

SENIORSKÉ LISTY

Miroslav Rada: U Horníčků jsem dostal čočkovou polévku

STRANY 12–13

ZPRÁVY

Invalidním důchodcům se
sníží limit doplatků za léky

STRANA 5

FINANCE

Spor o financování sociálních
služeb v krajích nekončí

STRANA 9



Z OBSAHU

4 Na příspěvek na pomůcky dosáhne více lidí



5 Krušnohorským nej se stalo Thermalium



7 Policie radí, jak se bránit násilí

8 Nájemní bydlení pro seniory nefunguje



14 Co se děje v seniorských klubech v Ústeckém kraji



22 Křížovka

23 Vystřihněte si Seniorskou obálku

Soutěž o Babičku kraje zpestří den seniorů

Ústí nad Labem | Novinkou letošního Dne seniorů, na kterém se tradičně vyhláší vítězové ankety Senior Art a Nejaktivnější klub regionu, je soutěž Babička roku Ústeckého kraje 2019.

Přihlášené babičky se utkají poslední zářijový den v ústeckém domě kultury. „Přihlásilo se nám 19 babiček z celého kraje,“ řekla za organizátory místopředsedkyně Krajské rady seniorů Ústeckého kraje Květoslava Čelišová. Dodala, že věří v úspěch prvního ročníku akce a že se letos založí tradice na spoustu dalších ročníků. Babičky budou soutěžit ve třech disciplínách. První je řízený rozhovor, ve kterém každá soutěžící představí sebe, svůj kraj a bydliště. Pak také musí babičky ukázat, co umí – zpívat, tančit, recitovat, hrát na hudební nástroj, sportovat, paličkovat, háčkovat... Soutěž uzavře



módní přehlídka ve společenském oblečení dle vlastního výběru nebo lidovém kroji.

Vyhlášena bude zlatá, stříbrná a bronzová babička kraje, ale také Babička sympatie a Nejstarší babička. Cílem projektu je podle organizátorů posílení mezigeneračních vztahů a propojení trávení volného času celé rodiny. Vítězka se zúčastní

v listopadu celorepublikového finále v Olomouci.

V rámci krajské seniorské oslavy v ústeckém kulturním domě, která se uskuteční 30. září od 14 hodin, budou vyhlášeni také vítězové tradiční ankety Senior Art a soutěže o Nejaktivnější klub. O tom, kdo letos opanuje tyto soutěže, právě rozhodují odborné poroty. (sl)

Důchodci se perou s rostoucími nájmy

Ústecký kraj | Změnu dávek na bydlení tak, aby více zohledňovaly výši nájmu v jednotlivých místech republiky, požaduje Rada seniorů a Sdružení nájemníků. Poukazují na to, že lidé důchodového věku často nezvládnou ani s příspěvkem od státu rostoucí nájemné ve městech platit a zbývá jim na život jen malá částka.

Podle předsedy Rady seniorů Zdeňka Pernese jde o krizi seniorského bydlení, kterou by pomohl řešit zákon

o dostupném bydlení, výstavba nájemních bytů i cenové mapy nájemného.

BYDLENÍ

- v nájmu bydlí zhruba 216 400 seniorů a seniorek; dvě třetiny z nich žijí samy
- kolem 180 tisíc lidí platí tržní nájemné, zbytek snížené částky, asi 190 tisíc seniorů dostává penzi pod 10 tisíc Kč, kolem 60 tisíc pod osm tisíc korun

V Česku se vyplácejí dvě dávky na bydlení. Na příspěvek mohou dosáhnout lidé, jimž na přiměřeně bydlení nestačí peníze. Doplatek má dorovnat výdaje za byt lidem s malým příjmem tak, aby jim zbylo na živobytí.

Podle Pernese jsou normativy nízké a samotným seniorům a seniorkám náklady na byt nedorovnájí, a to zvláště ve větších městech. „Z důchodu seniorům zbývá denně třeba jen stokoruna,“ uvedl šéf seniorské rady. (sl)

PARTNEŘI SENIORSKÝCH LISTŮ

Díky podpoře partnerů dostávají senioři svůj časopis v Ústeckém kraji zdarma.



Ústecký kraj

KZ Krajská zdravotní, a.s.
nemocnice Ústeckého kraje

AGC

rcc
realcentrum cars s.r.o.

skyner
realty

WU
www.usti-nad-labem.cz

Chomutov

EUC KLINIKA

MOST
STATUTÁRNÍ MĚSTO

ACME
DOMÁCÍ PÉČE s.r.o.

ACME
DOMÁCÍ PÉČE s.r.o.

PKÚ
PALIVOVÝ KOMBINÁT ÚSTÍ S. P.

město
LITVÍNOV

TIRÁŽ

Seniorské listy www.facebook.com/seniorskelisty, www.seniorskelisty.cz | Seniorské listy, zpravodajský a servisní čtvrtletník seniorů v Ústeckém kraji
| Vydání LÉTO 2019, 3. 9. 2019 | Distribuce v nákladu 70 000 bezplatných výtisků je adresná klubům, spolkům, sdružením, obcím a městským úřadům a magistrátům, zdravotnickým zařízením a ordinacím praktických lékařů, lékárnám, úřadům práce, seniorským komunitám, nadacím, charitativním organizacím a veřejným institucím prostřednictvím České pošty, s. p. Volné výtisků jsou k dispozici v informačních centrech měst a obcí
| Periodikum je registrováno Ministerstvem kultury České republiky pod číslem MKCRE22171 | Vydavatelem Seniorských listů je Media Concept, s. r. o., IČ 02750686, se sídlem 17. listopadu 7, 400 10 Ústí nad Labem, zmocněnec Rady seniorů Ústeckého kraje | Četnost vydání: 4 vydání v kalendářním roce | Tiskne: Europrint, a. s.
| Redakce: Daniel Mareš, tel.: 607 154 021, Gabriela Zlámalová, tel.: 605 262 193, e-mail: info@mediaconcept.cz, Masarykova 119, 400 01 Ústí nad Labem | Inzerce, distribuce: Mgr. Miroslav Pakosta, tel.: 602 464 749, e-mail: miroslav.pakosta@mediaconcept.cz | Nevyžádané příspěvky nevracíme, neoznačené fotografie pocházejí z archivu redakce.

Lipová je Vesnicí roku Ústeckého kraje

Lipová | Vítězem krajského kola soutěže Vesnice roku se stala Lipová na Děčínsku.

Lipová získala zlatou stuhu, milion korun od ministerstva pro místní rozvoj a 300 tisíc od Ústeckého kraje, modrá stuha za společenský život putovala do Lukavce na Litoměřicku, bílou stuhou za činnost mládeže se pyšní Košnice na Lounsku, zelenou stuhu za péči o zeleň a životní prostředí získaly Lovečkovice na Litoměřicku a oranžovou stuhu za spolupráci obce a zemědělského subjektu si připnou Blšany u Loun.

Kromě čestných uznání a diplomů byla udělena také Cena naděje pro živý venkov, kterou za svůj pestrý kulturní a společenský život získala obec Cítoliba na Lounsku a ocenění inovativní obec, které získaly Mšené lázně. Vítězové krajských kol postupují do celostátního kola. Vyhlášení se uskuteční 14. září v Luhačovicích. (sl)

Na příspěvek na pomůcky dosáhne širší okruh lidí

Ústecký kraj | Širší okruh postižených lidí nově dosáhne na příspěvek na takzvané zvláštní pomůcky. Novela zákona, kterou musí ještě podepsat prezident, počítá i s tím, že nárok na plnou dotaci na pořízení automobilu by nově měli mít i postižení s vyššími příjmy.

Nově na příspěvek dosáhnou také osoby s těžkým onemocněním srdce, plic a cév v dolních končetinách.

Příspěvek by mohl být poskytnutý například na plošiny, rampy, schodištvé sedačky a elektrické skútry. Bez těchto pomůcek se postižení, na něž by se měl zákon nově vztahovat, podle předkladatelů neobejdou. Novela počítá i s tím, že příspěvek na automobil by mohli získat i postižení lidé bez funkčních rukou. Příspěvek na pořízení vozidla může činit až 200 tisíc korun. (sl)



V Ústí připravují Den seniorů a vyhlášení SenArtu

Ústí nad Labem | Vyhlášení vítězů soutěže Ústecký SenArt 2019 se tradičně uskuteční v rámci oslav ústeckého Dne seniorů. Svůj svátek dříve narození oslaví ve velkém sále kulturního domu 7. října od 14 hodin.

V kategoriích obraz, fotografie a rukodělná práce se sešlo

necelých dvacet soutěžních děl. „Seniori nám poslali spoustu krásných obrazů i fotografií, dokonce tentokrát soutěží i ručně vyrobený šperk z oliva a kamenů,“ říká tajemnice ústecké rady seniorů Lenka Jaremová.

Díla budou vystavena na Dni seniorů v přísálí kulturního domu. Den seniorů v Ústí nad

Labem je opět plánovaný ve velkém stylu. Kromě pestrého zábavného programu, včetně vystoupení tanečnicků z domu dětí a mládeže, organizátoři slibují i bohatý raut.

Ústecká rada seniorů už pomalu připravuje další ročník SenArtu 2020, jehož vyhlášení je naplánováno na jaro. (sl)

Šaty inspirované cibulákem

Dubí | Zajděte si na výstavu kolekce šatů oděvní výtvarnice Evy Stolařové, která se koná v prostorách Domu porcelánu s modrou krví v Dubí.

Eva Stolařová v Dubí vystavuje svou kolekci Porcelánových šatů, kterou vytvořila

u příležitosti 155. výročí Českého porcelánu. Tato kolekce oslavuje tradici výroby porcelánu s cibulovým vzorem, jehož je autorka velkou ctitelkou.

Výstava je k vidění až do 25. září. (gz)

Umělec, jehož obraz má i Karel Gott, maluje se seniory

Ústecký kraj | Litvínovský malíř a sochař Pavel Lakomý vystavuje a tvoří už několik let. Jeho obraz má třeba i Karel Gott. V současné době začal pořádat workshopy pro seniory.

„Malování se seniory je příjmem pro obě strany. Oni mají díky tomu pestřejší odpoledne plné nových vjemů a zážitků, objevují své skryté vlohy a rozvíjí fantazii. Zároveň rehabilitují, například nemohoucí či špatně ohýbající se prsty. Kromě pocitu, že jsou v centru dění je to povzbuzující a relaxační prvek, který zanechává



i hmatatelný výsledek,“ říká sám autor Pavel Lakomý.

Workshopy trvají zhruba 2,5 hodiny a konají se v různých částech Ústeckého kraje. (gz)

Sever
Český rozhlas



V Ústeckém kraji
posloucháme
Český rozhlas
Sever

sever.rozhlas.cz

Invalidním důchodcům se sníží limit doplatků za léky

Ústecký kraj/Praha | Pro invalidní důchodce třetího stupně bude od roku 2020 ochranný limit doplatků na léky na recept 500 korun. Dosud dostávali zpět až částku nad 5 000 korun jako ostatní zdraví dospělí.

„Nově od doplatků ulevíme osobám, které kvůli zdravotním problémům nemohou pracovat a doplázení na léky je pro ně zatěžující. Od 1. 1. 2020 snižujeme limit doplatků na léky u invalidních důchodců ve 3. stupni a osob uznávaných invalidními ve 2. nebo 3. stupni z 5 000 Kč na 500 Kč,“ uvedl na twitteru ministr Adam Vojtěch. Podle něho se to bude týkat asi 200 000 lidí. Osoby uznané invalidními bez přiznaného důchodu jsou lidé, kteří nespĺnili podmínku doby pojištění, tedy odpracovaných let.

Pojišťovny vrací částku, kterou zejména starší senioři zaplatili navíc nad takzvaný



ochranný limit, který je pro starší 70 let stanovený na 500 korun, u mladších seniorů

a dětí na 1 000 korun. Loni vplatily za celý rok přes 560 milionů korun. (sl)

DOPLATEK

Od roku 2018 se maximální možná roční částka, kterou mohou lidé doplácet na léky, snížila dětem a seniorům. Předtím byla hranice 2 500 korun, od letošního roku jim zdravotní pojišťovny vrátí přeplatek nad 1 000 korun a důchodcům starším 70 let nad 500 korun. Ostatní mají hranici 5 000 korun.

Krušnohorským nej lidé zvolili Thermalium

Teplice | Nultý ročník soutěže Krušnohorská nej má svého vítěze.

Veřejnost nejprve nominovala jedenáct novinek roku 2018, které si podle návštěvníků zasloužily ocenění a patří k tomu nezajímavějšímu a nejlákavějšímu, co destinace Krušné hory nabízí.

Tři měsíce trvalo hlasování na sociálních sítích a nejvíce hlasů získalo Thermalium Teplice. „Výsledky hlasování se do poslední chvíle měnily. O první místo bojovalo Thermalium

Teplice s Moldavskou dráhou. Nakonec rozhodly hlasy na facebooku“ uvedla k soutěži mluvčí skupiny SPO-NA, jež soutěž pořádá, Eva Maříková.

V příštím roce bude soutěž pokračovat tentokrát už prvním ročníkem. Plánovanou novinkou soutěže by mělo být propojení s německou stranou Krušných hor. V roce 2020 by se tak volily dvě nej novinky – jedna česká, druhá německá. (sl)



Žatecké taxy pro seniory od září zlevní

Žatec | SeniorTaxi ve městě využívá už přes dvě stovky seniorů a zájem o něj stále roste. Aby bylo co nejdostupnější, schválili žatečtí radní novinku – od 1. září se jízdné sníží. Za jednu jízdu tak senior zaplatí dvacet korun místo dosavadních třiceti.

„Službu SeniorTaxi zavedl Žatec letos v dubnu a je určena

pro občany nad 65 let. Taxi je vozí po městě, zejména k lékárně či na úřady, za zvýhodněnou cenu. Hlavní část nákladů taxislужby pro seniory hradí radnice. Výhodu mohou využívat občané Žatce a místních částí Bezděkov, Milčeves, Radičeves, Trnovany, Velichov a Záhoří,“ říká Tomáš Kassal ze žatecké radnice.

