen místo konání, ale také zboží, které budou nabízet, a především jeho cenu. To umožní lidem, aby se doma v klidu podívali, jaké to zboží je, kolik stojí, a pořádně si rozmysleli, zda ho opravdu chtějí.

Já bych samozřejmě byla raději, kdyby lidé tyto akce vůbec nenavštěvovali, kdyby nepokoušeli štěstí a neriskovali to, že budou okradeni. Jenže zejména seniory se často nechají ošálit nabídkou výletu s občerstvením, který bývá s akcemi spojený. Možná prostě proto, že chtějí někam vyrazit mezi lidi a nebyť jen zavěnit doma. Pak je ale důležité, aby přesně znali svá práva. A nenechali se od „šmejdů“ natchytat.

Gabriela Hubáčková,
poslankyně Poslanecké sněmovny
Parlamentu ČR

Vítězům Senior Artu předal ceny prezident Miloš Zeman

Pro téměř pět set seniorů uspořádal Ústecký kraj 3. října v prostorách mosteckého divadla slavnostní ceremoniál při příležitosti vyhlášení soutěže Senior Art 2017 a Nejaktivnějšího klubu seniorů.

GABRIELA ZLÁMALOVÁ

Letošní soutěž Senior art byla zaměřená na literaturu. Soutěžilo se v tvůrčím psaní v kategorii poezie a próza. Tradičně byl vyhlášen i Nejaktivnější klub seniorů. Letošní téma Senior Artu bylo Mé místo v Ústeckém kraji. Do soutěže dorazilo bezmála čtyřicet prací od různých autorů a seniorských klubů. Do třetího ročníku soutěže o nejaktivnější klub seniorů došlo žádostí dvacet šest. „Jsem rád, že jsme se zde sešli v tak hojném počtu, abychom si připomněli den seniorů, ale hlavně

abychom ocenili ty nejaktivnější ve svém podzimu života, kteří uspěli v soutěži,“ uvedl hejtmán Oldřich Bubeníček.

Zvláštností slavnostního galavečera bylo, že jeden z předávajících ceny letošního ročníku byl prezident České republiky Miloš Zeman. Ten spolu s hejtmánem Ústeckého kraje Oldřichem Bubeníčkem, primátorem Mostu Janem Paparegou a předsedou krajského klubu seniorů Aloisem Malým poblahopřál vítězům.

Po předání cen se uskutečnila také beseda prezidenta se seniory, kteří mu pokládali dotazy týkající se politické



Vítězům předával ceny hejtmán Oldřich Bubeníček



Oceněným blahopřál i prezident Miloš Zeman



Během galavečera došlo na diskuzi s prezidentem



Foto: 4x KUUK

situace, ale také věci, které je trápí či zajímají. Galavečer vyvrcholil divadelním představením Princezna se zlatou hvězdou na čele.

Po předání cen se uskutečnila také beseda prezidenta

se seniory, kteří mu pokládali dotazy týkající se politické situace, ale také věci, které je trápí či zajímají. Galavečer vyvrcholil divadelním představením Princezna se zlatou hvězdou na čele.

SENIOR ART

Próza:

1. Ilona Marková
2. Alena Machová
3. Blažena Lochovská

Poezie:

1. Libuše Štěrbová
2. Pavla Sykáčková
3. Jan Hlůžek

Nejaktivnější klub seniorů:

1. Městská organizace svazu důchodců Ústí nad Labem
2. Klub seniorů Pohádka Varnsdorf
3. Klub seniorů Most



Výroční vědecká konference a 10 let společnosti Krajská zdravotní

Krajská zdravotní, a. s., uspořádala výroční vědeckou konferenci spojenou s připomenutím 10. výročí vzniku společnosti. Nejúspěšnější jednotlivci a kolektivy z řad lékařů a nelékařských zdravotnických pracovníků ze spolupracujících profesí slavnostně převzali na ústeckém hradě Střekov ceny Vědecké rady Krajské zdravotní, a. s., za nejlepší vědeckou práci za rok 2016.

Výsledky soutěže o nejlepší vědecké práce spolu s hodnocením činnosti vědecké rady slavnostně vyhlásil její předseda prof. MUDr. Martin Sameš, CSc. Konference pod záštitou a za osobní účasti hejtmána Ústeckého kraje Oldřicha Bubeníčka a Ing. Jiřího Nováka, předsedy představenstva Krajské zdravotní, a. s., se zúčastnili hosté z akademické, profesní i veřejné sféry.

„Krajská zdravotní je dnes společnost, která je vysoce respektovaná nejen v Ústeckém kraji, ale v celé republice. Jsou tu naprosto špičkoví odborníci ve všech úrovních zdravotnictví. Těší mě, že se tu podařilo zachovat komplexní onkologické centrum. Dnes nechápu, jak mohli ministři hovořit o tom, že onkologicky nemocní lidé mohou jezdit za léčbou do Liberce, Prahy či Plzně. Ti lidé přišli o zdraví zde, a to vinou těžby uhlí a elektráren vyrábějících elektřinu pro celou republiku. Ti lidé zde žili, a proto si tu maximální péči zaslouží ve svém kraji. Toto vedení Ústeckého kraje udělá vše pro to, aby Krajská zdravotní měla i v dalších letech maximální podporu,“ slíbil hejtmán Ústeckého kraje Oldřich Bubeníček.

KZ Krajská zdravotní, a. s.
nemocnice Ústeckého kraje

„Letos si připomínáme deset let od vzniku Krajské zdravotní. Společnosti se díky dlouhodobě pozitivnímu trendu hospodaření a významné investiční podpoře Ústeckého kraje jako jediného akcionáře daří masivně modernizovat v nemocnicích techniku a rekonstruovat objekty i oddělení. Velké poděkování si zaslouží lékaři, sestry a ostatní zdravotnický personál a všichni zaměstnanci Krajské zdravotní,“ uvedl Ing. Jiří Novák, předseda představenstva Krajské zdravotní, a. s.



VĚDECKÁ RADA
KRAJSKÉ ZDRAVNÍ, a. s.

„Naši lékaři jsou žádanými a platnými členy vědeckých týmů a vědecko-výzkumná činnost tak bezesporu pomáhá zviditelnit nemocnice z našeho, ústeckého regionu,“ řekl Ing. Petr Fiala, generální ředitel Krajské zdravotní, a. s.



Předseda představenstva Krajské zdravotní, a. s., Ing. Jiří Novák předává ocenění MUDr. Petru Vachatovi, Ph.D., MBA. Vpravo na snímku hejtmán Ústeckého kraje Oldřich Bubeníček

Ocenění získali diplom, plaketu, symbolické věcné dary i peněžitou odměnu, celkem bylo mezi vítěznými autory rozděleno 280 tisíc Kč. V soutěži o cenu předsedy představenstva za nejlepší vědeckou práci lékaře se na 1. pozici umístil MUDr. Petr Obruba z ústecké kliniky úrazové chirurgie, na 2. pozici MUDr. Petr Vachata, Ph.D., MBA, a na 3. místě MUDr. Robert Bartoš, Ph.D. – oba z ústecké neurochirurgické kliniky. Zvláštní ocenění získal prof. MUDr. Pavel Červinka, Ph.D., FESC, FSCAI, za monografii Koronární cirkulace (spoluautoři doc. Mates, dr. Kala). První místo a cenu generálního ředitele za nejlepší vědeckou práci lékaře do 35 let získala MUDr. Alena Sejkorová z neurochirurgické kliniky, cenu za 2. místo převzal MUDr. Tomáš Radovníčský ze stejného zdravotnického pracoviště. Cena předsedy dozorčí rady za nejlepší vědeckou práci nelékařských zdravotnických pracovníků byla udělena PharmDr. Lucii Hromádkové, Ph.D., z oddělení klinické farmacie v Masarykově nemocnici v Ústí nad Labem. V soutěži o cenu náměstka pro řízení zdravotní péče za nejlepší odbornou práci v oblasti ošetrovatelství uspěla nejlépe Bc. Svatava Nováková z chirurgického oddělení ústecké Masarykovy nemocnice. Druhé místo v této kategorii obsadily Bc. Monika Tesařová a Petra Jelínková z neurochirurgické kliniky a 3. skončila Lucie Kolářová

z ústecké dětské kliniky.

Pamětní list a plaketu u příležitosti 10. výročí vzniku Krajské zdravotní převzaly významné osobnosti spojené s její činností – Oldřich Bubeníček, hejtmán Ústeckého kraje, jeho náměstek RSDr. Stanislav Rybák, Ing. Jiří Novák, předseda Krajské zdravotní, a. s., Ing. Petr Fiala, generální ředitel společnosti, MUDr. Josef Liehne, ředitel zdravotní péče ústecké Masarykovy nemocnice, Ing. Luděk Rückl, ekonomický náměstek generálního ředitele, přednosta neurochirurgické kliniky a předseda vědecké rady prof. MUDr. Martin Sameš, CSc., přednosta kliniky urologie a robotické chirurgie MUDr. Jan Schraml, Ph.D., MUDr. Milouš Derner, primář radiodiagnostického oddělení ústecké Masarykovy nemocnice, Mgr. Anna Marie Malá, hlavní sestra Nemocnice Chomutov, a Ing. Ivana Břeňková, místopředsedkyně Odborového svazu zdravotnictví a sociální péče ČR.



