# Tříkráloví koledníčci

*MY TŘI KRÁLOVÉ JDEME K VÁM…*
*… a přišli k nám Tři králové, poněkud menšího vzrůstu, rovnou ze školky Hornická. Krásnější začátek nového roku jsme si nemohli přát.*

# Tvoření pro tvoření

*Nechali jsme se inspirovat pradávným odkazem našich předků. Ukázková kreativní aktivita realizovaná ve spolupráci s členy Spolku oživlé historie a tradičního řemesla U ČLOVĚKA. S minimálními náklady a dle pravidel ekologického chování, díky využití bezodpadového nebo plně kompostovatelného materiálu, jsme strávili příjemné tvůrčí dopoledne věnované práci přesně podle chuti, představivosti i schopností každého z nás.*

10. 1. 2025

# Novoroční ples

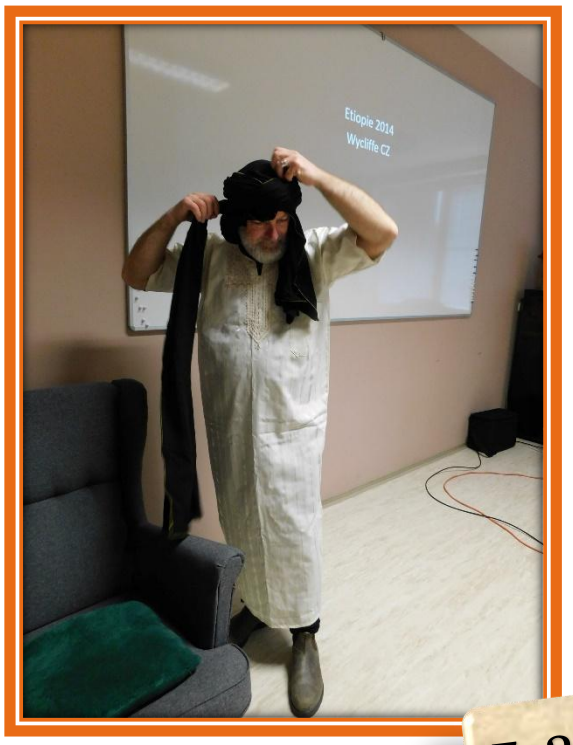
*Letošní ples jsme pojali jako vítání nového roku. Věříme, že skvělá nálada, která na něm vládla, se přenese také do celého roku 2025.*

16. 1. 2025

Happy New Year

# Cestujeme po Etiopii

*Díky manželům Zuzce a Danovi Kaczmarczykovým, jsme se měli možnost přenést daleko za hranice naší republiky. Cestovali jsme až do Etiopie. Díky přednášce jsme se dozvěděli spoustu zajímavých věcí a mohli jsme vidět, jak se žije jinde. Zazpívali jsme si i zatančili společně svahilské písničky. Rytmus udržovali naši uživatelé pomocí bubnů. Viděli jsme také mnoho předmětů, které tam obyvatelé běžně používají. Už teď se těšíme na další společnou cestu po světě.*



7. 2. 2025

# PLESOVÁ SEZONA POKRAČUJE!

*Na pozvání spřátelených domovů pro seniory z Polska, jsme už letos dvakrát odcestovali za skvělou zábavou.*
*Na prvním plese jsme jeepem vjeli rovnou do džungle, a jen tak tak jsme unikli domorodcům.*
*Druhý bál nás přenesl asi 50 let zpět, ale jako pomyslní pionýři, jsme i tuto výzvu ustáli! Všichni jsme se fantasticky bavili, a to je to, oč tu hlavně běží.*

únor 2025

# JEMINE, DOMINE, MASOPUST POMINE!

*Dne 4. 3. 2025 byl poslední den masopustu neboli lidově fašank, kdy se na mnoha místech veselilo a zabíjelo vykrmené prasátko. I my jsme si tuto oblíbenou tradici připomněli. Uživatelé se předháněli ve vyprávění, co kdo na zabijačce měl nejraději, jak se co vařilo atd. Krásná atmosféra vyvrcholila ochutnávkou zabijačkových pochoutek: sádla se škvarkami, tlačenky, sulcu, klobásek, „necówki“ a vše se zapilo pivečkem! Prostě zabijačka jak se patří!*

4. 3. 2025

# HISTORIE PANENEK

*Na přednášce o historii panenek, kde jsme měli možnost, sice jen obrazově, vidět vůbec nejstarší dochované panenky na světě, jsme se na chvíli vrátili do dětských let. Díky paní Stryjové, která k nám přijela s plnými kočárky, jsme si připomněli, jak vypadaly panenky 50. - 60. let. Přednáška se proměnila ve skvělou zábavu plnou vzpomínek a humoru.*