Jízdu SeniorTaxi je nutné objednat minimálně den předem na dispečinku 415 710 295. SeniorTaxi si ale může objednat jen registrovaný uživatel. Registrace se provádí na odboru dopravně-správních agend. Nutná je průkazová fotografie, zaplacení poplatku 20 Kč a předložení osobního dokladu. (gz)

Na Zahradu Čech výhodněji

Litoměřice | Populární zahradnický veletrh Zahrada Čech se blíží. Brány výstaviště se otevřou 13. září. To největší výstava svého druhu nejen na severu Čech zaměřená na všechny zahrádkáře, chalupáře, kutily, zahradníky a milovníky přírody začíná. Otevřeno bude denně od 9:00 do 17:00 hodin až do 21. září. V předprodeji na litoměřickém Mírovém náměstí senioři zaplatí stokorunu, na místě pak 120 korun. Posledním dnem předprodeje je 12. září. (gz)

Pro seniory chystají Maxika i obálku

Ústí nad Labem | Dva projekty na podporu seniorů se rýsují v Ústí nad Labem. „Podali jsme žádost o zařazení do projektu Taxik Maxik. Město by tak mohlo získat velkoprostorové vozidlo a příspěvek na první rok provozu,“ uvedla tajemnice Rady seniorů města Ústí nad Labem Lenka Jaremová. Vůz by sloužil na přepravu seniorů a hendikepovaných osob. Zároveň se Ústí zapojí do projektu Seniorská obálka. Jde o tiskopis, ve kterém senioři vyplní informace o tom, kterými nemocemi či alergiemi trpí a jaké berou léky. Obsahovat bude i kontakty na jejich blízké. Obálku pak umístí v bytě na viditelném místě pro případ zásahu záchranářů. „O distribuci a volném stažení na webu města budeme včas informovat,“ dodala tajemnice seniorské rady. (sl)

Minibusem pohodlně do zoo i na zámek

Děčín | Nízkopodlažní minibus na turistické lince číslo 216 jezdí mezi děčínským zámekem a zoo do 29. září. Senioři nad 65 let, kteří se prokáží osobním dokladem, mají jízdné za 5 korun a lidé od 70 let jezdí úplně zdarma. Linka jede každou hodinu, první autobus vyjíždí ze směru od zámku do zoo v 8:55, poslední v 17:55. Linka stává u Hlavního nádraží, parkoviště u železničního mostu, na Labském nábřeží, v Tyršově ulici, na Masarykovo náměstí a v Myslbekově ulici. (gz)

Ošetření cévním laserem funguje proti žilkám, jizvám i bradavicím

Trápí vás viditelné žilky v obličeji, metličkové varixy nebo jizvy po akné a chcete se vad pleti zbavit natrvalo? Kožní ambulance ústecké EUC Klinika nově provozuje všestranný laser, který má léčebný i kosmetický účinek.

Léčí žilky, hemangiomy, růžovku i akné. Ošetření s ním je prakticky bezbolestné. Jak říká lékařka kožní ambulance Jaromíra Janů, s cévním laserem pracují na ústecké klinice výhradně zkušené dermatologové.

Co je cévní laser?

Naše klinika disponuje od dubna 2019 laserem V-Beam® Platinum. Jedná se o pulsní barvivový laser. Tento laser je určen pro ambulantní ošetření cév do průměru 1,5 až 2 milimetry.

Jak přístroj funguje?



Obecně pracuje na principu selektivní fototermolýzy, kdy dochází k přeměně světelné energie v energii tepelnou. Následkem tepelného působení dochází k destrukci hemoglobinu. Tím dojde k uzavření a postupnému zániku cévky.

V čem je výjimečný?

Tento laser je velmi efektivní, minimálně agresivní a s jeho pomocí se dá řešit rozsáhlá škála kožních onemocnění. Součástí přístroje je patentovaný systém dynamického chlazení kůže DCD pro tepelnou ochranu pokožky při zákroku a větší komfort pacienta.

Na jaká onemocnění je tento laser vhodný?

Cévní laser je vhodný k ošetření rozšířených žilek v obličeji na tvářích a v okolí nosu, dále často ošetřujeme

metličkové varixy na dolních končetinách, červené jizvy po akné, senilní hemangiomy, pavoučkové névy, růžovku a další cévní projevy. Výborné zkušenosti máme s ošetřením virových bradavic u dětí i dospělých.

Hradí léčbu cévním laserem pojišťovna?

Tato léčba je nadstandardní a není hrazena z veřejného zdravotního pojištění, i přesto je však cenově dostupná pro širokou veřejnost.

Jak se pacient může na ošetření objednat?

Pacienti se mohou objednat k ošetření na naší klinice telefonicky na čísle 477 102 207. Dermatologické pracoviště je součástí EUC Kliniky v Ústí nad Labem a nachází se v budově B, Masarykova 2000/92.

ACME domácí péče pomáhá 24 hodin denně 7 dnů v týdnu

Domácí zdravotní péče, hospicová péče nebo neveřejná doprava. To vše může každý z nás někdy potřebovat. V Ústí nad Labem a okolí se můžete s důvěrou obrátit na agenturu domácí péče ACME. „Staráme se o pacienty a poskytujeme odbornou ošetrovatelskou péči v domácím prostředí, pomůžeme s dopravou k lékaři. Nemocným jsme k dispozici nepřetržitě, i o víkendů,“ přibližuje jednatelka ACME Štěpánka Tomsová.

Domácí zdravotní péče

Za pacienty dochází zkušená zdravotní sestra, která provádí zdravotní úkony, které určí praktický lékař nebo specialista. Pomáhá celé rodině s péčí o dlouhodobě nemocného a radí, jak se o svého blízkého starat. Sestry aplikují inzulin, ale i učí diabetiky, aby to časem zvládali sami. Převazují veškeré rány po amputacích, pooperační rány, bércové vředy nebo převazy stomií (vývodů z těla). Nemocní se tak

mohou léčit v pohodlí domácího prostředí a nemusí trávit dlouhé dny hospitalizací v nemocnici nebo v léčebnách pro dlouhodobě nemocné. Služba je hrazena z veřejného zdravotního pojištění.

Hospicová péče

Péče o pacienta v posledních chvílích života. Nemocný tráví čas v domácím prostředí obklopen blízkými. Děti, partner, přátelé k němu mají blíž, než kdyby byl v ústavní péči. Domácí hospicová péče je realizována ve spolupráci s paliativním lékařem s Mobilním hospicovým týmem Krajské zdravotní. Jde o podporu rodinám, které se rozhodly umožnit svému blízkému zemřít v domácím prostředí. Hospicová péče kombinuje péči ošetrovatelskou, lékařskou, psychologickou a duchovní. Tuto službu hradí veřejné zdravotní pojištění.

Neveřejná doprava

Přeprava klientů do zdravotnických zařízení a zpět



v okolí Ústí nad Labem. Odvoz k lékaři si klient objedná telefonicky, řidič ho pak k lékaři dopraví, pomůže se schody a jinými překážkami a případně doprovodí až do čekárny. Po cestě také v případě potřeby vyzvedne léky z lékárny nebo zdravotní pomůcky.

KONTAKT

ACME Domácí péče s.r.o.
Železničářská 908/24
Ústí nad Labem
400 03
E-mail: info@acmepece.cz
Telefon: 475 216 331
Web: www.acmepece.cz

Senioři vyzdobili nemocnici

Ústí nad Labem | Když pobývala pedagožka ústecké univerzity Jitka Kratochvílová se svojí pětiměsíční dcerkou v nemocnici, napadlo ji zpříjemnit malým pacientům tyto prostory. Proměnou tak prošlo dětské oddělení ústecké Masarykovy nemocnice hlavně díky posluchačům Univerzity třetího věku Univerzity Jana Evangelisty Purkyně.

„Oslovila jsem svoje posluchače z kurzu Malby Univerzity třetího věku a ti byli návrhem nadšení. Naprosto nezištně a dobrovolnicko se k akci přihlásili,“ dodává.

Parta jedenácti univerzitních seniorů obsadila chodby dětského oddělení a během jednoho dne je vyzdobila celkem šestnácti motivy pohádkových



a večerníčkových postavíček. Na přípravu přitom měli jen pár týdnů. Současný prostor oddělení je nyní od předchozího k nepoznání a místní sestřičky i děti z toho mají radost. „Moc mým babičkám

a dědečkům děkuji, že se místo pohodličky u bazénů či dne stráveného na zahrádce zapojili tak nezištně do tak krásné akce. Mám je moc ráda a jsem na ně pyšná,“ uzavírá pedagožka UJEP. (gz)

Cyklorikša už jezdí ve Velkém Březně

Velké Březno | Cyklorikša, která slouží pro vyjíždky seniorů, je ve světě oblíbeným a rozšířeným vozítkem. V Ústí nad Labem vozí seniory z velkobřezenského domova proškolení dobrovolníci.



Vyjíždky jsou směřovány na Labskou stezku, která prochází v těsné blízkosti. „První dojmy a emoce z projížděk, kdy seniory mohou vyjet bezpečně s doprovodem na stezku, jsou velice pozitivní. Jak seniory sami, tak vedení domova se shoduje v tom, že jde o příjemné rozptýlení a zájem je veliký,“ říká Romana Macová z ústeckého magistrátu. (gz)

POLICEJNÍ PORADNA | NÁSILÍ NA SENIORECH: STÁŘÍ NENÍ VŽDY KRÁSNÉ

Senioři jsou lidé často osamocení, nemocní, zesláblí, bezradní, vystrašení, lítostiví, nedůvěřiví nebo naopak velmi důvěřiví, a proto mohou být a jsou lehce ovladatelní.

Násilí na seniorech páchané v rodině

Některí staří lidé jsou bohužel vystaveni násilnému chování ze strany členů vlastní rodiny. Takové jednání začíná většinou mírnějšími projevy, jako je okřikování, ponižování, omezování a příkazování.

Nikdy netrpte sebemenšími projevy omezování, útisku a násilí!



V žádném případě nepřipustíte, aby vám vaši rodinní příbuzní říkali: „To ti stačí, to je pro tebe dobré, lepší už to nepotřebuješ, stejně nechodíš nikam mezi lidi.“ Bohužel takové chování se pomalu ale jistě může proměnit ve větší násilí, které pak již nebude ve vašich silách zastavit. Toto jednání je třeba zastavit v samém počátku i za cenu, že své blízké nebudete vidat. Mějte na paměti, že pokud se vám zdá, že danou situaci nezvládáte, hledejte

pomoc u odborníků. Například u lékaře na linkách důvěry, které fungují obvykle v nepřetržitém provozu.

Násilí páchané na seniorech mimo rodinu

Násilí páchané na seniorech někdy bohužel probíhá i mimo rodinu jako forma nedostatečně přiměřené aktivity vyskytující se tam, kde je očekávána s důvěrou, což způsobuje bezpráví, poškození, zranění, bolest či strach starších lidí.

Jedná se o domovy důchodců, seniorské domy nebo penzióny či lůžková zařízení se zdravotní péčí. Personál, který necitlivým přístupem zanedbává

úmyslně či z nedbalosti péči o seniory, se tak dostává do roviny pachatele.

Veronika Hyšplerová,
Policie ČR Ústecký kraj

Důležité telefonní kontakty

Policie České republiky	158
Městská policie	156
Záchranná služba	155
Hasičský záchranný sbor	150
Evropské číslo tísňového volání	112
Život 90 Senior telefon	800 157 157
Elpida – Linka seniorů	800 200 007
Bílý kruh bezpečí	257 371 110

INZERCE


www.kia.com

KIA V AKCI

LIMITOVANÁ LETNÍ NABÍDKA SE ZVÝHODNĚNÍM AŽ

50 000 Kč*



SLEVA
20 000 Kč



VÝKUPNÍ BONUS
10 000 Kč



PŘISLUŠENSTVÍ
10 000 Kč



FINANCOVÁNÍ
10 000 Kč





The Power to Surprise

rcc REALCENTRUM Cars s.r.o., Podhoří 374/2a, 400 10 Ústí nad Labem
 tel: 472 744 039, e-mail: realcentrum.prodej@realcentrum.cz
 realcentrum cars s.r.o. web: www.realcentrum.cz

Kia Stonic. Kombinovaná spotřeba a emise CO₂ (NEDC 2.0): 5,0-6,4 l/100km, 114-146 g/km. *Vybavené zvýhodněním 50 000 Kč vč. DPH zahrnuje Akční slevu 20 000 Kč, Výkupní bonus za starý vůz 10 000 Kč, Originální příslušenství v hodnotě 10 000 Kč a Dodatečný Bonus 10 000 Kč při financování s Kia Select. Nabídka je určena pro individuální zákazník - spotřebitele na nákup jednoho vozu. Podmínky pro firmu a podnikatele žádejte u autorizovaných dealerů Kia. Vybavení vozu je pouze ilustrativní a může obsahovat doplňkovou výbavu. Pro bližší informace navštivte www.kia.com nebo kontaktujte svého prodejce Kia. Nabídka platí do 31.8.2019

POTŘEBUJETE PORADIT?

BYDLENÍ

Rady, jak se orientovat v bytové problematice, ať už jde o klasické nájemní bydlení, bytové družstevnictví nebo bydlení ve vlastním bytě, poskytuje Sdružení nájemníků ČR.

Poradna Sdružení nájemníků ČR

Ústecký kraj
Miroslav Machala
Varvažov 168, 403 38 Telnice
Tel.: 602 956 468
machala.m@volny.cz
Stálé poradenské číslo:
234 46 33 42
Konzultace
Pondělí a středa
od 14:00 do 16:00 hod.
/možnost dohody po telefonu
na jiný termín/

FINANCE

Poradna, pokud jste se dostali do finančních problémů, máte dluhy, hrozí vám osobní bankrot nebo exekuce a podobně.

Poradna při finanční tísní, o.p.s.

Dlouhá 15 (budova B
krajského úřadu)
400 01 Ústí nad Labem
Otevřeno po objednání Út-Pá
Tel.: 411 135 200
Zelená linka: 800 722 722
(každé pondělí 8:30-12:00
a 13:00-17:30)
E-mail: poradna@
financitisen.cz

Nájemní bydlení nefunguje

Rada seniorů prosazuje změnu dávek na bydlení tak, aby více zohledňovaly výši nájmů v jednotlivých místech republiky. Senioři totiž často nevládají ani s příspěvkem od státu rostoucí nájemné ve městech platit a zbývá jim na život jen malá částka. Podle předsedy Krajské rady seniorů Ústeckého kraje Aloise Malého je situace vážná.

Rada seniorů mluví o krizi s nájemním bydlením seniorů. Opravdu je situace tak vážná?

V otázce nájemného bydlení je opravdu situace vážná. V celé České republice zatím nefunguje nájemní bydlení pro seniory. Není vypracován jednotný program, jak by měla města postupovat. Každé město si situaci řeší samo, což při nedostatku peněz je velmi složité.

Vyvíjí Krajská rada seniorů tlak na města a obce v regionu, aby měla nízkonákladové nájemní byty pro seniory?