Ústecký kraj



Vybraní ocenění zdravotníci na Výroční vědecké konferenci Krajské zdravotní, a. s.

Se Senior pasem můžete získat zajímavé slevy



Se Senior pasem, který v Ústeckém kraji využívá přes 10 tisíc lidí, mohou seniori čerpat výrazné slevy u nejrozličnějších poskytovatelů služeb. V celé České republice je zhruba tři tisíce míst, kde lze výhody uplatnit. V Ústeckém

kraji jich bylo vloni 130. Jde o kulturní instituce, sportoviště, relaxační či zdravotnické služby a mnohé další. Slevy se pohybují od pěti do 50 procent. Místa, kde se poskytují, jsou označena speciálním logem.

Pokud se chcete stát držitelem Senior pasu, musíte se zaregistrovat buď na internetu, e-mailem, telefonem, poštou, nebo zajít na jedno z registračních míst.

Senior pas žadatel dostane do šesti týdnů. (sl)

JAK SE REGISTROVAT

Online na webové stránce www.seniorypasy.cz
E-mailem: info@seniorypasy.cz
Telefonicky: 840 111 122
 Poštou, posláním vyplněného registračního formuláře na adresu: Senior pasy, Mendlovo náměstí 1a, 60300, Brno

Na kontaktních místech:

Magistrát města Mostu
 Radniční 1/2, 434 01 Most 1
 Tel.: 476 448 111
 po, st: 8–17 hod.; út, čt: 8–14 hod.

Informační středisko města Ústí n. L.
 Mírové náměstí 1/1, 400 01 Ústí n. L.
 E-mail: info.stredisko@mag-ul.cz
 říjen až duben
 po–pá: 9–17 hod.; so: 9–12 hod.

Severočeská vědecká knihovna,
 Velká Hradební 49
 400 01 Ústí nad Labem
 Tel.: 475 220 811
 E-mail: knihovna@svkul.cz
 po, út, čt, pá: 9–18 hod.
 st: 13–18 hod.; so 9–13 hod.

Magistrát města Chomutova,
 Zborovská 4602, 430 01 Chomutov
 po, st: 8–17 hod.; út, čt: 8–15 hod.

Městské informační centrum Louny,
 Pražská 95, 440 01 Louny
 Tel.: 607 607 890, 415 621 102
 po–ne: 9–17 hod.

Městské informační centrum,
 Karla Čapka 1441/3, 405 02 Děčín 2
 Říjen až duben: 9–17 hod.
 Tel.: 412 532 227
 E-mail: info@idecin.cz

Informační centrum Litvínov, Zámek
 Valdštejnův, Mostecká 1
 436 01 Litvínov
 po–ne: 9–17 hod.
 Tel.: 603 151 600, 702 122 598
 E-mail: info-litvinov@seznam.cz

Pozor na Alzheimerovu chorobu. Nechte si vyšetřit paměť

Lidi trpících demencí v Česku přibývá. Podle České alzheimerovské společnosti žilo v České republice v roce 2016 téměř 156 tisíc lidí s demencí, což je o tři tisíce více než rok předtím.

Mírná zapomnětlivost může být normální součástí stárnutí. Občasné si nezapamatovat jméno někoho nemusí znamenat, že se jedná o vážný problém s pamětí. Pokud potíže s pamětí do značné míry ovlivňují váš každodenní život, mohlo by se jednat o časné příznaky Alzheimerovy choroby.

Kontaktní místo alzheimerovské společnosti na Ústecku je v Domově pro seniory v Dobčicích. Tam vám pomou, vyšetří paměť a poradí. (sl)



Kontakt

Domov pro seniory Dobčice
 Šrámkova 3305/38A
 Ústí nad Labem
 Telefon
 737 251 812
 E-mail
kmdobetice@dd-dobetice.cz

DVA RYCHLÉ TESTY

Máte pochybnosti o tom, jak to s vámi je, jestli už se nehlásí problémy s demencí?

Máme pro vás dva rychlé testy.

Hodiny – namalujte co nejrychleji ciferník hodin, na kterých je pět hodin a deset minut (čísla i ručičky). Pokud se vám to podaří, můžete být v klidu.

Ženská jména – najdete v následujícím řádku šest ženských jmen. Zdravý mozek si s tím lehce poradí.
 ERIRENAMEOPROMANASDČOMARCELAQPISHRENATAKSVMIVANASTENZORKAHOEM

Dominik Hanko: Starší generace si

V čele výboru pro sociální věci, bezpečnost a sociálně vyloučené lokality Ústeckého kraje stojí Dominik Hanko. On a jeho kolegové mají na starosti hlavní část práce, která je zaměřena na sociální oblast a seniory. Podle něho je skupina seniorů důležitou součástí společnosti, které je třeba se intenzivně věnovat.

WIT LUKÁŠ

Jaký máte vztah k oblasti seniorů?

Vyrůstal jsem v malé obci Strojetic na Podbořansku a na mé výchově se hodně podepsal můj děda s babičkou, u kterých jsem jako kluk trávil hodně času. Hlavně dědovi jsem skoro každý den hodně pomáhal v zemědělství a s opravou strojů. Moji prarodiče na mne měli velký vliv a jsem si vědomý, že si starost a ústu starší generace zaslouží.

Po volbách nově vznikl výbor, v jehož čele stojíte. Jak pracuje?

Výbor vznikl po dlouhém vyjednávání a sestavení koalice kraje. Dalo by se říct, že mi byl postaven na míru. Vše co jsem doposud dělal, se týká bezpečnosti, sociálních věcí a problematiky ohledně sociálně vyloučených lokalit. Po vojně jsem začal pracovat ve věznici jako dozorce, a poté jsem přešel do Litoměřic k Městské policii, kde jsem pracoval jako preventista a byl hodně v osobním kontaktu s dětmi i seniory. Výbor je hodně nasměrován do sociální oblasti, proto se v současné době zajímám o sociální systém kraje a průběžně navštěvuji příspěvkové organizace, které jsou krajem financovány. Také se zajímám o problematiku vyloučených lokalit a sleduji legislativní vývoj obchodu s chudobou.

A konkrétní plány?

Rád bych, aby se prosadily změny, a to takové, aby příspěvek na bydlení pro sociálně slabé, putoval přímo na poplatek za bydlení a energie. V současné době to není povinností a společenstvím vlastníků jednotek vznikají kvůli neplacením velké dluhy, které je dostávají na hranici bankrotu. Sociální prostředí se neustále

vyvíjí, a proto je potřeba na tyto změny včas reagovat.

Zabýváte se oblastí seniorů?

Sociální politika kraje je nastavena tak, že řešením sociálního problému a prvním poskytovatelem sociálních služeb je město nebo obec. Funkci garanta sociálních služeb plní kraj v případě, že není v silách města či obce danou situaci řešit. V souladu s tímto principem i nadále nebude kraj rozšiřovat své zřizovatelské funkce o další zařízení sociálních služeb pro seniory. Ústecký kraj bude také pokračovat v započaté přípravné fázi vedoucí k realizaci investiční akce Centrum sociální pomoci Litoměřice, p. o. – Výstavba nového objektu pro pobytovou sociální službu s cílovou skupinou osoby se stařecí a Alzheimerovou demencí. Předpokládané dokončení výstavby objektu asi v roce 2020. Poté dojde k opuštění památkově chráněných objektů v zařízení Domov důchodců Milešov.

A nějaké koncepční materiály nebo dotace?

Pokud jde o další sociální služby, které nezřizuje Ústecký kraj – jejich aktuální kapacity a optimální kapacity pro daný rok jsou předmětem Akčního plánu rozvoje sociálních služeb v Ústeckém kraji, který je provádějícím dokumentem Střednědobého plánu rozvoje sociálních služeb ÚK. Co se týká dotačních titulů na podporu seniorů, tak v rámci odboru sociálních věcí jsou každoročně vypisovány dotační programy na podporu sociálních služeb. Kancelář hejtmana pak každoročně vypisuje akce pro seniory jako soutěž o nejlepší klub seniorů, Senior Art, což je fotografická, malířská a rukodělná soutěž. Ústecký kraj usiloval v rámci



Předseda výboru pro sociální věci, bezpečnost a sociálně vyloučené lokality Dominik Hanko

Foto: SL

zaslouží úctu a starost

dotačního programu MPSV na podporu krajských samospráv o získání finančních prostředků na vydávání čtvrtletníku Seniorské listy Ústeckého kraje, který slouží k informování široké veřejnosti, zejména cílové skupiny seniorů.

Mluvil jste o vašem vztahu k seniorům...

Je velmi empatický. Myslím si, že tak jako děti si zaslouží naši pozornost při výchově, tak i senioři si zaslouží naši úctu a péči za život, který nám dali a obětovali. Není to v mojí kompetenci, ale rád bych, aby nedocházelo ke zvyšování věku odchodu do důchodu. Pokud to bude takhle pokračovat, budeme na ulici potkávat policejního strážníka s hůlkou.

Také bych rád, aby se zvyšování důchodů dělalo všem o stejnou částku. V současné době se valorizuje všem stejným procentem, to přeci nadále rozevívá sociální nůžky mezi chudými a nejbohatšími důchodci. Každopádně valorizace důchodů nepřináší žádné uspokojivé řešení a většina seniorů nadále žije na hranici nebo pod hranicí chudoby. Je pro mě bolestné dále tolerovat systém, kde vzniká vrstva lidí, kteří již nemají zájem pracovat, neznají slova jako povinnost a odpovědnost a terorizují své okolí kriminalitou. Přeji si systém podporující všechny slušné lidi – seniory, rodiny

s dětmi i zdravotně postižené občany.