# MDŽ

*Jak řekl Bob Marley: „NEJKRÁSNĚJŠÍ KŘIVKA ŽENY JE JEJÍ ÚSMĚV.“ A ten vykouzlili našim ženám k jejich svátku dobrovolníci - mládež ze SCEAV. Zpívalo se, mluvilo "po naszymu", vtipkovalo a hlavně obdarovávalo všechny dámy tradičním karafiátem!*

8. 3. 2025

# VYNÁŠENÍ MORANY ANEB VÍTÁNÍ JARA

*Dnes k nám jaro přišlo rovnou ze školky Hornická! Morana odletěla oknem a její nástupkyně Vesna, tak může převzít svou vládu nad počasím.*

21. 3. 2025

# WORKSHOP S MISS TOURISM WORLD 2023

*V úterý dopoledne mezi nás dorazil vzácný host, kterým byla MISS TOURISM WORLD 2023 Karolína Gorylová pocházející z Českého Těšína. Měla pro nás připraven květinový workshop. Přinesla sebou spousty květin, z nichž si uživatelé vytvořili krásné dekorace na svá patra. Aktivita byla zpestřena povídáním o dojmech ze soutěže a zážitcích z pořadatelské země - Číny. Děkujeme a těšíme se na další spolupráci.*

25. 3. 2025

# NAŠE MALÁ VELIKONOČNÍ VÝSTAVA

*Letošní velikonoční výstava byla sice malá, ale o to krásnější. Výrobky našich uživatelů zdobily vstupní vestibul celý týden a bylo se určitě na co dívat.*

14.-21.4. 2025

# JOGA NA ŽIDLÍCH

*Zahálka nám nehrozí, neboť v rámci spolupráce s Albrechtovou střední školou proběhla v našem domově JOGA PRO SENIORY! Jde ji totiž cvičit i na židlích. Děkujeme naší úžasné instruktorce - paní Kamile!*

# STAVĚNÍ MÁJE

*Májka je považována za symbol lásky, ale i jako strážce domu. Dodnes se v mnohých vesnicích tento zvyk stavění máje i nadále udržuje. Ten, kdo májku stavěl, ji pak musel sledovat stejně jako svou lásku k vyvolené dívce. Ostatně nejstarší známý dochovaný doklad o stavění máje pochází již z roku 1422, kdy za postavení i ochranu máje dostal chlapec odměnu nejkrásnější, ruku svého milovaného děvčete. I my jsme si společně postavili májku, ať nás ochraňuje.*

30. 4. 2025

# TĚŠÍNSKÁ ŠTAFETA NA VOZÍKU

*Těšínská štafeta na vozíku nabídla možnost vyzkoušet si na 200 metrů dlouhé trati, jak obtížná je manipulace s vozíkem. Zároveň se lidé mohli podělit o podněty týkající se bariér v našem městě. I přes velkou zimu, si naši uživatelé tuto akci užili.*

23. 5. 2025

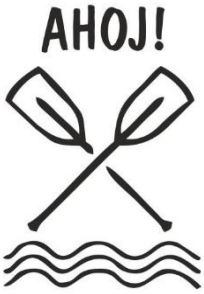
# JAHODOVÁ DOPOLEDNÍ POHODA

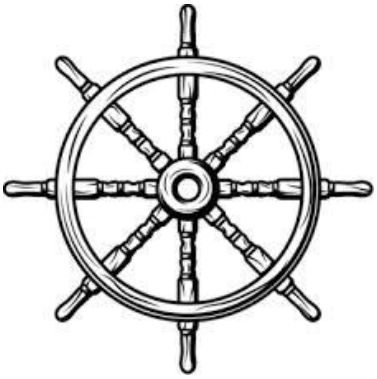
*První jahody! A venku chutnají stejně nejlépe!*

6. 6. 2025

# LETNÍ SLAVNOST

*... a léto musíme pořádně přivítat i v našem domově. Do příprav na Letní slavnost se zapojili úplně všichni. Zaměstnanci, kteří připravovali zázemí pro klienty domova, pro jejich rodiny a hudební hosty. Naše kuchyň se překonala a všichni zasedli k prostřeným stolům plných dobrot a paní ředitelce už nezbylo nic jiného, něž přivítat všechny přítomné a zahájit slavnost. Spolu s klienty jsme nacvičili scénku a vystoupili jako předskokani letošního hosta. V 15 hod. vše vypuklo a hosté se mohli usadit do stínu. Poté už patřila scéna legendární hudební skupině „Plavci“ (Rangers), která roztančila všechny přítomné - malé i velké!*