V Krajské radě seniorů je 16 předsedů velkých klubů z velkých měst kraje. Schází se každý měsíc a mají možnost jednak s vedením svých radnic ohledně této problematiky. Mají také možnost svoje



připomínky zpracovávat do akčních plánů měst v otázkách sociální politiky. Samozřejmě někdo je aktivnější, někdo méně. Krajská rada seniorů vyjíždí dvakrát ročně do měst v kraji. Jedná s primátory, se starosty. Navštěvuje domovy pro seniory a informuje se, jak je o ně postaráno a jak města řeší sociální politiku. Zatím se nám nestalo, že by nám nebylo umožněno si cokoliv prohlédnout nebo nám nebylo na jakoukoliv otázku odpovězeno. Musím říci, že přes velké finanční problémy dělají města vše, co je v jejich silách.

Rada seniorů reflektuje vládní projekt Výstavba, který by mohl levně bydlení pro seniory zabezpečit. Podle rady však města na to nejsou připravena. Má Krajská rada seniorů informace, jaká je situace ve městech v Ústeckém kraji?

Krajská rada seniorů se samozřejmě velmi zajímá o tuto problematiku. Opravdu o tento projekt je zatím malý zájem. Jednak když byl vyhlašován, tak podmínky nebyly dobré. Po velkých stížnostech na ministerstvu došlo loni k úpravě podmínek získání peněz v rámci projektu. Přesto města musí jednak schválit projekt, dát do rozpočtu na příští rok, najít objekt a podobně. Dle mých informací se zatím do projektu moc měst nezapojilo.

Kam konkrétně se mohou seniory v Ústeckém kraji obrátit, pokud se dostanou do bytové krize?

Pokud se senior dostane do bytové nebo jiné krize, musí zajít na sociální odbor ve svém městě, které je povinnou mu pomoci. Někdy to je bohužel zdoluhavé, poněvadž města většinou nemají volné nebo sociální byty. Mám informace, že přes potíže se většinou najde pro konkrétního seniora pomoc a řešení. (sl)

TIP NA VÝLET

Město Litvínov zve do zámku Valdštejnů i na akce

Zámek Valdštejnů v Litvínově, který do dnešní podoby barokního zámku nechal v letech 1732-1743 přestavět František Josef Jirí Valdštejn podle návrhu Františka Maxmiliána Kaňky, je celoročně přístupný. V současné době nabízí několik expozic a výstav. Do 11. ledna příštího roku zhlédnete interaktivní výstavu Litvínovské zámecké imaginárium divadla Bratří Formanů a jejich přátel. Bratří Formanové se svými přáteli výtvarníky obydleli zámeckou galerii loutkami, námořníky, akrobaty, cirkusovým šapitó, pohádkovými imaginacemi, hybohledy a kuklostrojemi, obrázky i divadelními dekoracemi. Povedlo se jim otevřít prostor, kde fantazie nemá hranice, hrát si je povoleno a více než žádoucí. Výstava je rozdělena do několika částí. Přes kouzelný les se dostanete do hýbácho

a hravého cirkusu. Jako hub po dešti je tu naseto hybohledů a kuklostrojů – kouzelných dřevěných bedýnek, které ukrývají drobná panoramata a historky. Stačí zatočit klíčkou, rozpohybovat postavy a příběh začíná...

Trochu recese nezaškodí – výstava Přehlídka nápadů, zručnosti, řemesel a vtipu aneb Vánoce po celý rok nabízí tradiční i zcela netradiční vánoční výzdobu s využitím neobvyklých materiálů. Inspirovat se můžete po celý rok. Ve stálé expozici zámku najdete instalované Sochy Stanislava Hanzíka. V galerii jsou vystaveny busty známých herců R. Hrušínského, V. Brodského, J. Kemra, S. Neumanna nebo oceňovaná díla v zahraničí Svářeč, B. Hrabal. Součástí výstavy jsou fotografie Josefa Sudka a film Petra Skaly o díle akademického sochaře Stanislava Hanzíka. Některé



z vystavených soch se objevily v českém filmu Pupendo.

Do konce tohoto roku zveme na výstavu Hračky a hry dětí ze šlechtických rodin a Hračky Husch vyráběné v Litvínově. Hračky zapůjčili sběratelé Miroslav Smaha a Michal Widenský. Výstava je doplněna historickým nábytkem z Oblastního muzea a galerie v Mostě.

V sobotu 28. září proběhne v Litvínově tradiční Svatomichaelská slavnost ke cti

sv. Michaela archanděla, patrona města a kostela. Připraven bude jarmark, pohádka, minifestival sportu a jiné. Z hudebníků vystoupí Kamil Střihavka a Leaders, připravena bude také dechovka. V pondělí 28. října zveme do zámku na Oslavu sklízně a řemesel. Letos bude zaměřena na oslavu 30. výročí sametové revoluce. Pro návštěvníky bude připraven jarmark, dětské dílničky, lampionový průvod. (pr)

KONTAKT

Litvínov, ul. Mostecká čp. 1
GPS: 50°35'50.656"N, 13°36'37.222"E
Pokladna, informace: tel. 603 151 600,
otevřeno celoročně ÚT-NE 9.00-12.00,
13.00-17.00 hod. Vstupné: dospělí 50 Kč,
důchodci 30 Kč, děti a studenti 20 Kč,
rodinné vstupné 90 Kč.
www.litvinov.cz

Sociální služby? Musí se změnit systém

Spor o financování sociálních služeb v krajích nekončí. A to přesto, že ministryně práce a sociálních věcí (MPSV) Jana Maláčová poslala v červenci na péči o ohrožené rodiny s dětmi, seniory nebo těžce nemocné jednu miliardu korun. Pro Ústecký kraj to bylo necelých sto milionů. Kraji ale chybí další necelá čtvrt miliarda. O další peníze musí žádat prostřednictvím evropských fondů, což je zdoluhavé. Podle šéfky sociálního odboru Ústeckého kraje Petry Lafkové je na čase, aby se změnil celý systém financování sociálních služeb.

Ministerstvo kraji poslalo necelých sto milionů na dofinancování sociálních služeb. Kraj tvrdí, že potřebuje 340 milionů. Co tedy bude následovat?

Ústecký kraj vyčíslil požadavky poskytovatelů sociálních služeb na dofinancování v letošním roce na částku 345 milionů Kč. Jedná se o nejnужnější finance, které potřebuje na mzdy a platy. Totiž v roce 2017 došlo ke dvěma změnám nařízení vlády o platových poměrech, které nebyly v žádostech poskytovatelů zohledněny, ani nebyly zohledněny v přidělené základní alokaci pro kraj na financování sociálních služeb. Požadavky krajů na dofinancování sociálních služeb byly definovány na 2 miliardy Kč. Bohužel kraje obdržely jen 1 miliardu Kč a dalších 1,5 miliardy Kč z Evropských zdrojů prostřednictvím realizace individuálních projektů především z oblasti preventivních služeb, nikoliv pobytových. V srpnu zastupitelstvo Ústeckého kraje schválilo vyhlášení mimořádného termínu dotačního řízení, které je již zveřejněno na stránkách kraje a od 6. do 11.9.2019 budou poskytovatelé podávat své žádosti na dofinancování pouze na platy, mzdy a jejich navýšení a na navýšení zvláštních příplatků za směnnost.

Poskytovatelé sociálních služeb mohou tedy žádat o dofinancování. V čem je tedy problém?

Problém je v celém systému. Kraj má sice na svém účtu finanční prostředky od



26. 7. 2019, nicméně celý proces, než se prostředky dostanou k poskytovatelům, je velmi zdoluhavý. Jde o schválení vyhlášením mimořádného kola dotačního řízení v orgánech kraje – zveřejnění dotačního programu v souladu s rozpočtovými pravidly po dobu minimálně 30 dnů – podávání žádostí – hodnocení žádostí – schválení výsledků rozdělení finančních prostředků v orgánech kraje – podpisy dodatků ke smlouvám a teprve poté může dojít k samotnému vyplacení přidělených prostředků. Řada poskytovatelů byla nucena v souvislosti s nedostatkem finančních prostředků řešit úsporná opatření. Z tohoto důvodu budeme muset skutečně vyčkat podaných žádostí od poskytovatelů, kde vyčíslí své aktuální požadavky a následně budeme moci přijmout nějaké závěry. Výplata finančních prostředků je plánována na začátek října.

Má kraj ještě nějaké další možnosti financování sociálních služeb?

Co se stane, když se všechny potřebné peníze nenajdou?

Nerada bych předjímala další vývoj. Nyní je pro nás důležité rozdělit finanční prostředky mezi poskytovatele a podle výsledků začít individuálně jednat se zřizovateli jednotlivých poskytovatelů o možnosti dofinancování i z jejich strany a podobně.

Kolik peněz dostanou organizace kraje a kolik ostatní poskytovatelé sociálních služeb v regionu?

Rozdělení finančních prostředků bude probíhat transparentně, tedy pro všechny stejně, bez rozdílu zda jde o organizaci kraje, obce či jinou neziskovou organizaci. Nicméně po rozdělení těchto prostředků budeme jednat i s našimi organizacemi ve věci případného dalšího dofinancování z prostředků kraje formou navýšení příspěvku zřizovatele. Na začátku roku jsme totiž evidovali požadavky našich organizací na dofinancování ve výši zhruba 65 milionů Kč.

Kolik zařízení se v kraji stará o seniory a jaký vliv to v péči bude mít?

V kraji máme zhruba 4 763 lůžek pro seniory (z toho 1 225 lůžek zajišťuje kraj a 3 538 lůžek ostatní poskytovatelé). Prozatím nemáme od těchto poskytovatelů avizováno propouštění, tlumení či případně rušení služeb. Každopádně v dané věci probíhá ze strany Asociace poskytovatelů sociálních služeb ČR sběr dat a koncem srpna budou mít kraje informace k dispozici. Z našeho monitorování situace však také víme, že ačkoliv prozatím nedochází k utlumení služeb a podobně, dochází u poskytovatelů ke změnám rozsahu poskytované služby,

ke změnám provozní doby a podobně.

Jaké částky šly na sociální služby v minulosti? Je to víc nebo méně než loni a předloni a kolik potřebují v příštím roce?

V letošním roce se skutečně jednalo o historicky nejvyšší dotace na sociální služby, nicméně v rámci této dotace nebyly zohledněny dvě změny nařízení vlády o platových poměrech z roku 2017. Ústecký kraj podal žádost o dotaci pro rok 2019 ve výši 2 095 223 595 Kč a pro rok 2020 ve výši 2 092 477 768 Kč (v roce 2020 budou realizovány dva individuální projekty na podporu sociálních služeb z Evropských zdrojů, proto je požadavek na rok 2020 nižší oproti roku 2019).

Co bude kraj dělat, aby se letošní krize s financováním sociálních služeb neopakovala v dalších letech?

Již dlouhodobě kraj poukazuje na nutnost změny celého systému financování sociálních služeb. MPSV s touto změnou počítá v rámci velké novely zákona o sociálních službách, kdy by se nově měla dotace poskytovat na tři roky a nově by měla být mandatorní výdajem. Do doby než bude schválena novela, by však bylo potřeba aktualizovat směrná čísla, která jsou pro MPSV závazná při rozdělování dotací pro kraje (výše procentního podílu kraje na celkovém ročním objemu finančních prostředků vyčleněných ve státním rozpočtu na podporu sociálních služeb pro příslušný rozpočtový rok). Po přechodu financování sociálních služeb z úrovně MPSV na kraje v roce 2015 bylo dohodnuto, že se bude jednat o přechodný systém po dobu tří let a poté se vyhodnotí. Dosud se tak nestalo a je potřeba říci, že se sociální situací v kraji (velký podíl nezaměstnaných, nejvyšší počet vyloučených lokalit a celá řada dalších specifík) by to bylo více než žádoucí, aby z úrovně MPSV došlo k novému posouzení těchto procentních podílů. (sl)

STATUTÁRNÍ MĚSTO ÚSTÍ NAD LABEM POŘÁDÁ

OSLAVY



770 LET KRÁLOVSKÉHO MĚSTA ÚSTÍ NAD LABEM



ÚSTÍ NAD LABEM

14. 9. 2019

10–22 HODIN

MÍROVÉ NÁMĚSTÍ
LIDICKÉ NÁMĚSTÍ

PARTNEŘI:



SPOLCHEMIE

MUZEUM
města ústí nad labem

pro
www.vzamepracj.cz



REKULTIVACE
ÚSTÍ NAD LABEM, s.r.o.

JKNstavby s.r.o.

UJEP

DOPRAVNÍ PODNIK
města Ústí nad Labem a.s.

MOKZAS
spol. s r.o.

ZAHRADA ČECH s.r.o.

HELGOS
VÝTAHY

PROGRAM:

MÍROVÉ NÁMĚSTÍ

- 10:00** Doubravanka
- 12:00** Viva Song
- 13:30** Historický průvod
- 14:30** Demowave
- 16:00** Václav Neckář a Bacily
- 17:30** Stará škola
- 19:00** Eliška a Petr Lüftnerovi
- 20:00** Markéta Chladová
s kapelou
- 21:20** Idio & Idio

Dopravní podnik města Ústí nad Labem a.s. letos slaví **120 let** od svého založení.

LIDICKÉ NÁMĚSTÍ

- 10:00** Historická pohádka
o vzniku Ústí
- 11:10** Dům dětí a mládeže
- 11:40** Žonglérské vystoupení
- 12:10** Mistr popravčí a vtipné
ukázky mučení
- 12:40** Dům dětí a mládeže
- 13:00** Historický průvod
- 14:30** Historická pohádka
- 15:00** Dům dětí a mládeže
- 15:30** Kouzelník nejen pro děti
- 16:00** Dům dětí a mládeže
- 17:00** Rytířské ukázky
- 18:00** Historická pohádka
- 19:00** Dům dětí a mládeže

Rytířské ležení, výstava zbraní, historická řemesla, mistr popravčí, kovář, svíčkař, ražba mincí, stylová krůma. Dětské atrakce, historické dílničky a další doprovodný program a soutěže.

ZMĚNA PROGRAMU VYHRAZENA

WWW.USTI-NAD-LABEM.CZ

Jak řešit krizi s nájemním bydlením seniorů?

Podle statistik Rady seniorů ČR, se Česko potýká s krizí nájemního bydlení pro seniory. Zůstat ve stáří sám znamená pro desítky tisíc lidí i existenční pohromu.