Věnujete se i bezpečnosti, která je pro seniory důležitá.

V loňském roce ÚK realizoval projekt v rámci dotačního programu prevence kriminality MV. Výstupem projektu byla informační kampaň v oblasti prevence kriminality pro občany Ústeckého kraje, zejména seniory, dále byla tato kampaň zaměřena na odborníky působící v této oblasti. Projekt se věnoval dvěma tématům – domácímu násilí, jehož oběti jsou senioři, a ostatní trestné činnosti páchané na seniorech. Součástí projektu bylo sedm aktivit, které tvoří celek a jejich prostřednictvím bude oslovena velká část populace Ústeckého kraje. Úzce spolupracujeme s Krajskou radou seniorů, jejíž zástupci jsou zároveň členy Poradního sboru hejtmana pro osoby zdravotně postižené a seniory. Osobně mám zkušenosti s prevencí kriminality zaměřenou na seniory v Litoměřicích. V rámci projektu byly zdarma přihlášeným seniorům instalovány bezpečnostní řetízky na dveře, což mi přijde jako dost účinný bezpečnostní prvek k ochraně seniora. Dále je také dobré varovat seniory před nákupními centry, aby si dávali pozor na osobní cennosti a nenechávali si je v nákupních vozících a nezapnutých kapsách.



Na oslavě 102. narozenin nejstarší seniorky v Podkrušnohorských domovech sociálních služeb Marie Machové

Které věci vidíte v oblasti seniorů jako důležité?

V roce 2010 byl zahájen projekt Rodinné pasy Ústeckého kraje. Původně byl zaměřen jen na rodinné pasy a od ledna 2014 je doplněn o Senior pasy. Jedná se o rozmanitou nabídku slev a výhod, které mohou

senioři využívat jak při trávení volného času, kulturních a sportovních aktivitách, cestách za poznáním, péči o sebe a podobně. Do projektu bylo do konce roku 2016 zapojeno celkem 13 073 seniorů z Ústeckého kraje. Proto by bylo dobré ho zachovat a rozšiřovat.



Dominik Hanko při předání nového sociálního automobilu v Domovech sociálních služeb v Litvínově-Janově



Bezpečnostní rada Ústeckého kraje, jejíž je Dominik Hanko členem, kvituje, že poklesla kriminalita a zvýšila se objasněnost trestné činnosti v regionu

Foto: 3x KÚÚK

Výlet do Minipivovaru Pánů z Růže Židovice



Společně jsme navštívili Minipivovar Pánů z Růže Židovice. Ochutnávka piva byla 10. srpna doplněna přednáškou o výrobě piva a následnou prohlídkou pivovaru. Měli jsme připravené i pohostění, výborné kuře s nádivkou a brambory.

**Domov pro seniory
Roudnice nad Labem**

Setkání seniorů na mosteckém hipodromu

Jako každé léto jsme se zúčastnili letního setkání seniorů v Mostě na hipodromu. Tentokrát bylo dáno téma, a to námořníci či piráti. Na tuto soutěž jsme vyráběli v naší ergodílně části kostýmů a pirátskou vlajku. Mnoho týmů také nepodcenilo přípravu a většína z nich přijela v kostýmech, a tak hipodrom byl plný pirátů a námořníků.

Soutěže se 23. srpna prolinaly s tématem, bylo jich osm. Doprovodný program byl bohatý, k poslechu hrály Kladenské heligonky, ukázky tanců předvedly seniorky nejen z Mostu, ale i z Litvínova, také vystoupily malé děti ze školky a měli jsme možnost se svést



v kočáře taženém koňmi. Počasí nám přálo, soutěže se nám zdařily, a tak nám vůbec nevadilo, že jsme se neumístili. Od-

jeli jsme plni dojmů a hezkých zážitků.

**Domov pro seniory
a pečovatelská služba Žatec**

Létající dravci zpátky ve Věžní



Po roce, dokonce na den přesně, se v kadaňském Domově pro seniory opět představila „dravá letka“ Martiny Hendrychové ze spolku Rozárka z Jířkova. Usměvavá sokolnice s sebou přivezla dobře známá jména, tradičně ale také ukázala nové přírůstky ve své ptačí rodině. Pětici v sestavě Šagin (sokol stěhovavý), David (vyr velký), Mireček (puštík obecný), Tako (káně Harrisova) a Houdini (kalous ušatý) do Kadaně premiérově doprovázeli Zdenda (sova pálená), Vlasta (neuvěřitelně upovídaná pošťolka obecná) a pro klienty Domova nový druh, krasavec Fláj (krkavec velký). Odpoledne plné zajímavostí a leteckých ukázek mělo také svůj dramatický moment. Malý Houdini se rozhodl zpestřit program hrou na schovávanou a při své produkci vzal, lidově řečeno, čáru. Záchranná akce trvala kolem patnácti minut. „To se někdy stane. On by se nakonec vrátil sám, ale asi bych tady s vámi musela nějaký čas pobýt,“ vysvětluje po šťastném shledání chovatelka, „ale je to má vina. Hudísek podobné manýry nemá, jen jsem v zápalu ukázek opomněla, že trpí fobií z kočárků, vozíků a kolečkových křesel. Lekl se a letěl se schovat.“ Konec dobrý, všechno dobré. Majitelka si nakonec odvezla domů plnou sestavu a kadaňští seniori se mohou těšit na příští letní setkání.

MěSSS Kadaň, Domov pro seniory

Halali znělo Domovem seniorů v Doběticích

Mezigenerační sportovní hry Dobětické halali proběhly letos již po desáté. Den plný soutěží je inspirován nadcházejícím obdobím honů. Zúčastnili se jich klienti domovů seniorů nejen z Ústí nad Labem, Chlumce a Velkého Března, ale také z Chabařovic a Dubí. Soutěžní družstva doplnily děti z mateřské školy v Doběticích. Účastníky soutěže pozdravila primátorka Věra Nechybová a některé disciplíny si také vyzkoušela.

„Nebylo to úplně jednoduché, obrázek byl hodně pestrý, ale děti jsou šikovné a složily ho úplně samy,“ řekla, když přihlížela, jak děti skládají puzzle. K dalším úkolům patřil vědomostní test, házení včelek do úlu, lov ryb nebo chytání zajíčků – míčků do jamky. S přípravou pro dvanáct disciplín pomáhali klienti domova, kteří se také podíleli na originální myslivecké výzdobě a výrobě dárků. Právě myslivecké fanfáry zahráli muzikanti ze skupiny Sekáči.

Senioři si užili další canisterapii



V Domově pro seniory Krásné Březno se v létě uskutečnila další skupinová canisterapie. 8. srpna si senioři užili přítulné chlupaté mazlíčky. Canisterapie je odborné název pro metodu pozitivního psychosociálního a fyziorehabilitačního působení na potřebné osoby prostřednictvím speciálně vedeného a cvičeného psa nebo feny.

Dům pro seniory Krásné Březno

Seniorem na 30 minut aneb Stáří na vlastní kůži

Dobře se to mluví, když je člověku dvacet, třicet, čtyřicet, nic ho netrápí, nebolí a je plný elánu. Ano, můžeme být účastní, můžeme tušit, můžeme pomoci, ale reálně se vcítit do „kůže“ seniora, to prostě nelze. Jedinou možností, jak toho alespoň vzdáleně docílit, je obleci si gerontooblek.

Proč? Proč není vůbec od věci, aby zaměstnanci v sociálních službách, ošetrovatelky, zdravotní sestry a další zúčastnění zažili pocity starého člověka? „Aby lépe pochopili, jak se senior cítí. Jak mu může být, jak se mu žije. Pouze tak lze poznat jeho pocity, možnosti a potřeby,“ říká lektorka Asociace poskytovatelů sociálních služeb ČR Andrea Tajanovská, která tento měsíc vedla v našem Domově na danou tematiku seminář a gerontooblek představila.

Ztráta sluchu, zraku, třes rukou, tíha, špatná pohyblivost, ztuhlé klouby. To vše dokáže oblek nasimulovat, to vše si při semináři ošetrovatelský tým Domova na vlastní kůži vyzkoušel. „Bylo to dost děsivé. Najednou jsem nebyla ničeho schopná. Špatně se mi dýchalo, téměř nic jsem



neviděla, vše jsem slyšela jako z dálky. Nejhorší byla ta bezmoc,“ dělí se shodně o dojmy účastnice semináře. Při pohledu do jejich tváří bylo patrné, jak silný prožitek to byl. Každodenní práce najednou nabývá zcela nových rozměrů.

„Gerontooblek se skládá z několika komponentů, které jako celek navozují pocity stáří, úbytku sil, nemožnosti se o sebe postarat. Uvrhne vás do samoty, utlumí tři z pěti smyslů důležitých pro komunikaci a orientaci v prostoru, tedy zrak, sluch a hmat,“ vysvětluje Tajanovská.