FINIDR
ZA KAŽDOU
ZAKÁZKU
VYSADÍME JEDEN
NOVÝ STROM

# Beskydští muzikanti

*Díky naší uživatelce Aničce, která je jako malé kluky vedla ve sboru, jsme objevili novou hudební skupinu „Beskydští muzikanti“. A to je teda objev! Od první minuty se všichni skvěle bavili. Zpěv se nesl celým domovem. Z celého srdce jim děkujeme.*

25. 6. 2025

# CESTOVÁNÍ ČASEM

*Oživení vzpomínek, to bylo hlavním cílem této aktivity. Vzpomínání prostřednictvím retro věcí, které byly uloženy uprostřed stolu a každý uživatel si je tak mohl prohlédnout a vzít do ruky, bylo plné vyprávění, zážitků a veselí. Některé věci představovaly pro mnohé zaměstnance velký oříšek, avšak naši uživatelé si s hádankou, co to je a nač se to používalo, hravě poradili. Každý si mezi předměty našel ten, který v něm vyvolal vzpomínku, příběh, o který se pak podělil s ostatními.*

8. 7. 2025

# SETKÁNÍ MOTORKÁŘŮ

*Sobota 26. 7. 2025 se u nás v domově proměnila ve svátek pro všechny milovníky rychlých kol - motorek. Na parkovišti před CSS jsme měli možnost přivítat skupinu motorkářů společně s jejich stroji, a to od legendární Jawy až po moderní BMW. Spanilá jízda tak rozburácela nejen motory, ale i srdce všech přítomných. Děkujeme!*

30. 7. 2025

# KINO S BABIČKOU

*Každoroční tradice „Kino s babičkou“, pořádané v rámci Prázdnin 2025 SVČ Amos Český Těšín, opět proběhla v našem domově a přinesla krásné setkání generací. Tato akce spojuje mladší i starší účastníky, kteří společně prožívají příjemné chvíle u filmu. Nechybělo ani malé občerstvení, které všem zpříjemnilo den. Došlo i na zábavný kvíz, díky kterému si všichni mohli ověřit své znalosti a dobře se pobavit. Kino s babičkou tak znovu potvrdilo, jak je důležité trávit čas společně a sdílet radost napříč generacemi.*

# VÝLET DO KARVINÉ - FRYŠTÁT

*Krásné počasí lákalo k příjemné procházce, proto jsme se rozhodli si udělat výlet do malebného parku Boženy Němcové. Vůně zeleně a tichý šum stromů nám vytvořil skvělou atmosféru pro odpočinek a příjemné popovídání si mezi sebou. Společně jsme si také vychutnali zmrzlinu, která na čerstvém vzduchu a mezi přáteli chutná nejlépe. Dozvuky tohoto výletu v nás rezonovali ještě dlouho.*

12. 8. 2025

# JABLÍČKOVÉ PEČENÍ

*Pečení štrůdlu provonělo celý domov krásnou vůní pečených jablek a skořice. Štrůdl se povedl na jedničku. Byl vláčný a chutný, zkrátka přesně takový, jak má být. K tomu byl připraven i čerstvý mošt, který podtrhl příjemnou atmosféru. Uživatelé byli spokojení a pochvalovali si jak chuť, tak i pohodovou společnou chvíli u pečení.*

15. 8. 2025

# VÝLET DO ARCHEOPARKU V CHOTĚBUZI-PODOBOŘE

*Na chvíli jsme se přenesli v čase a nakoukli do života našich předků…*

# POSEZENÍ V RESTAURACI JURČÍK

*Ani letos nesměla chybět návštěva naší oblíbené restaurace u Jurčíka.*

léto 2025

# ZAHRADNÍ GRILOVÁNÍ PÁRKŮ

*Opékání v zahradním altánku našeho Domova, bylo jako vždy plné pohody a skvělé nálady. Společně jsme si vychutnali chutné párky, osvěžili se pivem a užili si kvíz, který přinesl jak poučení, tak zábavu. Atmosféra byla přátelská a spokojenost uživatelů neznala mezí, což potvrdilo, jak moc takové chvíle společného setkání a odpočinku všechny těší.*