Petr Nedvědický

zastupitel Ústeckého kraje, ANO 2011

Naším seniorům vděčíme za všechno, co pro nás udělali a vybudovali. Proto by se města měla snažit zajistit výstavbu bytových domů ve vlastnictví města, a to za podpory státu. Bydlení v těchto domech by mělo být realizováno nájemními byty, kde by vždy bylo několik bytů vyčleněných pro seniory tak, aby mohly vznikat mezigenerační sociální vazby. Město si může dovolit ve svém majetku pro vybrané skupiny určit nájemné nikoli tržní, ale pouze nákladové. A sociální pracovníci mohou být nápomocní při získání již standardních podpor například prostřednictvím příplatku na bydlení a seniore by tak nezatěžovala žádná byrokracie s tím spojená.



Hynek Hanza

zastupitel Ústeckého kraje, ODS

Problematika osamělé žijících seniorů je velmi vážná a díky vysokým nákladům na bydlení mnohdy ne jednoduše řešitelná. Je potřeba pomoci hned z několika stran.

Tou první by měla být rodina, která by se měla postarat o své prarodiče a pomoci jim v nelehké životní situaci. Bohužel není výjimkou, že právě rodině pomáhá již tak finančně přetíženo senior, a pak jemu samotnému nezbyvá. Nejsou vzácností ani případy, kdy se senior dostal do tíživé finanční situace právě díky svým potomkům, kterým chtěl pomoci a dnes za ně splácí jejich dluhy. Tou druhou je senior sám, který musí zvážit svou životní situaci a pokusit se ji vyřešit například společným bydlením s jiným seniorem či výměnou nebo prodejem velkého a nákladného bytu za menší levnější. Samozřejmě i senior sám se může rozhodnout majetek prodat a využít například domova důchodců či jiného zařízení pro seniory. Bohužel kapacita těchto zařízení není neomezená a mnohdy je velmi těžké najít volné místo v takovém zařízení. Zde by opět měla na prvním místě pomoci rodina. Ovšem v mnoha případech senior pomůže rodině právě nemovitým majetkem, který vlastní a odchází do domova důchodců de facto bez finanční rezervy. Třetí stranou, která by měla přispět k důstojnému stáří našich seniorů, je veřejný sektor (stát, kraje, obce), který zřizuje tato sociální zařízení pro seniory, resp. financuje jejich provoz ze svých rozpočtů. Zároveň stát disponuje tzv. příspěvky na bydlení, které mohou seniory ve finanční tísní čerpat a pomoci tak své finanční situaci. Stát může tento nástroj přizpůsobit či změnit dle potřeb a možností státního rozpočtu.

Město Teplice řeší tuto situaci tzv. Domy pro seniory s malometrážními obecními byty, které nabízí teplickým seniorům nad 68 let s významně regulovaným nájemným.



Pavel Csonka

zastupitel Ústeckého kraje, ČSSD

Ekonomická situace seniorů je skutečně v naší zemi nelichotivá. U každého seniora – důchodce je situace různá. Tím mám na mysli, zda důchodce žije sám nebo s partnerem, zda žije na vesnici či ve městě, ale hlavně také v jakém městě. Velký vliv na finanční situaci má i zdravotní stav, protože výdaje za léky jsou značnou položkou rozpočtu každého důchodce. Obecně tvrdím, že v 90. letech se ve spoustě našich měst, kde se vlády ujala zejména pravcová uskupení, naprosto nesmyslně privatizoval majetek měst a obcí a to až do úplného „vyždímání“ a to včetně bytového fondu. V té době to byl pro města zdroj příjmové stránky rozpočtu. Když přirovnám příjmy měst z prodeje bytového fondu, tak z počátku to byla řeka příjmů, postupně říčka, potok a nakonec koryto toku vyschlo úplně. Bohužel, tato města a obce nejsou schopny dnes regulovat bytovou politiku, protože ta je v rukou leckdy obchodníků s chudobou. Dnes to vidí a takto vnímá spousta nových zastupitelů, starostů a radních.

Mojí mamince je necelých 80 let a jako bývalá ošetřovatelka z interny, kde byla velmi těžká práce, pobírá dnes starobní a vdovský důchod cca 12 000 Kč. Za celoživotní dřinu si fakt nic neužije, naopak má problémy vyjít i v malém bytě, za který včetně energií dnes zaplatí cca 6 000 Kč/měsíc. Zbytek je na

jídlo, léky, telefon... Ráda by dopřála nějaký dárek vnučatům a pravnoučátkům, ale to už je nesmírně těžké a jak se říká, radši si „utrhne od huby“. Šetří s vodou, energiemi a v zimě radši vypíná topení. No a o nějaké kultuře, výletech a rekreacích radši ani nepřemýšlí, i když jako synové jí to rádi zaplatíme. Vždyť nás celý život vychovala. To je smutné, že? Na druhou stranu, když vidím, jak stát podporuje „nemakačenka“, který nepracuje celý život, a dokonce k tomu vede i své děti, tak je mi z toho špatně. Zde se musí peníze velmi silně ubrat a přidat důchodcům. Jako jednu z cest vidím, aby města, která si rozprodala svůj bytový fond, co nejdříve začala s výstavbou nového bydlení určeného zejména pro seniory a hlavně za přiměřené nájemné. Poté může město regulovat, ale i ovlivňovat bytovou politiku ve svém městě. Současně by měl náš právní řád zareagovat v oblasti sociálních dávek konečně nejen na princip solidarity, ale také hlavně na princip zásluhovosti.



Pavel Vodsedálek

zastupitel Ústeckého kraje, KSČM

Na tuto otázku je dost složité odpovědět, tyto problémy již vznikly při celkové privatizaci bytového fondu, který byl ve vlastnictví státu, měst a obcí, kde jsme jako zastupitelé proti této privatizaci vystupovali. Bohužel jsme byli přehlasováni a bytový fond se skoro celý zprivatizoval. Velmi se zpomalila výstavba bytů jako takových a budovaly se byty pro majetné, kteří si to mohli dovolit. Stát se své role ve výstavbě nových dostupných bytů úplně vzdal, nechal to v rukách soukromých firem, které na tom samozřejmě vydělávaly. V současné době lze řešit tuto situaci pouze přijetím zákonů o dostupném bydlení platném pro naši zemi. To musí konat vláda, parlament ČR. Další nutnost je zahájení podpory výstavby nájemních bytů pro města a obce, kterým by zůstaly ve vlastnictví a mohly by regulovat nájemné, ovlivňovat, kdo v těchto bytech bude žít (opět nutné řešit na vládě, v parlamentu ČR). Ne jen o těchto věcech stále hovořit, ale začít skutečně tyto úkoly naplňovat a podporovat. V neposlední řadě by bylo možno ještě podporovat výstavbu Domovů pro seniory, které by zůstaly ve správě obcí a měst.



Dominik Hanko

zastupitel Ústeckého kraje, SPD-SPO

Jde o hodně vážný problém, který by se měl řešit co nejdříve. Společensko-ekonomický vývoj je bohužel nastaven tak, že tento problém je pouze na začátku a bude se dále prohlubovat. Ceny nemovitostí a s tím spojené platby za bydlení, provozní náklady, strava, léky doprava atd. stoupají daleko rychleji, než je samotná valorizace důchodů. Je potřeba na to zareagovat co nejdříve a myslím, že sociální návrhy, které uvedu, by nejen seniorům, ale i pracujícím rodinám hodně pomohly.

V prvním případě by se měl svázat minimální důchod s minimální mzdou (13 350 Kč) a od této částky zásluhově. V dnešní době je spousta důchodců, kteří berou důchod pod hranici deseti tisíc a pokud je tento senior odkázan jen sám na sebe, tak mu jeho příjem nestačí ani na bydlení, natož na jídlo.

Zvyšování důchodů by se mělo dělat všem o stejnou částku, protože procenty se dále rozevírají sociální nůžky a senior s menším důchodem dostane přidáno méně, i když chleba má pro všechny stejnou cenu. Dalším řešením je nezvyšovat věk odchodu do důchodu. Věk odchodu do důchodu by měl být stanoven na 65 let u bezdětných občanů, na 64 let u občanů, kteří vychovali jedno dítě, 62 let u občanů, kteří vychovali dvě děti a 59 let u občanů, kteří vychovali tři a více dětí. Měla by být zachována druhá podmínka odpracovaných 35 let, do kterých se počítá mateřská péče.

Dále navrhuji důchodovou reformu spojenou s podporou demografického růstu. Podpora demografického růstu musí být realizována prostředky, které nebudou motivovat nepřizpůsobivé občany, ale naopak poskytnou sociální jistotu řádně pracujícím rodinám, že mít děti je nádherný životní plán, který stát plně podporuje.

Dále je potřeba získat více peněz na podporu seniorů tím, že se zastopují výplaty sociálních dávek občanům, kteří nepracují a práci opakovaně odmítají. Všechny sociální dávky nahradí jedna dávka sociálního minima. Strop bude stanoven na 20 % minimální mzdy pro jednotlivce a na 70 % minimální mzdy u rodiny s dětmi. Občanům, odmítajícím práci, tak bude nabídnuta možnost zvážít výhody vyplývající z poctivé práce.

Toto jsou kroky, které by se měly realizovat co nejdříve.

Miroslav Rada: U Horníčků jsem

Je držitelem prestižní fotografické ceny Czech Press Photo. Jeho fotografie jsou nedílnou součástí médií na severu Čech už desítky let. Právě připravuje výstavu svých fotografií v Senátu. I když je Miroslav Rada v důchodovém věku, stále aktivně pracuje a věnuje se svým zálibám. Jako senior prý má méně volného času než za svého mládí.

Překročil jste sedmdesátka a stále jste aktivní fotograf. Proč nejste klasický důchodce?

Já jsem důchodce. Ale zároveň pracuji na úvazky. Třeba pro Deník, na autodromu v Mostě, fotím si pro zábavu, pracuji jako aktivista na hradě Rýzmburk. S přáteli zde zabezpečujeme hrad, aby nespadol a děláme tam různé akce. To je můj koníček a já jsem ve spolku zároveň tiskový mluvčí. Mám to na hrad coby kamenem dohodil. Odstěhoval jsem se do Oseka poté, co jsem zanechal aktivní činnosti fotoreportéra. Za celoživotní úspory jsem tu postavil dům a dneska tu velmi spokojeně žijeme.

Ale jste také sportovec...

Hraji stolní tenis stále. Jsem jeden z nejstarších stolních tenistů v České republice. Hraji okresní přebor a občas zaskakuji v krajské soutěži. Před více než sedmi lety jsem také začal aktivně běhat. Do vrchu, je tady pro to ideální terén. Běhat jdu tak třikrát až čtyřikrát týdně. Když není pinčes, tak jdu prostě běhat. Vždy tak dvě až tři hodiny, na trase je převýšení až osm set metrů. Stále to jde. Tedy, když doběhnete a sednete si do křesla, tak cítíte, že to bolí. Ale vespím se a druhý den mohu jít běhat zase.

Jak odpočíváte?

Nevím. Zjistil jsem, že důchodce jako já vlastně nemá na nic čas. Protože se stále něco děje.

A co vaše výstavy? Máte jich spoustu.

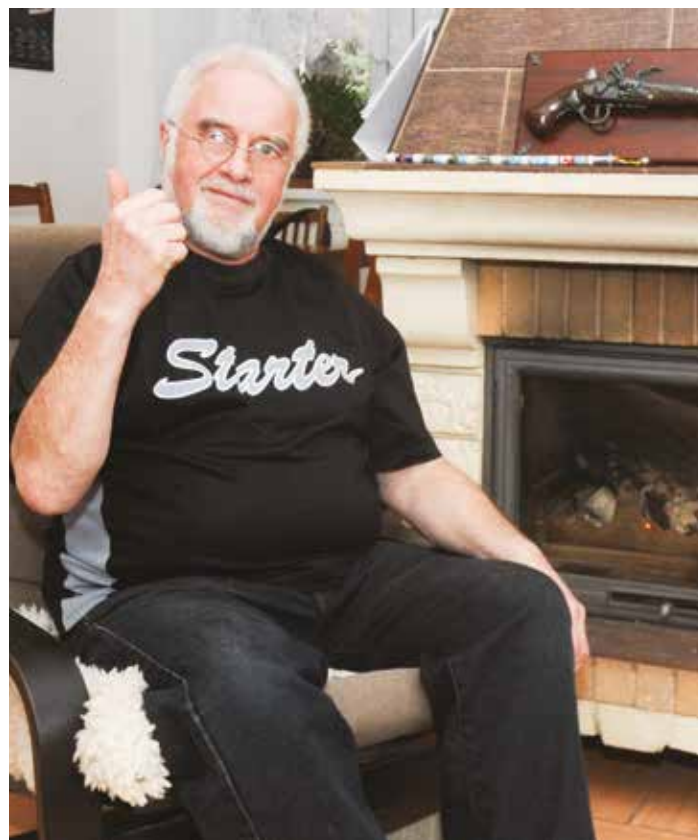
Chodí hodně lidí, což mě strašně těší. Předloni jsem měl výstavu, kde jsem představil svou celoživotní práci. Navštěvníci mohli vidět necelých tři sta mých fotografií. Byly to fotografie od roku 1989, kdy jsem jako fotograf nastoupil do tehdejšího Průboje, až do dnešní doby.

A v září je vernisáž výstavy vašich fotografií v Senátu...

Výstava se jmenuje Uhlí a samet a vernisáž je 6. září. Nápad vznikl spontánně na setkání přátel zámku Jezeří. Velkoformátové černobílé fotky připomenou třicetileté výročí teplických ekologických demonstrací a raná devadesátá léta, kdy se rozhodovalo o limitech těžby.

Která z vystavovaných fotografií je pro vás nejmilejší?

Není jedna... spousta fotek má atmosféru té doby. Třeba když se v Libkovicích stavěla



úplně poslední májka, než obec musela ustoupit těžbě. Nebo když princ Charles a pak také i nizozemská královna Beatrix přijeli na Jezeří, kde slíbil pomoc při záchraně zámku, aby ho nespolkla šachta. Mám rád i fotky Václava Havla, který navštívil Libkovicce. Byl tam jako občan, ne jako prezident.

Jak jste se vlastně dostal k focení? V roce 1989, kdy jste nastoupil do Průboje, to jste nebyl student po škole.