Podtrženo, sečteno, třicet minut v obleku nechá v člověku dlouhodobou, a dost možná i nemazatelnou stopu. Kdo si vyzkouší, jaké to je, ležet na podlaze bez možnosti se sám zvednout, vyjít schody za pětkrát delší dobu, než je zvyklý, protože to rychleji prostě nejde, kdo si najednou nezapne ani knoflík na košili či na třech metrech několikrát nabourá do překážky, kterou jednoduše nevidí, ten si už navždy bude pamatovat, jak se cítí senior, o kterého každý den pečuje.

**MěSSS Kadaň,
Domov pro seniory**

Taneční rozloučení s létem se Starci na chmelu

V našem domově jsme se na konci srpna společně loučili s létem se Starci na chmelu. K poslechu a tanci nám hráli pan Vrána a Irena Horáková. Byly připraveny soutěžní disciplíny, soutěžilo se v česání chmele, pití piva na čas a v soutěžním kvízu z filmu Starci na chmelu. Soutěžilo se zúčastnilo družstvo z Domova U Trati Litoměřice, Domova důchodců Libochovce, Svazu seniorů Roudnice nad Labem, Svazu postižených civilizačními chorobami a naše domácí družstvo. Všichni soutěžící získali bohaté ceny a pamětní list. K občerstvení se podával švestkový koláč, vepřový guláš a k pití pivo, voda, káva. Všichni jsme si soutěžní a taneční odpoledne moc užili.

**Domov pro seniory
Roudnice nad Labem**

Rodinné grilování



V našem domově se konalo rodinné grilování. Všichni jsme společně poseděli v krásně vyzdobeném altánu, kde nám k poslechu hrál pan Miloslav Hartman. Servírovalo se vynikající grilované maso, k pití se čepovalo dobré pivo a malinovka. Počasí nám přálo, pro děti byly připraveny různorodé disciplíny, za jejichž splnění dostávaly ceny. Největšími atrakcemi byly dva skákací hradky a jízda na poníkovi. Všichni jsme se dobře najedli, napili a výborně se pobavili. Bylo to krásné odpoledne plné dobrot, jídla, zábavy, soutěží a dětského smíchu.

Domov pro seniory Roudnice nad Labem

Klub seniorů „Zlatý podzim“

Jak již samotný název napovídá, zaměřuje se tato volná aktivita zejména na seniory. Pro ně jsou v našem děčínském klubu seniorů pořádány společenské, kulturní a vzdělávací programy, přednášky, zajímavé besedy o zdraví a životním stylu i rady z domácnosti. Zájemci doplňuje kuchyňka, kde si lze připravit občerstvení z donesených surovin. Zveme vás k návštěvě a posezení. Sídíme v Bezručově ulici 656/21. Bližší informace o nás získáte na telefonním čísle 737 767 860.

Klub seniorů „Zlatý podzim“

Koncert pod širým nebem



Na konci měsíce srpna jsme uspořádali koncert pod širým nebem k 30. výročí založení Domova pro seniory Orlická. Zahrála a zazpívalo nám „Duo Renda a Iveta“. Vystoupení bylo ve stylu Country a mnoho z písní naši uživatelé znali a zpívali si je spolu s hudebníky. Účast na této akci byla velká a všichni jsme spokojeně odcházeli – díky příjemnému, hudebnímu odpoledni.

**Domov seniorů
Orlická Ústí nad Labem**

Loučení s létem v havajském stylu



V Domově Srdce v dlaních v Jířkově si užili spoustu zábavy. S létem se totiž rozloučili za zvuku havajských rytmů a při tanci. Všichni už se těší na další podobnou akci.

Domov Srdce v dlaních

Král fotbalového míče Jan Skorkov

Jediný muž, který uběhl maraton a kopal si přitom míčem, který mu ani jednou nespadl, Jan Skorkovský je už šestým rokem v rekordmanském důchodu. Teplický veterinář ve své třicetileté kariéře podle odhadů natrénoval 40 tisíc hodin, naběhal 70 tisíc kilometrů a napočítal neuvěřitelných 170 milionů doteků s míčem.

VÍT LUKÁŠ

V roce 2011 jste oznámil odchod do rekordového důchodu. Opravdu jste se od té doby o něco ještě nepokusil?

Rekordmanskou kariéru jsem ukončil speciálním rekordním výkonem ve znamení „fotbalového čísla“ 11, protože celý můj život je „fotbalový“. Stalo se dne 11. 11. 2011 v 11 hodin 11 minut. Délka výkonu

V archivu jsou metráky dokumentů, tisíce fotek, certifikátů, stovky hodin video kazet atd. Vše vytrdit a udělat v kariéře pořádek je ale pro mě horší, než dělat rekordy. Jsem též akvarista, sběratel, houbař, starám se o kočky z útulku atd.

Mám manželku, syna, dvě dcery a zatím tři vnoučata. Už jsem se ale zase fyzicky vzpamatoval a poslední rok trénuji téměř jako zamlada. V průměru dvě až tři hodiny šestkrát

minut, odvysílala ho i televize. Moje švihadlové šílenství trvalo deset let. Hodinové tréninky, rychlostí tři až čtyř přeskoků za vteřinu v rytmu hudby, šestkrát týdně. Sedmý den regenerace v bazénu v Praze Podolí i se saunou a párou. Celkově odtrénovaný objem byl odhadnut na 30 milionů přeskoků.

Odměnou byly všechny tehdejší československé rekordy v mužské kategorii na rychlost i vytrvalost. Až na jednu výjimku všechny platí dodnes. Nejdéle jsem skákal šest hodin non-stop, rychlostí 10 tisíc přeskoků za hodinu. Tři rekordy byly uznány jako světové (vytrvalost na jednu, dvě a tři hodiny), dva z nich zatím nikdo nepřekonal.

U fotbalových rekordů, mimo celoživotní trénink s míčem, pomáhala i kondice ze cvičení se švihadlem. Speciální intenzivní nácvik individuálních fotbalových dovedností začal na vysoké škole v Brně v roce 1972. Prvních dvou fotbalových českosloven-

Zhruba tisícovka rekordů navíc padla především v rámci různých vystoupení. Bylo to obvykle ke zpestření programu. Rekord na místě a bez přípravy měl ohlas, podobně jako například různé divácké soutěže. Bez rozhodčích, osvědčení a certifikátů nelze tyto započítat. Doloženo a ověřeno je 1100 národních a 261 světových rekordů.

Jak se dělaly rekordy za minulého režimu, dnes máme agenturu Dobrý den, ale jak se

» Když běžím po lese a kopu tenisák, úplně mi stačí, když mi fandí jen veverky. Bez pohybu žít nemohu.

11 minut, v akci 11 nejoblíbenějších rekvizit (fotbalový míč, tenisák, kostka, vajíčko a další). 11 doteků u disciplín na místě, 11 metrů u disciplín v pohybu. Celkově jsem stihl 60 různých výkonů.

Rekord byl symbolicky ustanoven v domově důchodců, ve „městě rekordů“ v Pelhřimově. Ještě rok jsem potom jezdil na vystoupení a „dokopal“ se tak definitivně do důchodu. Když jsem jel z poslední akce z Lubné, bylo mi šedesát. Rekordům jsem věnoval rovných třicet let. V průměru každých osm dní padl jeden národní nebo světový rekord. Dle celkové bilance 1361 rekordů je to celkem jednoduchá matematika. Extrémní mnoholetou zátěž už nutně musel vystřídat odpočinek a celková regenerace.

A co vlastně dělá rekordman na odpočinku v posledních letech?

Tělo bylo mimořádně vyčerpané. Na čtyři roky jsem musel míče i kopačky zavřít do skříně.

týdně. Už to není obživa, takže více s nadhledem. Stále dostávám nabídky na vystoupení, zájemce ale odkazuji na mé o čtyřicet let mladší nástupce. Brzy mi bude pětadesát a snažím se venku být nenápadný. Když běžím po lese a kopu tenisák, úplně mi stačí, když mi fandí jen veverky. Bez pohybu žít nemohu.

Rád bych se vrátil na začátek. Jak jste se dostal k tomu, že budete dělat rekordy s fotbalovým míčem a švihadlem? Jaký byl váš první?

V roce 1982 pořádali časopis Mladý svět celostátní soutěž v přeskokoch švihadla na deset minut. Finále ve vyprdané hale Slávie Praha v Edeně jsem vyhrál v československém rekordu 2130 přeskoků. Rekord stále platí, konkurence u nás i na Slovensku dosud nepřekonal magickou hranici desetimínutovky, dva tisíce přeskoků. Následoval československý rekord pro limit pět

ských rekordů jsem se dočkal po čtrnácti letech v únoru 1986 v Trnavě, v televizním seriálu Rekordy pro každého. Fotbalové s míčem ve vzduchu jsem byl nejrychlejší na 200 a 300 metrů. Stejný rok v listopadu jsem na závodním okruhu Velké ceny v Brně fotbalově dopravil míč vzduchem na absolutní světovou vzdálenost 45 km.

Podle dostupných informací máte registrováno 1361 rekordů, ale ve skutečnosti jich bylo více, protože u toho nebyli rozhodčí. Víte přesně kolik?



ský v rekordmanském důchodu

před 40 lety registrovalo do Guinnessovy knihy rekordů?