# MEZINÁRODNÍ DEN SENIORŮ

*Ve středu 1. října jsme oslavili Mezinárodní den seniorů, a to tradičním posezením u kávy, které nám tentokrát zpestřila Restaurace BOHEMIA TŘINEC, a to úžasnými tvarohovými koláčky. Potěšili všechny mlsné jazýčky! Hlavně nám udělali velikou radost, že si na nás vzpomněli takovým milým gestem! DĚKUJEME!!!*
*Dalším překvapením se pak staly děti z MŠ Hornická, které do našich srdcí vnesly radost a úsměv na rtu.*

# NÁVŠTĚVA MUZEA TĚŠÍNSKA

*Prožili jsme krásné dopoledne v Muzeu Těšínska. Expozice jsou zde opravdu poutavé a dokážou své návštěvníky přenést do minulosti našeho malebného kraje. Každý kousek vystavených předmětů vypráví svůj příběh a vyvolal tak v nás vzpomínky na dávné časy. Během prohlídky jsme cítili pohodu a klid, které muzeum nabízí, a odcházeli jsme spokojeni a plni dojmů. Návštěva Muzea Těšínska pro nás představovala skutečný balzám pro tělo i duši.*

říjen 2025

# PROMĚNA

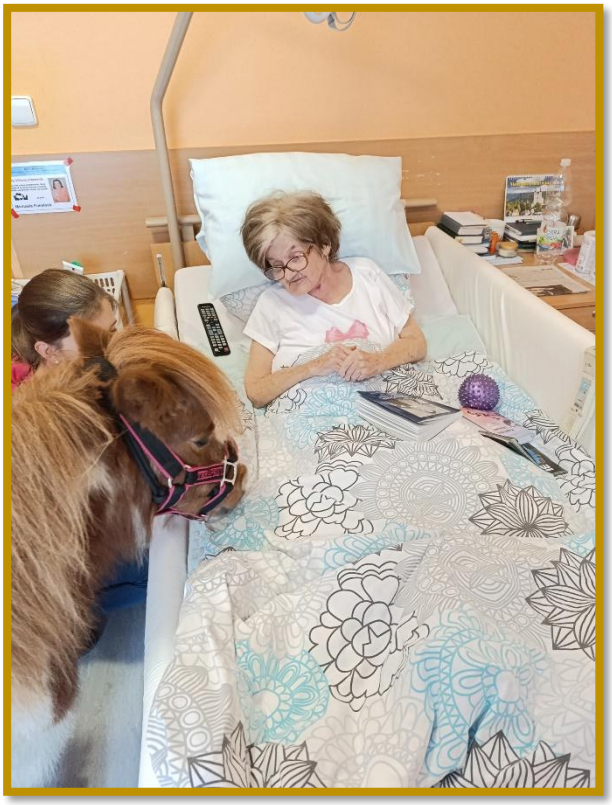
*Letos jsme oslavili krásné páté výročí projektu našich dam, fotografky Gabriely Natale a vizážistky Lucky Rusz, nazvané „Děláme radost druhým“. Tento projekt je plně sponzorován oběma dámami, a my jsem jim nesmírně vděčni za jejich laskavost a podporu, kterou našemu domovu poskytují.*
*Také v tomto roce se dvě vybrané dámy setkaly se svými spolubydlícími ve společenské místnosti u bábovky, kde se vyprávělo a vzpomínalo. Celé setkání se tak neslo v příjemné atmosféře životních vzpomínek a ohlédnutím za mládím. Děkujeme za nádherný zážitek, krásné strávené chvíle a další nezapomenutelnou památku.*

11. 11. 2025

# Hipoterapie

*Opět jsme po pauze, díky výzvě „Zvířecí návštěvy“ z projektu Ježíškova vnoučata, začali s úžasnými terapeutickými pomocníky – klisnou Zafírou a poníkem Kuličkou a jejich skvělými asistentkami Klárou a Nikol, realizovat hiporehabilitaci. Uživatelé tak mají nejen chvíli pohody a cvičení, ale také hluboký zážitek s psychoterapeutickým přesahem.*
*Moc děkujeme a těšíme se opět na návštěvu!*