Před tím jsem dělal v Ústí nad Labem, naposledy před revolucí v Pozemních stavbách, kde jsme vydávali tamní podnikové noviny. Dostal jsem hned po revoluci nabídku jít do Průboje, tak jsem šel. Tehdy ta práce byla úplně jiná než dnes. Fotilo se na kinofilmy, nikoli digitálně jako dnes, kdy fotografii můžete přímo poslat do redakce z místa pořízení. Měl jsem tehdy obrovský rádius. Od Jablonce a Liberce až po Chomutov a Louny. Ráno jsem vstával v sedm a vracel se v deset večer a měl za den najety stovky kilometrů. Jeden hokej byl v Liberci,

druhý v Kadani a to jsme museli stihnout nafotit. A pak ty filmy ještě vyvolat, aby se to stihlo do vydání. Aby to šlo, tak se třeba z Liberce filmy posílaly autobusem. Nebo jsem filmy vyvolával v autě během cesty. To si dnes nikdo ani nedokáže představit.

Byl přechod z klasického focení na digitální složitý?

Když nad tím přemýšlím, tak pravdou je, že když jsem dostal první počítač a měl posílat fotky, tak jsem si říkal, panebože, co to po mne chtějí? Nakonec jsem se to ale naučil. Když jsem dělal pro ČTK, tak to ani jinak nešlo, protože tam záleží na rychlosti. Ale dneska již techniku používám běžně a je to samozřejmě mnohem jednodušší než v minulosti. Můj největší zážitek byl, když jsem s teplíckými fotbalisty vyjel do Glasgow, kde hráli pohár. Náš „ajťák“ mi řekl, jak to tam asi budu muset udělat, ale na místě jsem zjistil, že jsou tam jiné přípojky. Naštěstí tam byl fotograf z ČTK, který tomu rozuměl a podařilo se mi s jeho pomocí odeslat dvě fotografie. To byly nervy.



Miroslavu Radovi nabídl první místo fotografa Jaroslav Haidler.

Foto: archiv MR

dostal čočkovou polévku

Takže se nakonec stala digitální fotografie přítelem?

Ano. Ale digitalizace má i svá negativa. Dneska má každý mobil s fotoaparátem a cítí se být fotografem. Dříve bylo na akci několik profesionálních fotografů, kteří tomu rozuměli a věděli, co je třeba. Dnes se sem nahrnou stovky lidí s mobily v rukách a každý se díky tomu cítí být téměř profesionál.

Kam jste se jako fotograf dostal?

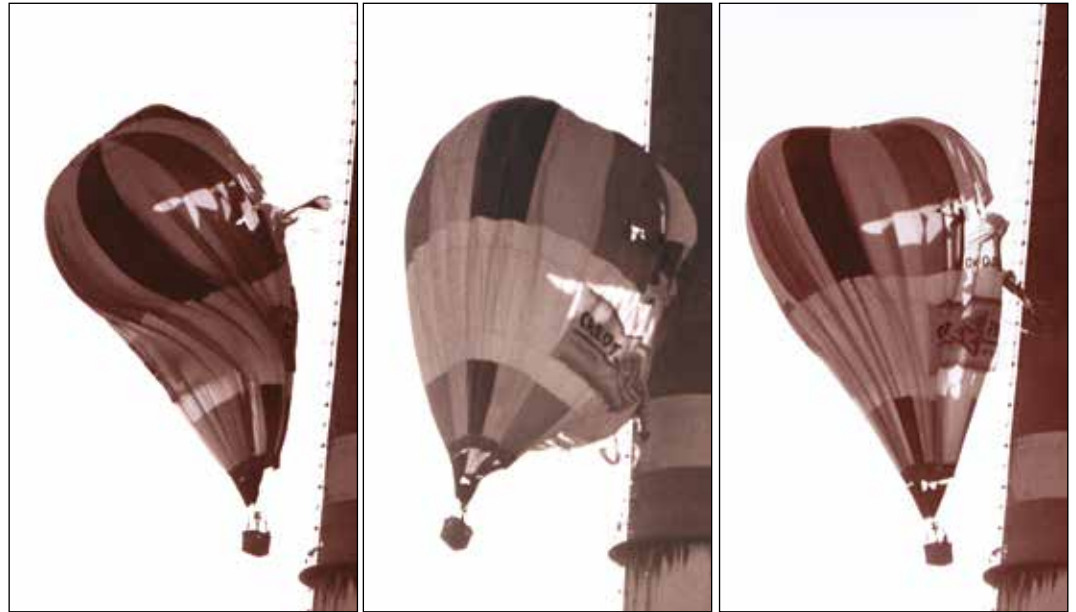
Byl jsem v Anglii, Rusku, Holandsku, v Barceloně. Vše s teplejšími fotbalisty. Ale dělal jsem třeba zakázky pro cestovní kanceláře, takže jsem byl třeba v Maroku.

A top událost, kterou jste fotil?

Pro mne je každé focení top událost. Já se při fotografování strašně potím. Tak jako při focení se nezpotím ani když běžím na Stropník. Když mi na něčem záleží, tak ze mne prostě začnou lít litry potu. Třeba v novinách, když jsem věděl, že se něco stalo a jel na místo, už to začínalo cestou. Honilo se mi hlavou: Přijedu včas? Bude tam co fotit? Pustí mne tam policisté? A to vás svíralo již od začátku a já se potil a potil. Nakonec se to ale většinou povedlo.

Určitě si ale vzpomenete na fotografování nějaké osobnosti, na nějaký nesmazatelný zážitek...

Mám velkou vzpomínku na jednu humornou příhodu, za kterou stál někdejší ústecký primátor Lukáš Mašín s Pepou Formánkem. Vymysleli si zvěst, že do Ústí přijede Woody Allen. Šel jsem tehdy za zástupcem šéfredaktora, ten se divil a říká: Jestli ho nafotíš, máš obrovskou prémii. Primátor to tehdy rozhodil po všech redakcích a tak tam bylo více štábů. Chodili jsme kolem hotelu Vladimír a koukali na sebe a čekali. Ve dvanáct přijela limuzína, z ní vystoupil primátor a člověk v zeleném hubertusu. S ním jsem se nechtěl bavit a šli rovnou do hotelu. Snažili jsme se nějaké informace zjistit, ale



Za sérii fotek balonu, který narazil do komína trmické teplárny, získal Miroslav Rada cenu Czech Press Photo.

Foto: Miroslav Rada

nikdo nám nic neřekl. Nakonec souhlasili s pár otázkami. Naštěstí tam tehdy byla stážistka z četky, která uměla perfektně anglicky. A té se nezdála jeho angličtina. A nakonec zjistili, že Woody Allen je ten samý den v New Yorku u soudu. Byl to nějaký chlapík z chemičky a všechna média na to naletěla. A druhá událost je z opačného ranku. Výbuch ruského tanku v Bohosudově, při němž zahynulo osmnáct ruských vojáků. Tam jsem se dostal s hasiči a tehdy jsem se opravdu bál. Jeden ruský voják natáhl samopal a co že tam dělám. Nakonec jsem vše nafotil, ale co se stalo, jsem si uvědomil až venku. Nebezpečných situací člověk zažije více, třeba na demonstracích extremistů. Jako reportér nemůžete stát v zadu, musíte do centra dění.

Jaká osobnost, kterou jste fotil, vám nejvíce přirostla k srdci?

Je těžké si vzpomenout. S některými politiky jsem prožil třeba celé dny, ale nedá se říci, že mi někdo úplně speciálně přirostl k srdci. Prolezl jsem i byty mnoha celebrit. Ale na koho opravdu vzpomínám, je Miroslav Horníček. Jednou na Silvestra jsem se nablind vydal do Kytlice a zavzvonil u nich u domu. Otevřela paní Horníčková a ptala se, co potřebuji. Tak jsem řekl, kdo jsem a jestli

by pan Horníček něco pěkného neřekl k Novému roku lidem do novin. Pozvali mne dále, dostal jsem čočkovou polévku. A pan Horníček povídal a povídal, já se ani na nic nemusel ptát. Tehdy jsem si uvědomil, co je to za osobnost. A také pamatuji na poslední dny Vlastimila Brodského. Byl jsem u něho na chalupě asi dva týdny před jeho smrtí.

Jste držitelem ceny Czech Press Photo za havárii balonu v Trmčicích. Jak jste se k tomu dostal?

Byla to vlastně trochu náhoda a štěstí. Jel jsem z redakce domů a z dálnice u teplárny vidím nádherný balon. Tak jsem zastavil a čekal jsem, až se balon dostane mezi komíny, protože jsem si říkal, že to bude hezká fotografie. Najednou přijel jeep s vysílačkou a že hledají místo na přistání. Připravil jsem si teleobjektiv a fotím balon mezi komíny a najednou pink, balon visí na jednom z nich. Z auta zaznělo jen: A je to v pr... a někam odjeli. Ten balon naboural, pak se utřhl, spadl asi deset metrů a pak znovu na komín. Viděl jsem jen, jak se hlavy v koši schovaly. Naštěstí koš uvízl hned vedle žebříku a lidem se povedlo zachránit. Vše jsem nafotil, jedu zpět do redakce, a musely se samozřejmě předělat noviny. Když jsem jel pak domů

podruhé, na dálnici stáli kolegové a fotograf Libor z ČTK na mě, že jsem dvojka a jedu pozdě. A já na něj – já mám nafoceno, jak nabourali. Nechtěl mi to nejdříve ani věřit. Byl jsem ale svědkem i havárie balonu u Litvínova, kterou mám také nafocenu. Od té doby mne nikdo nechce k balonům pouštět.

Jak dlouho ještě budete pracovat?

Dokud budu chodit a běhat a dokud a udržím fotoaparát ve svých rukách. Kdybych nemohl nic dělat, tak bych se strašně nudil. (s)

PROFIL

Fotograf Miroslav Rada se narodil 21. února 1948. Žije v Oseku na Teplicku. Pracoval desítky let v médiích. Začal fotit pro podnikové noviny Pozemních staveb a profesionálním fotografem je od roku 1989, kdy nastoupil do tehdejšího Průboje. Fotil například pro Deník, Českou tiskovou kancelář nebo Aha. Na svém kontě má i řadu fotografických výstav. Získal prestižní cenu Czech Press Photo za snímky havárie balonu, který narazil do komína trmické teplárny. Je ženatý a má dvě dospělé děti. Ve volných chvílích rád hraje stolní tenis.

Kytlické Klikobraní



Naši klienti si užili kytlické Klikobraní. Na místě nechýběla rukodilná dílna ani živá hudba. Všem se navíc v krásném prostředí původně sklářské obce Kytlice s množstvím malebných roubených chalup moc líbilo a už teď se těší na další výlet.

Domov Srdce v dlaních, Jiříkov

Absolventi dostali certifikáty



Naše Krásnobřezenská malá univerzita má své další absolventy. Na konci školního roku proběhlo slavnostní předání certifikátů. Obdrželi je klienti, kteří absolvovali alespoň pět kurzů v rámci zmiňované univerzity.

**Domov pro seniory
Krásné Březno**

Spolek proti samotě se představuje

Neziskovou organizaci Spolek proti samotě jsme v červenci 2019 založili tři přátelé – Klára Kotzová, Michaela Chytrá Janečková a Robert Zauer. Jako svoje poslání jsme si stanovili vrácení lidské pospolitosti tam, kde se vytratila, a její rozvíjení. Dále pak podporu pozitivních přátelských, sousedských a rodinných vztahů. Naším cílem je vytvořit skupinu veselých a motivovaných dobrovolníků, kteří budou ve svém okolí aktivně vyhledávat osamocené lidi a zbavovat je samoty nejrůznějšími způsoby. Naše aktivity směřují k poskytování praktického zájmu a podpory těm, kdo chtějí pomáhat lidem trpícím samotou. A to ať už formou dobrovolnické práce, nebo prostřednictvím osvěty týkající se samoty. Většinu našich aktivit chceme založit na propojování osamocенých lidí s už existujícími zájmovými skupinami.



A tak jestli někdo chodí rád na výlety a díky své samotě ztratil odvalu nebo motivaci někam jít, rádi ho propojíme třeba s turistickým klubem a pomůžeme mu znovu začít. Prostě neobjevovat Ameriku, ale jen jednoduše spojovat lidi a dělat jim svět příjemnějším. A tak se postupně setkáváme s jednotlivými seniorskými, sportovními, kulturními a dalšími organizacemi a navazujeme přátelství a spolupráci.

První naší veřejnou aktivitou je „SPOLU na piknik“ a jejím cílem je vytvořit tradici letních nedělních pikniků v Zámecské zahradě v Teplicích pro širokou veřejnost, podpořit tak pospolitost místních občanů a motivovat je k reálné (nevirtuální) komunikaci mezi sebou. Výzva zní: „Vemte si deku, nějaké dobroty a přijďte spolu jen tak „pobejt“.“

**Robert Zauer,
SPOLU proti samotě**

Jak se dělá přeshraniční kontakt seniorů?

Nevíte? To se potkáte na nějaké akci se seniorkou, která vede seniorský klub za hranicemi ČR a chvíli si povídáte. Přijdou další z obou skupin a kontakt je hotov. Pozvete skupinu na nějakou akci, oni dojedou a tvoří se další společné akce. Tak začalo naše přátelství se seniory z Volksolidarität z Chemnitzu loni

v létě v Zethau Grüne Schule. Máme za sebou několik společných akcí. Oslavu MDŽ a prohlídku pečovatelského domu v Chemnitzu, letní slavnost a společnou plavbu lodí v Hřensku, odkud jsou naše foto. Na toto setkání jsme obdrželi příspěvek z fondu Ústeckého kraje – Krajské rady seniorů. Není to jen setkání,

ale reprezentace města a kraje. Toto setkání proběhlo 17. července. Není umístění aktivizovat zájezdy pro naše seniory, ale přinášet i nové přátele a trénovat paměť, aby se domluvili. Pohodu a mnoho pozitivních zážitků včetně přátelství si odnášejí všichni.

Vilma Svobodová, Pomoc bližnímu, Senior klub Louny

PORADNA

Zrak je naším nejdůležitějším smyslem. Jen zřídka a jen málokdo z nás si to uvědomuje

Pokud bych mohla z vlastní praxe poradit, nejdůležitější je prevence. Téměř žádné oční onemocnění totiž nebolí. Proto je důležité mít svého očního lékaře a očního optika. Ti o vašem zraku a jeho měnícím se výkonu vědí nejlépe a mohou změny nejlépe vyhodnotit.

A to ideálně jednou za 2-3 roky. Pokud se léčíte s cukrovkou, vysokým tlakem či štítnou žlázou, návštěva očního specialisty by měla být ještě častější. Zároveň je důležité toto onemocnění mít kompenzované a pod kontrolou. V dnešní době, kdy stárání přispívá

na optické pomůcky, se můžete rozhodnout, zda půjdete rovnou do oční optiky nebo k očnímu lékaři. Registrovaný oční optik optometrista je kompetentní osobou v péči o váš zrak a pokud zjistí odchylky od normy, je povinen odeslat vás k očnímu lékaři.