Předchůdcem agentury Dobrý den z Pelhřimova, která má od roku 1991 exkluzivitu v dozoru nad veškerými rekordy v České republice, byl Český Guinness pan Ladislav Kochánek ze Slaného. Vydal na téma rekordů několik knih, jeho unikátní rozsáhlý archiv

zdědila právě uvedená agentura. Mám

schovaný článek z Mla-

dého světa z roku

1987, ve kterém

mě pan Kochánek

označil za svého nej-

oblíbenějšího rekordmana. Pokud

nebyl u rekordu pan Kochánek osobně, byl nutný notář, svědci, ověřený pořadatel, příslušná razítka, fotodokumentace, případně novinový článek. Na festivalech

rekordmanů v zahraničí, kde jsem stihl zhruba dvě stovky rekordů, vše vždy

zařizoval pořadatel, vystavoval i vlastní certifikáty. S centrálou Guinnessovy knihy rekordů v Londýně jsem do roku 1990 několikrát

také komunikoval. Na základě jejich speciálních pravidel bylo jednání zdů-
hává a složité.

Na dva výkony mi odepsali, že na ně není žádné srovnání, jsou tedy jediné svého druhu (fotbalový míč a tenisák z Liberce

na Ještěd roku 1987 a 1988). Na maraton s fotbalovým

míčem v Praze z roku 1990 mám Guinnessův certifikát s podpisem již nežijícího

zakladatele Guinnessovy knihy Norrisa McWritthera. Tento výkon byl 21 let uváděn ve většině celosvětových vydání. Přibližně se jednalo o 25 milionů prodaných výtisků ve

stovce zemí. Zápis přímo do Guinnessovy knihy je vzácnost. Je to nejprodávanejší kniha s autorskými právy a každoročně se v ní objevuje pět až deset Čechů. Fotbal jsem, co se týká českých jmen, zastupoval po většinu uvedených let sám.

I s neoficiálními rekordy máte přes 2000 triků. Jak jste vymýšlel takové množství nápadů, co se vše dá udělat?

Mělo to dlouhý, postupný vývoj. Intenzivně jsem cvičil nové možnosti a neustále přemýšlel, co a jak dál. Každý úspěch přinesl další nápady, neúspěch nikdy nesměl odradit, naopak, bylo třeba v úsilí přidat. Dovednosti na místě, všemi částmi těla, (kromě rukou), ve stoje, v lehu, sedu atd.

Postupně jsem se snažil přetvořit do rytmu hudby, přidával pohyb, zvyšoval rychlost, hledal obtížné terény. Zkoušel různé nové míče všech velikostí i druhů, včetně šišek. Zvládnout tenisák je např. podstatně obtížnější než fotbalový míč. Míček na pingpong nebo stejně velký hopík z tvrdé pryže mají zase úplně odlišné odrazové vlastnosti. Na třímilimetrovou antiperli musíte mít speciální cit i dobrý zrak. Fotbalově se dá postupně zvládnout i pecka, kostka, mince, hokejový puk, slepičí vejce, žárovka atd. Kombinace míčů se švihadlem také přidá pár zajímavých disciplín.

Deset roků speciálního tréninku a milionů kopů do tenisáku na odrazové stěně mi např. umožnilo vstoupit do tenisu. Show na tenisovém kur-

tu bez rakety, proti klasickému tenistovi, je jeden z mých originálních nápadů. Podobně se vše odehrávalo při snaze spojit fotbal s atletikou. Nikdo předtím to nedělal, nebyl vzor ani konkurence. Dokázat s míčem fotbalově maraton, přejít území státu, zdolávat hory, to vyžadovalo navíc i speciální

vytrvalost. 55 let jsem trénoval a vymýšlel nové možnosti. Odhadem jsem vyzkoušel 20 tisíc různých dovedností,



Foto: 2x archiv Jan Skorkovský

triků a sestav. Každý můj rekord i neobvyklý výkon je jiný, k těm vytvořeným jsem se už nikdy nevrátil.

V rukopisu fotbalové encyklopedie mám certifikátem potvrzeno 26 463 různých dovedností ve volném stylu. V knize pana Kochánka Co člověk dokáže z roku 1991 je uvedeno, že mám už za sebou 100 milionů fotbalových doteků. Stejný název dostal o rok později půlhodinový dokument, který se mnou natočila Česká televize. Od té doby uběhlo téměř dvacet let, hodně fotbalových doteků i kilometrů přibýlo. Poslední odhad hovoří o větší vzdálenosti uběhnuté s míčem fotbalově ve vzduchu, než je dvakrát po rovníku kolem zeměkoule.

Podmínkou zvládnutí triku či sestavy je velký počet opakování. Lehké dovednosti se lze naučit za několik dní, obtížné za měsíce nebo i roky. Dnes je dostupných mnoho

příkladů a inspirací, co a jak se dá s míčem dělat. Stačí nahlédnout do nekonečné nabídky videoklipů. Já musel vystačit s vlastními nápady a fantazií.

Máte ještě nějaké životní plány, ať rekordové nebo něco, co ještě musíte udělat a na co máte konečně čas?

Ohledně sběratelského koníčka na mě čeká tisíce hodin práce. To už asi nebudu moci stihnout, protože ve frontě před tím, čekají jiné aktivity a plány. Z archivu bych rád dal dohromady zhruba desetidílnou kroniku všeho podstatného ohledně kariéry, desetkrát sto stran. Toto bude dlouhá mravenčí práce a moc se do ní zatím nehrnu. Do sedmdesáti by možná ještě mohlo pár desítek rekordů padnout, pokud mě nezradí zdraví. Mě hodně láká ta kulatá magická tisícovka!

PROFIL

MVDr. Jan Skorkovský se narodil 2. září 1952 v Teplicích. Vystudoval Vysokou školu veterinární v Brně. Je světový rekordman se sportovní specializací fotbalové dovednosti ve volném stylu a cvičení se švihadlem, jakožto držitel největšího počtu individuálních rekordů. Vytvořil v letech 1982 až 2011 celkem 1361 rekordů, z tohoto počtu 261 světových, 1100 českých a československých. V roce 1990 uběhl klasický maraton s míčem, fotbalově non-stop mimo zem, jedná se celosvětově o jediný výkon svého druhu. Řadu let byl jediným Čechem, zapsaným v kapitole Fotbal v celosvětových vydáních Guinnessovy knihy světových rekordů. 11. 11. 2011 ukončil Jan Skorkovský svoji kariéru rekordmana.

Záříjová oslava narozenin

Tak tu máme opět podzim a s ním další oslavu narozenin, tentokrát klientů narozených v měsíci září. Jako vždy jsme se sešli, abychom společně poseděli u kávy a domácího zákusku.



Tentokrát oslavovali pouze čtyři klienti a tak si společně zavzpomínali na své mládí a místo a okolnosti svého narození. Oslava se opravdu vydařila a klienti si odnášeli spolu s květinou také příjemnou náladu.

**Domov pro seniory
a pečovatelská služba Žatec**

Turnaj v šípkách v Krásném Březně



V našem domově proběhl turnaj v šípkách, tři hráči s nejlepšími výsledky vyhráli pěkné ceny. Akci si 20. září všichni moc užili.

**Domov pro seniory
Krásné Březno**

Odhalení zvoníčky s vystoupením sboru



V zahradě našeho Domova pro seniory Krásné Březno jsme slavnostně odhalili novou ozdobu – zvoníčku. U této příležitosti také 14. září vystoupil náš pěvecký sbor Krásnobřezenští senioři pod vedením Kristýny Čapové.

**Domov pro seniory
Krásné Březno**

Chmelové hry v Podbořanech

I když meteorologové strážili deštivým počasím, my jsme si soutěž užili za svitu sluníčka. Ani kapka nepadla. Disciplíny se odvíjely od prací při česání chmele, a tak jsme strhávali štok, česali chmel, zašivali a pečtili žok a pánům se nejvíc líbila ochutnávka pív. Jako každý rok jsme museli skládat báseň na vylosovaná slova a vyplnit vědomostní test o historii a pěstování chmele. Program zpestřila canisterapeutka z Mašтова, která měla úžasné australské ovčáky. Pokorně se nechali od všech hladit a předváděli různé kousky. Vykouzlili úsměv na rtech všem, kteří si je pohladili. Tentokrát jsme byli



první od konce, ale nevzalo nám to radost z pěkně prožitého dne. 6. září nás v Podbořanech reprezentovali: paní

Skořepová, pan Hanzík a pan Kadlec. Mockrát děkujeme.

**Domov pro seniory
a pečovatelská služba Žatec**

Pořádný výlet Klubu českých turistů Litoměřice

Je zasmušilé ráno. Zpod mraků vykukuje vycházející slunce. Během jízdy vlakem se počasí mění. Mraky pohltily sluneční svit, začíná foukat a později, kdy se blížíme do Křížan, i prší. Na začátku naší cesty je poměrně klid, prvním stoupáním se zahřejeme na provozní teplotu. Tam, kde by měl být Ještěd, je mlha. Začíná pěkně foukat. Déšť si chce také trochu užít. Nevadí, jdeme lesem. Houby provokují ke sběru. Mnozí se neubrání a plní své papírové tašky. Blížíme se k vrcholu

hory. Dobře slyšíme hukot větru opírající se o stavbu výšlače. Samotná stavba se vynoří z mlhy až na poslední chvíli. Vstupujeme do příjemného prostředí. Odpočinek, razítka. Po krátké pauze pokračujeme v našem putování. Řádný odpočinek s polévkou a pivem dáme, až překročíme 15. poledník v chatě KČT Na Pláních. Další cesta kolem restaurace U Šamálů, kde je otevřeno jen ve dnech pracovního volna. Nevadí, zato je zde velký kamenný stůl pro různé obřady, posvěcený

litoměřickým biskupem monsignorem Baxantem. Pokračujeme kolem Rašovky (zavřená restaurace a rozhledna, otevírají až v 17:00 hodin) na Javorník, kde stojí Obří sud. Novostavba tvaru sudu s restaurací. Perfekt. Dáme pivečko a kávu. Je to prakticky koncový bod naší cesty. Blížíme se k Hodkovicím, cestou hledáme ještě jeden kamenný stůl. V Záskalí končíme naší cestu. Domů přijíždíme večer, ale uspokojení zdoláním hory s 1012 nad mořem.