Protože zjeme v komerčním světě, je velice těžké doporučit pracoviště, kde to funguje tak, jak má. Zavádějící jsou často slevy, produkty zdarma a největší dezinformací jsou reklamovaná měření zraku zdarma. Vždyť oční lékaři nebo optometristé jsou vysokoškolsky vzdělaní odborníci a pokud

by svoji práci dělali zdarma, na konci měsíce by odcházeli z práce s prázdnou. Jejich práce bývá tedy zakalkulována do produktu, který si kupujete a celé se to dostává do neseriózní roviny.

Správné a kvalifikované měření zraku by mělo trvat zhruba 30 až 45 minut. Je proto vhodné se na ně objednat. Pokud se v den objednání necítíte nejlépe, je vždy lepší si termín upravit.

Na základě měření by s vámi oční specialista měl rozebrat situaci, které vás bez brýlí nejvíce trápí (televize, řízení, práce s textem či u PC) a navrhnout vhodné řešení. Tedy či brýle jedny, dvoje nebo kombinované. Zároveň, pokud si pořizujete kombinované brýle, by

zhruba po měsíci nošení měl mít od vás zpětnou vazbu, zda vše funguje a brýle s úspěchem nosíte.

Také pravidelný servis brýlí není na škodu. Ideální jednou za 2-3 měsíce. Váš oční optik může vyhodnotit, zda je vše v pořádku, brýle dobře sedí a mohou tak poskytovat maximální komfort.

Ze své více jak 30leté praxe vím, že pokud se dodrží tato základní pravidla, všichni jsou spokojeni.

Kateřina Novotná

KN OPTIK
U Nádraží 905/12, 415 01 Teplice
Tel.: 417 534 645, 417 533 961
Mob.: 606 846 614, 777 663 068
E-mail: info@kn-optik.cz
Web: www.kn-optik.cz

Turisté z Litoměřic se vydali na prohlídku zámku v Nelahozevsi a Veltruského parku

Na tento srpnový výlet jsme tak trochu čekali deštivé počasí, ale hlavní déšť byl v noci z úterka na středu. Ráno se nás překvapivě celkem sešlo 33 turistek a turistů. Dvě turistky se nakonec vydaly na prohlídku zámku v Nelahozevsi, a tak nás na trasu vyrazilo 31 turistů. Z toho jeden byl mladík (asi vnouček) a z ostatních bylo osm mužů a zbytek ženy. Počasí nám přálo a tak po cestě, kde byla cyklostezka, jsme se vydali od vlakové zastávky k Mířejovickému zdymadlu. Přešli jsme na druhou stranu a pokračovali jsme podél Vltavy do Veltruského parku. Poblíž zámku jsme zašli na občerstvení do restaurace „Kravín“. Pomalou chůzí jsme si prošli blízké okolí Veltruského zámku, části parku a daňčí obory. Jako naschvál



jste nezahledli ani jednoho daňka. Veltrusy jsme obešli krajem po MTZ až k Vltavě. Tam jsme šli většinou ve stínu korun stromů a po projití obce Lobeček jsme dorazili k mostu do Kralup. Po celou dobu naší trasy se střídalo sluníčko s malými mráčky. Podél Vltavy byly

pěkné výhledy na zámek v Nelahozevsi. Na trase jsme ušli necelých 11 km a v Kralupech nad Vltavou někteří turisté odjeli rychlíkem domů. Necelá polovina došla do restaurace „Kohout“. Po obědě odjel i zbytek skupiny.

Turisté z Litoměřic

Poslední červencový den byl ve znamení ohně



Jedno dopoledne bylo pro naše klienty připraveno protipožární „školení“ a odpoledne jsme pak grilovali. Příjemné počasí po dešti nám dovolilo užít si odpoledne s buřtem, pivem a dobrou náladou na terase.

DD Dobětice

Výlet do hřebčína ve Svinčicích



Výletu do hřebčína ve Svinčicích se zúčastnila druhá parta seniorů z našeho domova v Meziboří. Ti, jak se zdálo, byli odvážnější. Z výšky koňského hřbetu rozdávali úsměv ostatním.

Blanka Beranová, Domov sociálních služeb Meziboří

V Doběticích zazněly skladby Mozarta i Dvořáka

Sálem našeho domova se v jeden srpnový den linuly tóny významných skladeb světově známých hudebních skladatelů v podání smyčcového kvarteta Teplické filharmonie. Vyslechli jsme známá díla klasické hudby skladatelů Josefa Haydna, Wolfganga Amadea Mozarta, Antonína Dvořáka, Scotta Joplina a dalších velíkáňů. Tento neuvěřitelný zážitek si vychutnali jak klienti, kteří milují vážnou hudbu, tak



i ti, které přilákala pouhá zvědavost. Na závěr naši klienti

odměnili hudebníky velkým potleskem a úsměv na všech tvářích značil to, že jsme si hodinu s profesionály z Teplické filharmonie náramně užili. Tímto bychom chtěli poděkovat i my, jménem domova, celému kvartetu, které společně strávené odpoledne necenilo finanční částkou nýbrž společným zážitkem, čehož si velmi vážíme.

Lucie Zavřelová, Domov pro seniory Dobětice

Benešovský klub seniorů letos oslaví sedmileté narozeniny

Loni v září to bylo šest let, kdy se členové Klubu seniorů v Benešově nad Ploučnicí schází v nově vybudovaných prostorách bývalého OSP-pod Kinem. Klub měl v roce 2018 celkem 52 evidovaných členů. Zřizovatelem Klubu seniorů je Město Benešov nad Ploučnicí a jeho provoz zajišťují členové Klubu od pondělí do pátku, v době od 9 do 12 hod. V pátek 28. prosince 2018 se sešlo 32 členů Klubu seniorů, aby oslavili „Silvestra“ a zhodnotili uplynulý rok. Vzpomínalo se na společné akce se seniory z partnerského města Heidenau a akce organizované městem a Centrem dětí a mládeže v Benešově nad Ploučnicí.

A že jich bylo hodně – Rosenmontag, Velikonoční tvoření, MDŽ, Stadtfest, Slunovrat, Bowling, Kavárničky, Olympiáda seniorů (plavání, kriket, kuželky, petanque), Keramika, Soutěž ve společenských hrách, Vánoční tvoření a Šipkařské turnaje. Pro zajímavost jsem spočítal, kolikrát se hodilo šipkami na terče v roce 2018. Odehrálo se 6 856 her. V každé hře hodil hrající 18 šipek. Celkem se tedy na terče odházelo neuvěřitelných 123 408 šipek. Každé čtvrtletí je připraveno členy Klubu „narozeninové“ posezení s připitkem, kávou a zákuskem pro všechny přítomné (z příspěvků členů). Oslavencům je



popřáno a předán malý dárek. Jménem všech benešovských seniorů děkuji představitelům města, a to jak bývalým i současným, za dlouhodobou podporu občanů v seniorském

věku. Zájemci z řad seniorů přijďte se podívat a informovat o činnosti benešovského Klubu seniorů.

Rudolf Čech, Klub seniorů Benešov nad Ploučnicí

Tomík a Maruška vymalovali seniorům den do krásna

Červená bambulka na nose, široký úsměv od ucha k uchu a svět jim leží u nohou. O zdravotních klaunech slyšel asi každý z nás, vidět je v akci, na vlastní oči, toť zážitek, který vám vydrží na hodně dlouho. Vypadá to jednoduše. Přijdou, usmívají se, povídají si, zazpívají. S sebou přinášejí neviditelnou sílu, pozitivní auru, mocnou energii, která obklopí všechny v jejich dosahu, a vy se najednou přistihnete, kterak se bezděky culíte. Jen tak, z ničeho nic. Rozhlédnete se kolem sebe a stejný výraz vidíte na tvářích ostatních. Naprosté uvolnění a klid. Všechno je krásnější, barevnější, problémy neexistují. Chtělo by se říci, že klaun jako takový patří spíše k dětem. Budíž. Kousek toho dítěte si ale každý z nás s sebou nese celý život. A ruku na srdce, kdo by alespoň na okamžik nechtěl být znovu tím bezbranným človíčkem, neřešícím žádné problémy a starosti, které přináší život dospěláků. A jestliže by platilo, že v senior-



ském věku se člověk vrací tak trochu na začátek, je zdravotní klaun mezi dříve narozenými na správném místě. Zapomeňme na pestrobarevné paruky, zabělené obličejy, rudě namalovaná ústa, kostkované oblečení a hurónský smích mnohdy spíše děsivý než legrační. Klaun s přízviskem zdravotní je ve své podstatě a s přimhouřením jednoho oka oděn

civilně a odlišuje se od ostatních pouze v úvodu zmíněným červenýmnosem. Přidá velkou dávku empatie, pochopení, bezelstný úsměv a recept s názvem „Pohodový den“ je na světě. Zdravotní klaun je dobročinná organizace působící v České republice od roku 2001. V současné době disponuje šestaosmdesáti profesionály – certifikovanými

zdravotními klauny, kteří navštěvují na šest desítek nemocnic, domovy pro seniory a hospice. Do kadaňského Domova pro seniory zavítali Tomík a Maruška (Radim Madeja a Marta Sovová), tým pro severočeskou oblast. Byli báječní, nádherní. Během několika málo minut se přirozeně a nenuceně sžili s prostředím a odvedli velký kus dobré práce. „Je to trochu jiné, než když jsme u dětí. Fungují jiné gagy, jiné postupy. Snad jsme ale i tady byli co platní,“ hodnotí dopoledne sympatická dvojice. Na jejich poslední větu nelze odpovědět jinak než ano, ano a ještě jednou ano. A to nejen z pohledu našeho, důkazem byla i při závěrečném loučení sem tam ukápnutá slzička na tvářích klientů. Krédem zdravotních klaunů je „Rozdávat radost a smích, přinášet dobrou náladu, těšit člověka“. To vše bylo v kadaňském zařízení naplněno beze zbytku.

Zdeněk Moravec, MěSSS Kadaň, Domov pro seniory

INZERCE



Realitní kancelář **SKYNER**

- citlivé a seriózní jednání
- výhodný prodej nemovitosti s komplexními službami
- výměna bytu velký za malý
- rychlé a odborné nacenění nemovitosti pro dědické řízení

**Neváhejte kontaktovat
našeho realitního makléře**

Jan Vamberský
mobil: **720 44 22 21**
e-mail: **vambersky@reality-skyner.cz**

www.skyner.cz



SL2019207

XI. Lipovský soutěžní den se vydařil

Přinášíme vám reportáž z XI. Lipovského soutěžního dne. Naše čtyřčlenné družstvo se chystá na XI. Lipovský soutěžní den. Předpověď počasí slibuje nejteplejší den v týdnu, a to přes 30 °C. Vybaveni pitím, pokrývkami hlavy a dobrou náladou vyrážíme kolem deváté hodiny ranní směr Lipová. Po milém přivítání ředitelky tamního Domova a posílnění výborným občerstvením se vydáváme k soutěžím. Je připraveno deset disciplín a naše družstvo začíná u Kola štěstí, které nám v minulosti štěstí vůbec nepřálo. Smůla z let minulých je zažehnána a my si z první disciplíny „odnášíme“ krásných a šťastných 500 bodů. Naši soutěžící, ve složení tři ženy a jeden muž, se do plnění všech úkolů pustili opravdu zodpovědně, s chutí, elánem a radostí. Všichni si den opravdu užívali, podporovali se, pomáhali si a radovali se společně z dílčích



úspěchů. Přes velké vedro jsme úspěšně splnili všechny disciplíny, odevzdali startovní listinu a usedli do stínu pod stany. Poobědvali jsme výborný guláš a mezitím, co se počítaly výsledky, jsme si zazpívali a někteří i zatančili při hudbě a zpěvu pana Františka Veselého. Své síly přijelo změřit osm družstev a naši „borci“ se umístili na krásném 2. místě. Radost byla obrovská, jelikož

většina z našeho družstva byla na takové soutěži mimo nás Domov poprvé. Vítězové obdrželi medaile, diplom, dárkový balíček a dort. Unaveni horkem, ale šťastní a spokojení jsme se kolem druhé hodiny odpolední vydali na cestu domů. Již teď se těšíme na další ročník Lipovského soutěžního dne.

**Jana Nerudová,
Domov Srdece v dlaních**

Užili jsme si povedený zájezd do skanzenu



I přes veliké vedro se zájezd na zámek Častolovice a do skanzenu Krňovice povedl. Na zámku jsme nejprve navštívili Minizoo. Pobavili nás papoušci, lamy, kozičky, malá prasátka, nejmenší ovečky a další zvířátka. Mohli jsme jim podat laskominy v podobě granulí, byl to boj, kdo dostane dřívě. Potom jsme se rozdělili na dvě skupiny a prošli si pokoje v zámku. Je zde prohlídka pokojů

od renesance po biedermeier. Na zámeckém nádvoří v kavárně podávali výbornou kávu, a kdo měl chuť, koupil si švestkovou zmrzlinu. Na oběd jsme jeli do restaurace U Skanzenu v Krňovicích, zde jsme si pochutnali na výborné svíčkové. Hlavně jsme byli v klimatizované místnosti. Do skanzenu to bylo, co by kamenem dohodil, pouze jsme přešli silnicí. I zde byl stín pod košatým stromem uprostřed

statku. Na žízeň byla podávána domácí citronáda. Skanzenu není veliký, tak prohlídka nebyla náročná. Podívali jsme se na děláni a pečení domácího pšeničnožitného chleba. Nakonec jsme si ho odnesli domů. Cesta do Roudnice proběhla bez problémů. Nyní máme prázdniny a po prázdninách nás čekají opět další akce.

**M. Machová, Klub seniorů
v Roudnici nad Labem**

Senioři si užili výlet na zámek Sychrov



V rámci partnerství s městem Heidenau uspořádalo město Benešov nad Ploučnicí pro seniory obou měst zájezd na zámek Sychrov. Zúčastnilo se 40 seniorů z Benešova a 9 seniorů z Heidenau. Byl to opravdu hezký výlet a máme samé skvělé zážitky. Moc děkujeme vedení města za podporu takovýchto akcí.

**Rudolf Čech, Klub seniorů
Benešov nad Ploučnicí**

V Dobčeticích slavili 105. narozeniny



V Domově pro seniory v Dobčeticích se slavilo. Paní Hermína Vojtíšková v minulých dnech oslavila 105. narozeniny. Sice už více odpočívá a hůře vidí, ale podle vlastních slov „mozek jí stále funguje“. Paní Vojtíšková je nejstarší občankou Severní Terasy, kde prožila téměř celý svůj život. Stejně jako v minulých letech přišli paní Hermíně popřát i zástupci radnice, starosta Jaroslav Šimanovský a členka Komise pro občanské záležitosti Jana Vlková.