Klub českých turistů Litoměřice

Funny Club v Žatci



Po prázdninové pauze se opět ve spolupráci se Sedmíkráskou Žatec rozjel náš Funny club, tentokrát v Domě s pečovatelskou službou Podměstí. Tato aktivita je mezi všemi velmi oblíbená.

Domov pro seniory a pečovatelská služba Žatec

Hned dvě klientky oslavily 95. narozeniny



Dvě klientky oslavily v domově pro seniory jubileum. V Krásné Lípě na Děčínsku se uskutečnily v srpnu dvě radostné události v podobě oslav 95. narozenin klientek Marie Beranové a Anastazie Beniačové. Oběma popřáli hodně zdraví pracovníci z Domova i zástupci z Krajského úřadu Ústeckého kraje. Na přání se konala malá oslava, kde nechybělo občerstvení a dort.

Domov pro seniory Krásná Lípá

Senioři oslavili svůj den a chystají se do divadla

Září a říjen je pro seniory v Lounech vždy plné akcí a aktivit, prostě senioři žijí. V úterý 12. září přijeli senioři z partnerského klubu v Zschopau na sportovní setkání a potom navštívili Nový Hrad. O občerstvení se postaraly již tradičně naše seniorky, které napekly a potom soutěžily s přáteli. Dále jsme se potkali s mnoha seniory v malebné vesničce Vědomice u Roudnice, na BaBalé, kde jsme se velice dobře pobavili a některé věci ze zdravotní naučili a oživil. Úžasný zážitek byl vypuštění bílých holubů. 1. října na Den seniorů převzala od Senzačních seniorů v Praze naše manažerka Vilma z rukou ministryně práce a sociálních věcí Michaely Marxové zvláštní cenu poroty za své aktivity v nejširším rozsahu.

V pondělí 2. 10. jsme oslavili Mezinárodní den seniorů u nás v Lounech, kde vystoupily děti ze Speciální MŠ Louny, seniorky a převzali ocenění senioři



z domova pro seniory U Prameny, pánové Ševčík a Cimr za své výtvarné výrobky a za literární práce Eva Kučerová z Dobroměřic, Marie Porubčanová a Vilma Svobodová z Loun. Neumístily se v soutěži Senior Art vyhlášené hejmanem Oldřichem Bubeníčkem, tak byly při autorském čtení oceněny doma. Květiny sponzorovalo Květinářství U Růže Louny a ceny Kulturní

komise při Radě Města Louny. Seniorské oslavy završí zájezd do divadla ROKOKO v Praze, na jehož představení dostala 24 ks vstupenek manažerka ke svému ocenění. Další akce se připravují a nebude jich málo. Sledujte náš program na www.lclubsenior.estranky.cz. Krásné podzimní dny vždy s úsměvem.

Vilma Svobodová, Pomoc bližnímu, z.s., senior klub Louny

Tradiční turnaj v žolíkách

Poslední srpnový den jsme uspořádali tradiční turnaj „Orlický žolík“, kterého se zúčastnily i jiné Domovy pro seniory. Celkem soutěžilo osm družstev. První místo obsadil náš Domov díky paní Matouškové a na druhém i třetím místě se umístil DS Dobětice.



Všichni výherci dostali krásné dárky a ostatní soutěžící drobné dárečky i občerstvení. Náš Domov reprezentovaly: paní Inderholzová, paní Matoušková, paní Němečková a paní Smetanová.

Domov seniorů Orlická Ústí nad Labem

Senioři sportovali na lounském vábení

Přinášíme informaci o Letním lounském vábení ze sportovního odpoledne pro seniory. Účastníků a soutěžících bylo 67 z toho mnozí přespolní a to z Litoměřic a Třebenic z Centra chráněného bydlení, kteří měli i dvě disciplíny v našich soutěžích. Nejstarší soutěžící byla za ženy paní Věra Novotná z Loun a z mužů pan Milan Zelenka z Postolopr. Nejmladší soutěžící Tomáš Valenta z Neveklova. Celé odpoledne se neslo ve velice přátelském duchu a všichni byli odměněni věcnými cenami i malým občerstvením z rukou našich seniorek. Radost je vidět z tváří účastníků.

Vilma Svobodová, Pomoc bližnímu, z.s. senior klub



Nejstarší obyvatelce Krupky bylo 99 let

Před téměř 100 lety na konci července se narodila nejstarší obyvatelka Krupky. Paní Matylda Klimešová tak zažila ještě staré mocnářství Rakousko-Uhersko, 1. světovou válku či tzv. první republiku. U příležitosti svých 99 narozenin, které oslavila před několika málo dny, se stala nejstarší obyvatelkou Krupky. Její životní zkušenosti tak mapují uplynulé století se všemi společenskými událostmi a změnami, které tento čas přinesl. Optimisticky naladěná a vitální oslavenkyně vyprávěla gratulantům o svém



životě v Krupce. Z Brna se sem i s manželem přistěhovali již před válkou a dle vlastních slov se jim v Krupce žilo hezky

a spokojeně. Paní Klimešová se svěčila, že nejšťastnější byla ve „své“ prodejně KNIHA, která bývala na náměstí v Bohosudově. Jako milou a vstřícnou prodávačku knih si odtud paní Klimešovou pamatují celé generace čtenářů. Zde pracovala celých 24 let. Dnes jí dělá radost nejen rodina, ale hlavně spousta přátel, kteří svou milovanou „tetu“ rádi a pravidelně navštěvují. Dokazuje to mnoho obrázků, drobností a pozorností, které má v bytě vystavené.

Rostislav Kadlec, Krupka

Potřebných věcí pro naše rukodělné a tvořivé aktivity není nikdy dost. Klientky domova jsou velmi pilné, zručné a šikovné a dá se říci, že jsou schopny zpracovat a využít jakýkoliv materiál. Knoflíky, korálky, látky, nitě, vlny, jehlice a mnoho dalšího, vše u nás najde své uplatnění. Čas od času domovu někdo pár věcí daruje, v tomto případě to ovšem bylo podstatně více než zmínovaných pár. Za přibližně sedmdesát kilogramů materiálu děkujeme jménem našich klientů paní Aleně Vykrutílové a paní Jitce Fárové.

MěSSS Kadaň, Domov pro seniory

Hector, Edgar a Berta, návštěva z říše plazů

Tvorové jako z příběhů o Harry Potterovi. Do kadaňského Domova pro seniory chodí psi, kočky, třetím rokem sem „létají“ ptačí dravci, měli zde slona, želvu, šneky africké, morčátka, koně a poníka, a nyní premiérově nádherné plazy. Hectora – kraju královskou, Edgara – agamu vousatou a Bertu – chameleona jemenského přijely klientům zařízení představit Lucie a Andrea Procházkovy z Meziboří. Setkání to bylo fantastické. Méně tradiční domácí mazlíčky vyvolali nefalšované nadšení. Pohládili si je všichni (téměř), pro většinu to byl s podobným zvířetem první osobní kontakt v životě. Kromě samotné živé ukázky se senioři navíc měli možnost dozvědět spoustu zajímavostí ze života a chovu těchto exotických zvířat. „Za krásné odpoledne oběma aktérkám i jejich doprovodu děkujeme a těšíme se na příští možné setkání. Nebude stejné, příslibem byli navíc ti, co nyní zůstali doma, tedy Uriáš a Kvída, varan stepní a leguán zelený,“ říká ředitelka Domova Lenka Raadová.

Domov pro seniory Kadaň

Zahradní slavnost ve Velkém Březně

Již tradičně se v září konala v areálu Domova pro seniory Velké Březno příspěvková organizace, „Zahradní slavnost“. Na tuto každoroční událost byli pozváni kromě uživatelů z Domova ve Velkém Březně a jejich rodin i hosté z dalších domovů v Ústí nad Labem. Pozvání přijali i lidé reprezentující významné organizace a obce spolupracující s naším domovem. Úvodní slova pronesl pan ředitel Mgr. Tomáš Kříž spolu s primátorkou města Ústí nad Labem Ing. Věrou Nechybovou a zastupitelem Ústeckého kraje panem Bc. Pavlem Csonkou. Po uvítání a seznámení hostů s programem celého odpoledne zahájilo zahradní slavnost velmi zajímavé vystoupení pana Michala Procházků ze Sokolnického spolku Teir. Hosté zahradní slavnosti se mohli seznámit se životem dravců a sov, základními biologickými údaji a zajímavostmi z jejich života. Ukázky jednotlivých druhů ptáků mohli hosté sledovat z bezprostřední blízkosti. Ptáci létali velmi blízko nad hlavami hostů a kolem nich, takže to byl opravdu velký zážitek. Dále svým vystoupením hosty potěšily



mažoretky ze Základní školy ve Velkém Březně. Celým odpolednem všechny zúčastněné hosty provázela již tradičně kapela Oli, která hrála nejen k poslechu. Součástí zahradní slavnosti byly různé zábavné soutěže, do kterých se zapojili jak uživatelé našeho domova, tak klienti z různých domovů. Hosté z domovů a uživatelé našeho domova si tak mohli vyzkoušet malovat odlitky, kognitivní hry či pohybové

hry. Naše kuchařky se opět vyznamenaly výtečným občerstvením. Tradičně připravily řízečky, uzenou kýtu a samozřejmě domácí moučníky a jiné dobroty. Zahradní slavnost se opět vydařila. Vládla zde příjemná atmosféra a dobrá nálada, kterou nezkalil ani déšť, který přišel v závěru akce.

**Petra Vaněčková,
Domov pro seniory
Velké Březno**

Tepličtí malovali na hedvábí a nabízeli své výrobky

Den seniorů v Teplicích se vydařil. 29. září vyšlo i počasí a nechyběla ani dobrá nálada. Odborné zabezpečení zvuku a energií profesionálně a skvěle obstaral Dům kultury. Pan ředitel Přemysl Šoba, Eva Stieberová a vedoucí zvukař pan Mazač se svým týmem. Organizátorce pomáhaly a program podpořily seniorské skupiny v Teplicích a také přátelé a příznivci. Skvěle byly všechny pěvecké a hudební skupiny. Senioři se rádi pochlubili a ukázali veřejnosti malou část své práce a umění. Děkujeme Arkadii za zapůjčení stánků i stolů a panu Josefu Honovi za obětavou pomoc.

Veliké poděkování také patří Aleši Kleprlíkovi a jeho šikovné partě za „stavební činnost“. Zvonkohra, z. s. SEN SEN Teplice se pochlubila svým malováním na hedvábí a pěknými fotografiemi ze



svého života, dětí, z botanické zahrady a krásných míst našeho města. Klub seniorů Českobratrská ukázal veřejnosti své

obrázky, ze dřeva soustružené výrobky, nádherné vyšívání ubrusy a dečky. Měli ještě velký samostatný stan, kde

se mohli s návštěvníky setkat a ukázat svůj život v klubu. Publikum, které skvěle podpořilo veškeré dění, ocenilo vystupující, dalo najevo svou spokojenost a dobrou náladu. Tak na zdraví a na příští setkání!

Občerstvení dohodla Alena Hornová a Oldřich Látal s paní Soukupovou. Dobrá volba.

Vynikající koláče, štrúdl se jen rozplýval, samé dobroty. Oldo, prominentní červený burčák neměl chybu... Díky. Za pult s dostatkem čerstvé bylinkové vody děkujeme Kristě Hlušíčkové a Margitě Srpkové. Děkujeme i všem ženám, které pečovaly o stánky s vystavenými výrobky a povídaly si s návštěvníky. Byl mezi námi, glosoval, debatoval a při zpěvu písní hrál na flašinet Martin Ryba.

**Helena Voctářová
Zvonkohra, z. s.
SEN SEN Teplice**

Sawanga s Cipískem na návštěvě mezi seniory



Říká se, že nejkrásnější pohled na svět je z koňského hřbetu. Pravdivost tohoto tvrzení si sice kadaňští senioři při návštěvě desetileté klisny Sawangy a stejně starého poníka Cipíška z pocho-pitelných důvodů neověřili,

jejich přítomnost si ale jinak užili stoprocentně. Představit své zvířecí miláčky přišly do Domova pro seniory Lenka Kocíková (Sawanga) a Lenka Strážnická (Cipísek). A zatímco Sáva se již s obyvateli zařízení dobře zná, pro

poníka s pohádkovým jménem šlo o setkání premiérové. Vzájemné sympatie, spokojení koníci, nadšení klienti, obdobným společným chvílkám nestojí v budoucnu nic v cestě.

**MěSSS Kadaň,
Domov pro seniory**

Kadaňské víno dostalo jedničku

Svatováclavská oslava vína patří v kadaňském Domově pro seniory mezi oblíbené akce. Letos jeho obyvatelé přivítali ve svém středu vzácné hosty, místní vinaře Miroslava Jancáka a Elišku Slavíkovou.

Dvojice znalců nepřišla na návštěvu s prázdnými rukama, pro seniory si přichystala stylové dárky v podobě plného soudku čerstvě vylisovaného lahodného moštu a kadaňského bílého a červeného vína ve stavu pevném i tekutém. Košť, doplněný zajímavým povídáním o víně a historii i současnosti kadaňského vinařství, bavlil.

„Oproti předchozím letům jsme akci pojali v trochu odlišném duchu, tradiční zábavu tentokrát nahradila tematická beseda. Zajímavosti a ochutnávka z vinařské kuchyně měly velký úspěch, domácí víno i mošt ocenili klienti nejvyšší známkou. Za krásné odpoledne oběma hostům děkujeme,“ vrací se k svatováclavskému posezení ředitelka Domova Lenka Raadová.

**Zdeněk Moravec
MěSSS Kadaň,
Domov pro seniory**

Co je nového mezi seniory v teplické Zvonkohře?

Je tomu více než tři roky, kdy se parta přátel ve zralém věku z Teplic a nejbližšího okolí rozhodla založit klub. Takový klub, který by jim umožnil poznat nové přátele, dále se těšit ze života, zůstat fit a „na dobré vlně“. Již během prvního roku své existence přilákala Zvonkohra, jak klub pojmenovali, téměř padesátku členů a nyní je s více než stovkou aktivních členů zavedeným prostředím aktivit pro seniory. Zařazení klubu pod hlavičku projektu SEN-SEN Senzační senioři Nadace Charty 77 je oceněním práce, kterou Zvonkohra dělá. Senioři ze Zvonkohry i přesto neusínají na vavřínech a podělili s námi o to, co nového na následující měsíce plánují.

„Vytvořili jsme konzultační středisko zajímavé a přístupné formy celoživotního vzdělávání, takzvané Virtuální univerzity třetího věku, a to v rozsahu šesti semestrů. Chceme poskytnout osobám zralého věku všeobecné, zájmové a neprofesní vzdělávání na univerzitní úrovni,“ říká Helena Voctářová, vedoucí klubu a konzultačního střediska univerzity, a ihned dodává: „Máme teď možnost ve vzájemné podpoře studovat ve svém městě, příjemném prostředí, a navíc i v dobré partě. Naše virtuální studium bude výrazně podpořeno a doplněno konzultacemi profesorů a studentů teplických středních škol. Čeká nás společné setkávání, specializované exkurze, a nakonec

vypracovávání studijních testů. Stanovujeme si zajímavou perspektivu, spolu si budeme dodávat odvalu i elán. Je jasné, že to vše přispěje k upevnění sebevědomí a jistoty seniorů a úspěšnému absolvování studia. Závěrečná slavnostní promoce je velkolepým cílem každého účastníka. Samozřejmě je také možné zajímavé studium absolvovat jako pěknou, pohodovou společenskou aktivitu bez směřování k diplomu. Dobře prožitý čas v příjemné společnosti...“ usmívá se Helena.

V září se konala čtyři setkání s tématem ASTRONOMIE a několik společných besed s odborníky i vášnivými milovníky vesmíru. V říjnu zahajujeme studium semestrem

Genealogie, hledáme své předky. Přednášky jsou v pondělí 15. a 30. října. Zajímá a láká vás tato pěkná příležitost? Ozvěte se zástupcům Zvonkohry, zavolejte na tel. 602 151 399, nebo napište na e-mail: klub.zvonkohra@centrum.cz

„Čtete o nás, pište nám a přijďte mezi nás. Zeptejte se na nás v Informačním centru města Teplice na Benešově náměstí nebo pro více informací o nás navštivte web: kss-zvonkohra.sensen.cz Jsme též na Facebooku. Zveme vás mezi nás do Zvonkohry a těšíme se na viděnou!“ uzavírá nadšeně v očekávání nových účastníků virtuální univerzity inženýrka Voctářová.

**Helena Voctářová
Zvonkohra z. s. SEN SEN Teplice**

Záříový výlet nejen na Červeném vrchu



Chceme vás informovat, že jsme byli v Dobroměřicích u Loun a na Červeném vrchu. Výlet připravily a zorganizovaly Jarmilka Čechová a Jiřinka Samková. Počasí nám přálo, sluníčko se smálo.

Společenský klub Zvonkohra a spol. Senzační senioři

Setkání na hipodromu

Na Hipodromu v Mostě se konal již 19. ročník „Letního setkání seniorů“, v námořnickém a pirátském stylu. Celkem soutěžilo třicet devět tříčlenných družstev. Senioři soutěžili v disciplínách jako – Návrat mořských živočichů do vodní říše, Rybář, Mořská panna, Lov do sítě aj. Letní setkání bylo zahájeno rozsvíčkou, dále hrála hudební kapela „Kladenská heligonka“. Doprovodným programem, mimo pódium, byla jízda na koních, koňský povoz, prodej ergoterapeutických výrobků aj. Naš Domov reprezentovali: paní Katrinčáková, paní Nožičková a pan Bobek.