**ÚMO Ústí nad Labem
Severní Terasa**

Fresh den v Meziboří

Současné horké počasí trvá už dlouho. Nikomu se nechce ani vycházet, když nemusí. Jak to jde, každý vyhledává stín a větráky jedou na plné obrátky. My to řešíme po svém. Na terase je vždy příjemně, protože svěží nápoj ochladí a perličková masáž nohám uleví.

**Blanka Beranová, Domov
sociálních služeb Meziboří**

Besedovali jsme o veteránech



U nás v MěÚSS Jirkov byl na prázdninové besedě místopředseda Veteran car klubu Chomutov Zdeněk Prchal, který si přišel s klienty vzpomínat na auta, ve kterých se vozili jako malí, mladí i ve zralém věku. Beseda byla spojena s promítáním dnes již historických vozidel a vzpomínali hlavně muži, kteří mají samozřejmě k autům blíž, ale o besedu projevíly zájem i dvě dámy. Všichni účastníci se rozprávěli o tom, na jaká auta si vzpomínají, která měli nejraději, na která se prostřednictvím fotek chtějí podívat. Dozvěděli se například, že historickým vozidlem jsou všechna auta starší třiceti let a mnoho dalších informací.

Blanka Kobicová, Městský ústav sociálních služeb Jirkov

Baňanští senioři vyrazili do jižních Čech

Náš Klub důchodců Braňany pořádal třídní výlet po památkách Jihočeského kraje. Ubytování jsme byli ve středisku SD Bílina blízko města Kardašova Řečice u rybníka Holná, který byl vybudován ve 14. století a je dvanáctým největším rybníkem v ČR. Z Klubu nás jelo málo a aby byl zaplněn autobus, pozvali jsme vnučata a přátele. Jelo nás celkem 36. Cestou jsme se zastavili v Třeboni na zámku a prohlédli jsme si Schwarzenberskou hrobku u rybníka Svět. Prošli jsme si treboňské náměstí a občerstvili se. Po příjezdu do střediska jsme se ubytovali, povečeřeli a ti, co toho měli málo, se vydali lesem k Čarodějným kamenům. Druhý den jsme vyjeli do Jindřichova Hradce. Zde nás uchvátila zpívající fontána (Aqua Show), které jsou jenom dvě v Evropě. Někteří navštívili muzeum, kde jsou Krýzovy jesličky. Přes tisíc postavíček na 60 m², z toho je 133 pohyblivých. Absolvovali jsme prohlídku zámku v Jindřichově



Hradci, která končila v krásném hudebním pavilonu Rondelu. Po návratu do střediska jsme ještě stačili projít les a najít i houby, než nás gong svolal na večeri. Po ní, kdo chtěl, šel procházkou lesem k penzionu Pecák na pohár. Tam 80 minut, zpět jsme se vraceli silnicí za 70 minut. No a třetí den jsme vrátili klíče od chatiček, naložili kufry a vyjeli na prohlídku zámku Červená Lhota, kde se točila první filmová Zlatovláska. Poté jsme pokračovali do Tábora,

kde jsme navštívili Muzeum čokolády. Viděli jsme zde postavíčky z různých pohádek, postavu hokejisty Jágra, Mr. Beana, náměstí Tábora, lokomotivu a další. Vše z čokolády a marcipánu. Prohlédli jsme si náměstí, osvěžili se a vraceli se zpět domů. Byli jsme unaveni, ale máme krásné vzpomínky. Nachodili jsme 25 752 kroků. Počasí nám přálo, co bychom mohli chtít víc. Tak příště zase někam vyrazíme.

Miroslava Janoušková, Klub důchodců Braňany

FUN!PARK
3D BLUDIŠTĚ & ROZHLEDNA

FUNPARK V MOSTĚ NA ŠIBENÍKU:

Přijďte si zadovářet s dětmi i vnučaty!

Nevíte kam se svými ratolestmi v závěru prázdnin?

Přijďte s dětmi do nového FUNPARKU na Šibeníku v Mostě!



**Najdete zde vzdělání, kreativní zábavu, pohyb, odpočinek, relaxaci...
Letos otevřeno - vyzkoušejte!**

FUNPARK NA ŠIBENÍKU:

- vyžití pro všechny věkové kategorie: děti, mladiství, dospělí, senioři – každý si přijde na své!
- ideální poloha blízko centra, mírné vstupné
- největší 3D bludiště v ČR, 25 domků, 24 překážek
- vyhlídková věž 26 metrů vysoká s výhledem na město a jeho okolí až po Krušné hory
- dětské hřiště se zázemím

Navštivte nás!

www.funparkmost.cz

Krásnobřezenští senioři si užívají novou zahradu

V doprovodu pěveckého sboru místních důchodců a trampské kapely byla v krásnobřezenzském domově pro seniory slavnostně otevřena nová zahrada smyslů. Ústřední stavbou celé zahrady je devítimetrová dřevěná pergola vybavená zahradním nábytkem a květináči s muškáty. Nechybí odpočinková zóna, levandulová stráň, bylinky, květná louka, vzpomínková část nebo záhon přátelství, který vznikl z darů ostatních domovů – červený, bílý, černý rybíz, angrešt keřový i stromečkový, kanadská borůvka nebo americká brusinka. Nechybí ani starý dřevěný trám určený k sezení, různé druhy kamenů, vypalované koryto na vodu pro zalévání květin doplněné o litinovou



pumpu s tekoucí vodou. „Na první pohled je zřejmé, že největší stavební úpravou prošel samotný terén. Snížený svah a bezbariérové cesty usnadňují pohyb lidem na vozíčku i ostatním pohybově omezeným seniorům. Stavební úpravy

areálu trvaly od února letošního roku. Náklady na realizaci plánu se pohybují okolo 1,5 milionu korun. Zahradní úpravy stály dalších 300 tisíc korun,“ řekla mluvčí magistrátu Romana Macová.

DpS Krásné Březno

Letní výstup litoměřických turistů na vrchol Klíč

Vystupujeme z vlaku ve Svoru a hned se vydáváme na cestu. Kolem viaduktu, po kterém odjel náš vlak, stáčíme doleva a kolem hezkých chaloupek mineme odbočku na Klíč (červená t. z.). Míříme k Jezírku. Vodní hladina s čistou vodou, ve stínu lesa dáváme trochu času na občerstvení. Poté stoupáme k silnici, která vede do Kytlice. U ní stojí malý přístřešek. Bohužel nedá se použít, je plný páchnoucích odpadků. Možná to tam nanosila zvířátka z lesa. Pokračujeme dál a to již začíná opravdu stoupaní na vrchol



„Klíč“. Stále je částečně cesta ve stínu. Čím více se vrchol blíží, jsme více na slunci. Trochu se hýbe vzduch, tak to není nepříjemné. Samotný vrchol nám nabízí úžasný daleký kruhový výhled. Je vidět Sněžník nad Děčínem, Lilienstein, Ještěd, Bezděz, Vlhošť, Sedlo a Milešovka. Pohodu kazí

přítomnost aspoň milionu hmyzích jedinců, kteří sedají na vše, nás nevyjímaje. Slabší povahy prchají z vrcholu a nečekají na skupinové foto. Když jsme určili některé pochybné vršky a dali jim správná jména, začneme sestupovat. O něco níž jsme již zase všichni pohromadě a pokračujeme kolem studánky po červené t. z. do Nového Boru. Tady již pocítujeme opravdu teplo. Hledáme občerstvení, kde máme hlad i žízeň. Navštívíme „Lčko“ a masnu s pověstnými klobáskami a jdeme na vlak.

Turisté z Litoměřic

V rámci hipoterapie si senioři hladili koně

Program Nadačního fondu Veolia „Stále s úsměvem – Aktivně po celý život“ podporuje pozitivní aktivní stárnutí, mezigenerační soužití v komunitě, vytváření podmínek pro život seniorů v jejich domácím prostředí a nové přístupy k tématu stárnutí. Ve spolupráci s Rehabilitací Kateřina s.r.o. – Rehkat probíhá v letošním roce projekt Hipoterapie pro seniory. Od dubna 2019 se každý měsíc uskutečňuje dvouhodinové setkání seniorů, při kterém si



klienti zkouší prvky hipoterapie – při kontaktu s koňmi se

procvičují, uvolňují, hlazením koní se zklidňují a zároveň jsou na čerstvém vzduchu. Pracovníci Rehabilitace Kateřina vždy přivezou dva koně, které vodí zkušení pracovníci, a spolu s nimi do domova pro seniory přijíždí velmi zkušená rehabilitační pracovníce, která dohlíží na správné postupy vhodné pro jednotlivé klienty. Na jednotlivá setkání dochází průměrně 15 klientů.

Centrum sociálních služeb Děčín

Výlet Kláštereckých do Františkových lázní



Naši klienti nelení. Užili si krásný výlet do Františkových lázní. V západních Čechách se jim moc líbilo a do asi nejhezčích českých lázní se chtějí určitě ještě vrátit.

Městský ústav sociálních služeb Klášterec nad Ohří

V létě se zmrzlinou a povídáním o Chorvatsku



V červenci se naši klienti opravdu nenudili. Probíhala individuální i skupinová canisterapie, ochutnávali jsme a povídali si o nejrůznějších ovoci. Také jsme ochutnávali různé druhy zmrzlin nebo si povídali o Chorvatsku.

Domov pro seniory Krásné Březno

Duchcovští vyrazili na zámek Skalka u Třebenic



Členové ČČK Duchcov navštívili zámek Skalka u Třebenic. Výstup byl náročnější, ale inventář byl úžasný. Od pravěkého sídliště přes historii zámku, modely hradů a rozhleden až po kočárky. Moc se nám tam líbilo. Na oběd jsme zajeli do Třebenic a pochutnali jsme si na dobrůtkách v čokolaterii. Jen jsme nasedli do autobusu, začalo pršet. Cestou jsme v Ženkovicích navštívili tržiště a nakoupili jsme hlavně skvělé saláty ze zelí.

ČČK Duchcov

Zemřel Ústečan, který pomáhal dětem v Kostarice

Takových lidí za život moc nepotkáte, mohl být zklamaný životem, opravdu měl proč, ale on žil pro druhé. V padesátých letech vyhnali jeho rodiče ze Slovenska, na vysokou školu ho nevzali z politických důvodů. Potkal jsem ho v roce 2018 na akci Obce Slováků žijících v Ústí nad Labem, ukazoval mi několik vlastních knih, které popisovaly život domorodců v Kostarice. Pozval mě do bytu



a nabídl tatranské halušky s brynzou a slaninou. Alexander Fitz procestoval celý svět, nejčastěji však pobýval v Kostarice, kam pravidelně vezl dva velké kufry plné dětského prádla. Vyprávěl mi, jak léčil děti v pralese, rozdával oblečení ve škole, nakupoval jídlo pro mladé prostitutky, které umíraly hladem. Nevím, jaké měl zdravotní problémy, doktor mu prý doporučoval klid, on listoval v mapách a těšil se na další charitativní akci. V Kostarice mu říkali seňor Saša, děti ho milovaly a on si tam připadal jako Ježíšek v létě. Včera mi volala předsedkyně Obce Slováků žijících v Ústí Janka Nedvídková, že Alexander Fitz zemřel. Bylo mu 77 let a pro chudé indiánské děti by se rozkrájel. Znal jsem ho krátce, laskavost měl v očích. Takových lidí si musíte vážit, moc jich tu není.

Miroslav Vlach, Regionální obec Slováků žijících v Ústí n. L.

Do zubrnického skanzenu si o víkendu zajed'te vlakem



Vydejte se do Zubrnice turistickou linkou T3 (Ústí n. L. Střekov – Zubrnice), jezdí každý víkend do konce října a historická autobusová linka T32 (Zubrnice – Úštěk) jezdí každý víkend do 1. září. Připomínáme, že Železniční muzeum v Zubrnici je o prázdninách otevřeno od úterý do neděle od 10 do 17 hodin. Jízdní řády naleznete na našem webu www.zubrnicekazeleznice.cz. V železničním muzeu na nádraží v Zubrnici

nabízíme expozice s železniční tematikou, jako je dopravní kancelář s dobovým zařízením, expozice drezín, zabezpečovacího zařízení, čekárna pro cestující, světla na železnici a další expozice. Doporučujeme navštívit také Muzeum v přírodě Zubrnice (skanzen), Minimum Lovečkovice a bývalou železniční stanici Levín, kde se natáčel slavný film Páni kluci.

Radek Kubala, Zubrnická museální železnice

Pacienti hospice byli na výletě v Opárně



V hospici život nekončí, v hospici se dá život naplnit radostí i krásným společenstvím. Prožít a užít si několik hodin naplno umožnili v červenci zaměstnanci hospice několika našim pacientkám, jejichž zdravotní stav to dovolil. Vypravili se do Opárenského údolí na výlet – nadýchat se čerstvého vzduchu, pochutnat si na výborné kávě nebo na hranolkách, pokochat se pohledem na zeleň stromů, stádo koz a vychutnat si vánek ve vlasech. Být nevyčísitelně nemocný znamená být mimo svět a život. Díky dobré paliativní léčbě se dá řešit a tišit mnoho nepříjemných symptomů a nemocní se mohou těšit ještě z mnoha radostí života.

Hospic sv. Štěpána, Litoměřice

Senioři byli v chrámu chmele



Klienti Domova pro seniory z Klášterce nad Ohří navštívili Chrám chmele a piva v Žatci. Zde měli možnost zhlédnout nejen vnitřní expozice největšího chmelařského muzea na světě, bývalý sklad chmele s labyrintem chmelových žoků, erbovní síně, ale také tajuplné pracovny zdejšího alchymisty. Na závěr samozřejmě proběhla i ochutnávka žateckého piva. Na další výlet jsme se vydali do Fran-

tiškových lázní, kde si klienti Domova prošli celé lázeňské centrum, ochutnali zdejší léčivé prameny a nezapomněli ani navštívit malého Františka. Do výletů se také zapojili studenti střední odborné školy sociálně správní z Klášterce nad Ohří, kteří doprovázeli zejména imobilní klienty. Za tuto pomoc jim velmi děkujeme.

Praková Jana, MÚSS Klášterec nad Ohří

Návštěva zámku Valdštejnů v Litvínově

Senioři našeho domova měli možnost navštívit litvínovský zámek Valdštejnů, který patří k nejstarším památkám Litvínova. Po dlouhé rekonstrukci se v únoru 2015 otevřel a v současné době slouží k výstavním, komerčním i reprezentativním účelům. V zadním traktu přiléhá k zámku udržovaný park. Cílem naší návštěvy bylo zhlédnutí výstavy „Hračky a hry dětí ze šlechtických rodin“ a „Imaginarium divadla bratří Formanů a jejich přátel“.

Blanka Beranová, Domov sociálních služeb Meziboří

Canisterapie v Krásné Lípě

Letní měsíc červenec jsme zakončili návštěvou pejsků, na které se klienti vždy velmi těší. Rádi jim dávají oblíbené dobrotky, a ještě raději si je pohladí a pomazlí se s nimi. Přítomnost pejsků u seniorů často vyvolá vzpomínky na vlastní zvířata, které dříve doma měli.

Domov se zvláštním režimem Krásná Lípa

Pouťová veselice Domova důchodců Milešov

V domově důchodců Milešov jsme se pobavili na pouťové veselici s bohatým programem. Zazpívali nám studenti ze střední školy AGC Teplice, nechyběla ani papoušková show, při které ptáci předvedli svá krásně zbarvená brka. Dále jsme si užívali pásmo básní klientek z našeho zařízení a DUT Litoměřice. Hlavním bodem programu byla vystoupení zaměstnanců a jejich první „Cesta kolem světa“. Celkem jsme navštívili pět zemí. První zastávka byla v Japonsku, vyprávění se neslo ve velice vtipném duchu – ukázka zápasu sumo. Další zastávka byla v Brazílii, kde nám své vystoupení předvedla kopie zpěváka a showmana Dana Nekonečného s krásnými tanečnicemi a ohnivou show. Ve Francii jsme si zahráli na „Bídníky“ s revoluční písní „Slyš tu píseň zástupu“, při které zamrazilo panu řediteli, jelikož jednou z rekvizit byla funkční gilovina. Do Ruska jsme se vydali za Ivánkem, Nastěnkou a ruskými



tanečnicemi. Českou republiku jsme měli jako poslední zastávku, čekala nás česká klasika v podání vtipných scének z filmů Slunce, seno... Na úplný závěr letu nám hrála píseň „Proč bychom se netěšili, když nám pán bůh zdraví dá“, což bylo velice výstižné. Při této písni jsme sklidili velký potlesk od diváků, kolegů, vedení CSP a našich klientů, kteří nás přišli podpořit. Celým vystoupením nás provázal pan Vrána,

který hrál a zpíval až do odpoledních hodin. Tímto bychom chtěli ještě jednou poděkovat všem sponzorům, Ježíškovým vnoučatům (papoušková show a hudba), rodinným příslušníkům, kteří nám pomohli tento náš historicky první let zorganizovat a uskutečnit.

Jana Dvořáková, Miroslava Walterová, Markéta Veinholdová a Františka Novotná, aktivizační pracovnice, Domov důchodců Milešov

VÝZVA

Jste aktivní senioři? Jednotlivci nebo seniorské skupiny? Chcete se o své zážitky z nejrůznějších akcí, výletů a koncertů podělit se čtenáři Seniorských listů? Posílejte nám příspěvky, fotografie, videa i pozvánky na e-mailovou adresu info@mediaconcept.cz nebo volejte na telefonní číslo 607 154 021. Těšíme se na vaše příspěvky.

Ve Šluknově oslavili svátek všech Aniček

Naši klienti si v srpnu užili Anenskou zábavu s živou hudbou v podání muzikantů pana Hádka a pana Matějky z Míkulášovic. Kuchařky jako vždy připravily našim seniorům občerstvení. Akce se uskutečnila 23. srpna a všichni tak společně oslavili svátek všech Aniček.

Domov pro seniory Šluknov

Senioři z Kamenické hráli šipky a rehabilitovali s koňmi

Červenec má každý spojený s prvním měsícem prázdnin, zahájením dovolených, užívání si léta apod. Zaměstnanci sociálně terapeutického oddělení se snažili i přesto, že sami se střídali v čerpání dovolené, aby byl program pro naše seniory co možná nejpěšnější, a myslíme, že se to povedlo. Hned první červencový den zavítal mezi naše klienty primátor města Děčína – pan Jaroslav Hrouda. Setkání probíhalo v místní jídelně a mělo podobu volné besedy, kdy byl volný prostor pro jakékoli dotazy, náměty, postřehy našich seniorů. Druhý červencový týden si vyjela skupinka klientů na návštěvu děčínské zoologické zahrady. Senioři se sice nedostali ke všem zvířatům, ale i tak jich viděli mnoho a moc se jim celé dopoledne líbilo. Třetí akcí byla pravidelná návštěva „našeho“ faráře, se kterým se snažili probrat co nejvíce témat. Další akcí byla již třetí hipoterapie pod vedením Rehabilitace Kateřina. Hipoterapeuti dorazili



a přivezli dva koně, které si senioři mohli opět pohladit, vyhřebelcovat a projít se s nimi po areálu zařízení. Pátou akcí byl větší, napínavý turnaj v el. šipkách v jídelně. Senioři byli odměněni i diplomy a praktickými cenami. Poslední akcí byla návštěva mladé harmonikářky, která nehraje profesionálně, ale pro zábavu, a protože nechce trénovat hraní jen doma po sebe, nabídla nám každých 14 dní malé vystoupení, čehož si velice vážíme.

Diťa Hornová, Domov pro seniory a Domov se zvláštním režimem Kamenická

Pobyt v Krušných horách zpestřil výlet do Drážďan

Hned šestačtyřicet seniorů z Nelahozevsí, Kralup nad Vltavou a okolí prožilo krásný pobyt v Krušných horách. Ubytování jsme byli v duchovském hotelu Casanova, který se nám moc líbil. Všude bylo čisto a pořádek k plné spokojenosti nás všech. Snídaně v hotelu ve formě bohatých švédských stolů. Večeře v restauraci Vyšehrad byly chutné. Je zde ochotný personál i provozní pan Hlaváček. Každý den jsme odtud vyjžděli na výlety v pohodlném autobuse – majitel pan Jiří Bouda s velice spolehlivým řidičem panem Pelikánem s námi měli velkou trpělivost a vstřícné chování. Po celý týden jsme měli zajištěného průvodce pana Obršála, který nám o všech navštívených místech velice široce a zajímavě vyprávěl. Líbilo se nám všude. V Teplicích především lázeňské domy, zahrady s kašnami, zámek a projížďka po městě vláčkem. V Krupce pak Martinská štola



a lanová dráha na Komáří vížku. Navštívili jsme i Drážďany – barokní Zwinger a historické centrum. Viděli jsme i Klíny a přehradu Fláje, oseký klášter a pivovar, Hřensko, Kadaň a Klášterec nad Ohří. Domů jsme odjžděli nadšeni z krásných zážitků a plní dojmy z krás, které jsme za celý týden viděli. Krušné hory jsou opravdu krušné, ale krásné. Děkujeme všem, kteří se nám snažili po celou dobu náš pobyt zpříjemnit svým vstřícným chováním k nám všem.

Za celou partu vděčných seniorů, Květuše Dittrichová

TAJENKA: ČESKÉ PŘÍSLOVÍ

POMŮČKA: ARBAT, ASA, BATIST, ICI, TROCHEJ	VOJENSKÁ JÍDELNÍ NÁDOBA	NEŠIKOVNÍ EXPRES.	INICIÁLY HERCE VYDRY	ZDE FRANCOUZ.	SODOVKA	JEMNÁ TKANINA CHLAPEC ZE STÍNADEL	LODŽIE	TEPRVE	PULZ	NÁPIS NA KŘÍŽI JEŽÍŠE	ČÁST NĚMECKA	TAHLE	OTÁZKA NA MÍSTO	CITOSLOVCE CHNAPNUTÍ	OBTAŽENÍ	ZVRATNÉ ZÁJMENO SLOVEN.	TO ANGLICKY
JMÉNO PRESLEYHO												NĚKDO					
1. DÍL TAJENKY												MOSKEVSKÁ PĚSÍ ZÓNA TĚLOCVIČNÝ PRVEK					
ULTRAFIALOVÝ ZKR.			MODLA SKUPINA ZPEVÁKŮ				ŘADRO BOBŘÍ STAVBA					JEDEN ZE SMYSLŮ VYHNANSTVÍ				3. DÍL TAJENKY	PÁCHNOUCÍ ZVÍŘE
ČESKÝ REŽISÉR VLADIMÍR ???				NILSKÝ KŘÍŽ ZPĚVÁK ONDŘEJ ???				INST. KLIN. A EXPER. MEDICÍNY ŠTĚP					NÁJEM PŮDY VOZOVNA				
	BUDOVA	CITOSLOVCE ODPORU UČITEL			BÝVALÁ JEDNOTKA TLAKU VE VÝŠCE					KYSLIČNÍK GEOMETRICKÉ TĚLESO				CHLAPEC SEVERSKÉ JMÉNO			
SLADKOVODNÍ DRAVÁ RYBA						HYDROXID SODNÝ MOK					I TENTO DŮKAZ O NEVINĚ					INICIÁLY REŽISÉRA ONDŘIČKA PUKAT	
OBSLUHA V BARU							LEHKÁ SLITINA ROZTAVENÁ HMOTA						ČÁST MOSTU LYSÁ				
INICIÁLY HERCE NICHOLSONA			NEMLUVIT PRAVDU JM. ZPĚV. JAHELKY				HLÍNA NA KORE-NECH SHLUK LIDÍ					DOMÁCÍ PTÁK HLUK					NA CO
TITO RUSKY				SPADANÉ LISTÍ POVZDECH					AM. HEREC ROBERT DE ??? OPAK ODE				VZDÁL MEZI ROSTLINAMI STARÉ ČES. ZÁJMENO				
2. DÍL TAJENKY														OZNAČENÍ CITLIVOSTI FILMU			
BÁSNICKÁ STOPA							TITÁN							HŮL			

PR

Na Miladě se objevily lavičky, převlékárny i knihobudka

Tvář jezera Milada postupně prochází změnami, jejichž výsledky budou vidět až za několik let. Konečnou podobu břehů a okolí bude mít v příštích letech na starosti ten, kdo nejlépe obstojí v architektonické soutěži, kterou vyhlásí PKÚ, správce této lokality. Proč se ale bránit zajímavým nápadům, které, třeba jen dočasně, ožíví břehy jezera a zlepší zázemí pro jeho návštěvníky?

Letos se tak díky Nadaci ČEZ a Dobrovolnému svazku obcí jezera Milada objevily nové prvky, které si lidé takřka ihned „našli“. Lavičky, stinná místa, odpočívadla, převlékárny, a dokonce knihobudka. Za tím vším hledíme studenty stavební fakulty ČVUT Praha, budoucí architektky. Nápad vznikl v hlavě dvou z nich, Pražáka Honzy Trana a rodáka z Chabařovic, Jirky Petřelky. Oba dva v jednom týmu vlouh

vyhráli studentskou architektonickou soutěž, vyhlášenou PKÚ. „Řekli jsme si, proč naše nápady z papíru nepřenést do reálu. Dali jsme dohromady partu našich spolužáků a kamarádů, kteří se rozhodli prožít začátek léta na Miladě,“ zavzpomínal Honza Tran na první měsíce letošního roku, kdy začal pracovat na přesných nákresech dřevěných prvků. Studentský workshop s názvem „Oživme Miladu“ mohl začít.

Partě nadšenců nevadily ani polní podmínky. Stany, toiky, improvizovaná kuchyně ani tropické vedro. „Reakce lidí byly zajímavé. Moc se jim líbilo dívat se na někoho, kdo je v tom počasí ochoten zápolit s dřevěnými deskami a prkny a naše výtvořky využili doslova ještě za tepla,“ doplnil Jirka Petřelka. Návod na použití nepotřeboval opravdu nikdo. Lavičky se zaplnily během krátké doby, v první hotové kabince budované převlékárny se lidé převlékali už v době, kdy se v sousední



kabince ještě dál usilovně pracovalo. A knihobudka? Knížky a časopisy se v ní objevily po instalaci během jediné noci.

Studentů se na Miladě během týdne vystřídal 25, skalní jádro deseti vydrželo po všechny horké dny. „Vyčistili jsme si hlavu, báječně jsme si to užili,

každý měl možnost si osahat nástroje a naučit se s nimi pracovat, což je pro naši budoucí profesi hodně důležité. Začali jsme přemýšlet nad dalšími věcmi, které by Miladě slušely. Třeba dostaneme možnost příští rok pokračovat,“ shodli se Tran s Petřelkou. (pr)



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost

Projekt: Implementace politiky stárnutí
na krajskou úroveň
CZ.03.2.2.63/0.0./0.0./15_017/0006207
Copyright © ZZS JMK, 2018



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ
ČESKÉ REPUBLIKY

V PŘÍPADĚ NALÉHAVÉ POMOCI

I.C.E. KARTA

Údaje slouží k informaci v situaci tísně
a ohrožení zdraví nebo života
VYPLŇTE TISKACÍM PÍSMEM

DATUM VYPLNĚNÍ		ZDRAVOTNÍ POJIŠŤOVNA		
JMÉNO A PŘÍJMENÍ, TITUL		DAT. NAROZENÍ NEBO R.Č.		
ALERGIE				
NEMOCI		OD KDY ?		
LÉKY – NÁZEV		DÁVKA	DÁVKOVÁNÍ	
KONTAKTY NA BLÍZKÉ OSOBY				
POŘADÍ	JMÉNO A PŘÍJMENÍ	MĚSTO	VZTAH	TELEFON
1				
2				
3				
JMÉNO A KONTAKT NA PRAKTICKÉHO LÉKAŘE				
Souhlasím s využitím těchto údajů pro potřeby IZS při mém ošetření.	 podpis		

www.seniorivkrajich.mpsv.cz



Ústecký kraj





Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost



Ústecký kraj

V PŘÍPADĚ NALÉHAVÉ POMOCI

I.C.E. KARTA



Údaje slouží k informaci v situaci tísně a ohrožení zdraví nebo života.



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost



Ústecký kraj

V PŘÍPADĚ NALÉHAVÉ POMOCI

I.C.E. KARTA



Údaje slouží k informaci v situaci tísně a ohrožení zdraví nebo života.

V PŘÍPADĚ NALÉHAVÉ POMOCI

I.C.E. KARTA



Ústecký kraj

155 Záchranná služba

150 Hasiči

158 Policie ČR

156 Městská policie

112 Integrovaný záchranný systém



Údaje slouží k informaci v situaci tísně a ohrožení zdraví nebo života.