**Domov seniorů
Orlická Ústí nad Labem**

Slavnostní vyhlášení výsledků sportovního týdne

Poslední den sportovního týdne nás čekalo dlouho očekávané slavnostní vyhlášení výsledků všech sportovních disciplín. Všichni jsme byli napjatí. Všem vítězům byly za jejich vynikající sportovní výkony předány originální keramické medaile, krásné diplomy a bohaté ceny. Celé vyhlášení bylo zakončeno poslechem státní hymny a společnou fotografií všech sportovců.

**Domov pro seniory
Roudnice nad Labem**



Jiříkovští na výletě na Zahradě Čech



V Domově Srdce v dlaních si všichni užili výlet na litoměřickou Zahradu Čech. Akce se povedla a už teď se všichni těší na další aktivitu.

Domov Srdce v dlaních Jiříkov

Závodníci změřili síly na XXIV. Filipovských olympijských hrách

V našem Domově „Srdce v dlaních“ ve Filipově se konal již XXIV. ročník Filipovských olympijských her. Změřit své síly a užít si příjemný den se k nám sjelo čtrnáct družstev z blízkého i vzdálenějšího okolí, včetně těch nejmenších – dětí z Mateřské školy Slunečnice Jiříkov. Pro vítěze byly připraveny poháry, medaile, diplomy, dorty a další krásné ceny. První místo s počtem 1757 bodů získalo družstvo, které k nám přijelo z libereckého kraje, a to družstvo

DD a DPS Zákupy. Na druhém místě s počtem 1666 bodů se umístilo družstvo Severka Jiříkov a třetí místo se získalo 1643 bodů obsadilo družstvo z DPS a DZR Krásná Lípa. Naše družstvo, ve složení p. Krupička, p. Růžička, p. Soukupová a p. Holasová, skončilo na devátém místě. Každoročně vyhlášíme také cenu „Absolutní vítěz“ a cenu „Nejstarší účastník“. Absolutním vítězem, čili soutěžícím, který získal individuálně nejvyšší počet bodů, se stala paní

Kňobortová Marie s 571 body z DD a DPS Zákupy. Nejstarší účastníci letošních olympijských her se stala paní Peškařová Dobromila, také z DD a DPS Zákupy. První místo v soutěži doprovodů získal pan Jiří Mikuš z DZR Krásná Lípa Palmovka, kterému se podařilo v disciplíně „šroubovaná“ přemístit matici za úžasných 5,16 s. Odpolednem nás provázela skupina DONAHA, která hrála k tanci a poslechu do pozdních odpoledních hodin. Zahradou

zněla hudba všech žánrů, a tak si každý mohl vybrat tu svou oblíbenou. Dalším hostem byly děti z Dětského domova v Lipové, které si pro nás připravily opět krásné hudební a taneční vystoupení. Těm, co vydrželi do samého konce, udělali radost cvičení pejsci z Kynologického klubu Jiříkov, pod vedením paní Linkové. Mimo úžasných ukázek poslušnosti a agility se mohli s pejsky také pomazlit.

**Jana Nerudová
Domov Srdce v dlaních Jiříkov**

Litvínov zve do zámku Valdštejnů

Fenomén továrny Heller & Schiller – Historie výroby hraček HUSCH v Horním Litvínově. Firma Viktora Hellera a Ernsta Schillera začala jako jedna z prvních v Československu vyrábět mechanické vláčky a autíčka na pérový pohon.

Výroba hraček začala již v roce 1925 a pokračovala až do roku 1938, kdy majitelé židovského původu museli odejít z vedení firmy. Na výstavě jsou k vidění nejen hračky z plechu, ale i ze dřeva, poprvé jsou vystaveny hračky z období pokračující výroby v letech 1938–1945 pod vedením německé firmy Kurt Schmidt & Co.

V expozici nechybí funkční elektrifikované kolejiště sestavené z plechových železničních hraček značky HUSCH a diorámata s hračkami HUSCH

představující historické události z dějin Československa.

V zámku lze také zhlédnout sochy Stanislava Hanzika. Vystavené jsou busty známých herců: R. Hrušínského, V. Brodského, J. Kemra, S. Neumanna nebo oceněná díla v zahraničí Svářeč, B. Hrabal.

Výstavu doplňují fotografie Josefa Sudka. Další instalací je Bikiny Klub od Veroniky Psotkové. Jedná se o drátěné plastiky umístěné na nádvoří zámku. Tvoří otevřený „dialog“ šesti ženských postav v nadživotní velikosti, různých typů. Výstava Vánoce a Velikonoce po celý rok nabízí inspiraci na tradiční i zcela netradiční vánoční a velikonoční výzdobu.

Nově v zámku Valdštejnů lze vidět grafická díla akademického malíře Bohdana Kopeckého, která jsou vystavena v jeho bývalém ateliéru.



Na den 28. října město Litvínov připravuje další již tradiční akci Oslavu sklizně a řemesel. Bude připraven podzimní

trh, soutěž o nejlepší litvínovské jablko, dílničky pro děti a mnoho dalšího.

www.litvinov.cz

Prohlídky expozic vždy v celou hodinu. V ceně vstupného jsou zahrnuty prohlídky všech expozic: dospělí 50 Kč, důchodci 30 Kč, děti a studenti 20 Kč, rodinné vstupné 90 Kč.

Pokladna, informace: telefon 603 151 600.

Otevřeno: středa až neděle od 10 do 17 hodin.

Litvínov, ul. Mostecká čp. 1, GPS: 50°35'50.656"N, 13°36'37.222"E

V TAJENCE NAJDETE, CO MOUDRÉHO ŘEKL PUBLIUS SYRUS.

POMŮCKA: ABBADON, COR, LOOS, PDS, SKA	VLOŽENÍ	JADERSKÉ MOŘE ZASTAR.	INTERNETOVÁ DOMÉNA SYRIE	AUTOMATIZ. ŽELEZNIČNÍ DOPRAVY ZKR.	SPĚCH		SPORTOVNÍ SOUTĚŽ	INICIÁLY HERCE PRACHARĚ	MUŽ	SKOSENÍ NÁŘEČNÉ		ZÁVOD NA LYŽÍCH	TOHO ČASU ZKR.	ITALSKÉ HLAVNÍ MĚSTO SLOVENSKY		ZEMINA	KONVIČKA NA TURECKOU KÁVU	ZÁRODKY ROSTLIN
BUDAPEŠT. FOTBALOVÝ KLUB						TYP FIATU BRNĚNSKÝ ARCHITEKT ADOLF ???					STRANA ZKR. OBLAK				SULFID PALLADNATÝ SPOJENÍ BŘEHŮ			
1. DÍL TAJENKY																		
INICIÁLY HEREČKY RYBOVÉ			DVEŘE ANGLICKY FINANČNÍ ČÁSTKA					DOUPÉ JMÉNO ATLETA ZÁTOPKA					ČÁST POČÍTAČE ČÁST KLASŮ					
ZVÝŠENÝ TÓN A				CITOSLOVCE PODIVU HOVOROVÝ SOUHLAS				SŮL NĚMECKY VYPLACHOVAT KRK						KOPT NEJHLUBŠÍ MÍSTO PEKLA				
POVEL PRO PSA					SVAZ AUTO-MOTOKLUBŮ ZKR. ČÁST			OSYCHAT NA POVRCHU NUDNÁ								INIC. ZPĚV. NECKÁŘE 3. TRÍDA GYMNÁZIA		
	PATRON	LAHODNÝ NÁPOJ VYDÁVAT KŮRECI ZVUK				LISTNATÝ STROM PRUH		BORID MANGANU ŽNĚ KNIŽNÉ							SPZ TÁBORA SRDCE LATINSKY			
ZNAČKA KILO-PASCALU				NAHORU ANGLICKY MAŠINA			POLSKÉ MĚSTO PISEMNÁ ZKOUŠKA					VESNICE MN. Č. PŘÍMĚŘÍ					ALKALOID V ČAJI	CHEMICKÁ SLOUČENINA AMONIAKU
MOJI			VCUCNOUT JACÍ SLOVEN.				KVĚTENSTVÍ OBILÍ INIC. SPIS. NEUMANNA						SRDEČNICE MODEL FIATU					
ZTRÁTA KOVU OKYSLIČENÍM					2. DÍL TAJENKY TVOJE OSOBA													
PŘÍKYVOVAT						HUDEBNÍ STYL				ALKOHOLICKÝ NÁPOJ					ŘÍMSKÉ 3			
MALÁ ÚSTA						TRINITROTOLUEN ZKR.				MOUŽÍŠŮV BRATR					KONEC ANGLICKY			

Labská stezka



**Ta nejkrásnější trasa
pro vaše výlety!**



Děčín
nejníže položené město v ČR



Střekov
nejromantičtější hrad kraje



Velké Žernoseky
nejsevernější vinice v ČR



Roudnice nad Labem
největší zámek v Ústeckém kraji

Dresden

(D)

Hřensko

Děčín

(CZ)

Ústí n. L.

Velké
Březno

Střekov

Velké Žernoseky

Litoměřice

Lovosice

Roudnice n. L.

Čáslav

Slaný

Kralupy
nad Vltavou

Mělník

Brandýs
nad Labem

Praha



Hřensko a Pravčická brána
největší pískovcová brána
v Evropě



Velké Březno
nejmladší zámek a pivovar
Březňák



Litoměřice
nejmalebnější město
Českého středohoří



Pro dopravu kol i pasažérů mezi
Prahou a Drážďany lze využít služeb
www.cyklobus.eu

www.labska-stezka.cz
www.branadocech.cz