11. 11. 2025



# VÁNOČNÍ JARMARK

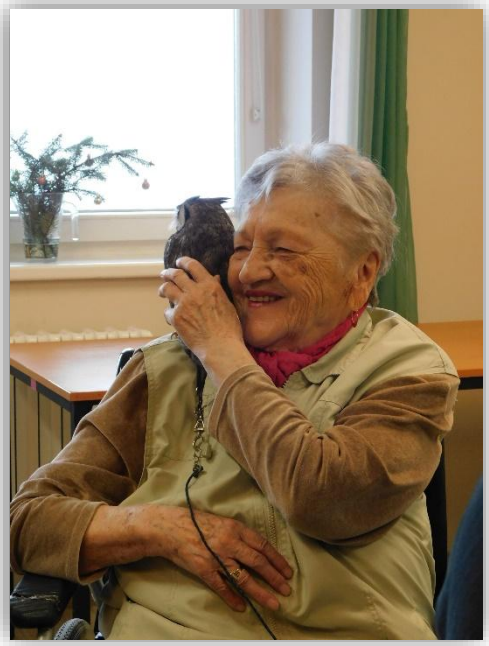
*S radostí oznamujeme, že dne 27. a 28. 11. 2025, jsme v našem domově začali psát úplně novou kapitolu a zahájili jsme tak novou tradici v podobě Vánočního jarmarku. Tato akce přinesla do prostor sváteční atmosféru plnou radosti a tepla. Naši uživatelé a jejich rodinní příslušníci si užili nejen hudební vystoupení Cimbálové muziky Slezan, ale také Beskydských muzikantů, kteří rozproudili zábavu. Bylo připraveno bohaté občerstvení, které zahrnovalo jak zákusky, koláče, tak třeba i chleba se škvarkovou pomazánkou, slaninou, sekanou či různé druhy sýrů. Vestibulem se táhla libá vůně vánočního punče, kávy a nechyběl ani osvěžující ovocný nápoj. Hlavním lákadlem se bezesporu stala výstava výrobků našich uživatelů, jež si bylo možné i zakoupit a odnést si tak kus vánoční atmosféry i do svých domovů. Akce se velmi vydařila a už dnes se těšíme na její druhý ročník.*

27.-28. 11. 2025

# SOVÍ TERAPIE

*Návštěva chovatelky soviček výrečka bělolícího představovala, v rámci zooterapie, pro uživatele našeho domova skutečný zážitek. Malí opeřenci Ariel a Rozárka přinesli radost a zpestření všedního dne, když si je uživatelé mohli nejen prohlédnout, ale také pohladit či vzít na ruku. Uživatelé měli možnost klást otázky a dozvědět se tak mnoho zajímavostí o tomto jedinečném druhu ptáků, kteří nejsou v naší přírodě k vidění.*
*Společně s chovatelkou jsme navštívili také uživatele, kteří se kvůli zdravotnímu stavu nemohou těchto akcí zúčastňovat, přímo na jejich pokojích. Tento kontakt jim přinesl velkou radost. Návštěva se stala příjemnou, interaktivní a léčivou zkušeností, která rozveselila všechny zúčastněné.*

2. 12. 2025



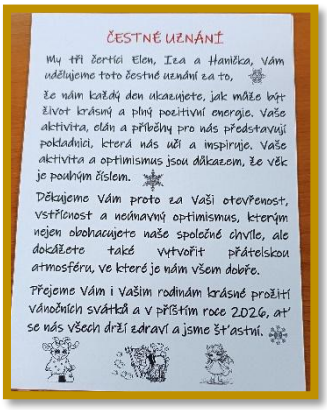
# JEŽÍŠKOVI ÚŘEDNÍCI

*Již potřetí k nám zavítali zástupci Ježíškových úředníků – vedoucí odboru sociálního Jana Rodáková a vedoucí odboru investic Renata Lacko společně se starostou Karlem Kulou a místostarostou Vítem Slováčkem.*
*S upřímnou snahou potěšit naše uživatele jim předali zakoupené dárky a přinesli radost i kousek vánoční atmosféry.*
*Každý ze seniorů obdržel symbolického čokoládového Mikuláše a na jednotlivá patra byly připraveny dárkové balíčky plné dobrot – čokolády, kávy, perníčků či oblíbeného vaječného likéru. Letos navíc zůstala část vybraných financí i v obálce a vedení Centra sociálních služeb za ně seniorům zakoupila další milé pozornosti, které jim udělaly radost v následujících dnech.*
*Velké poděkování patří zaměstnancům městského úřadu v Českém Těšíně, díky jejichž štědrosti a dobré vůli se podařilo vytvořit atmosféru, která potěšila nejen seniory, ale i všechny zúčastněné.*
*Radost při předávání dárků byla oboustranná – senioři se na tuto tradiční předvánoční návštěvu opravdu těšili a Ježíškovi úředníci si odnesli krásný pocit ze společně strávených chvil.*
*Tento milý projekt znovu potvrdil, jak důležitá je podpora, soudržnost a lidská blízkost napříč generacemi.*

16. 12. 2025

# Čertovské BINGO

*Mikulášský den jsme strávili ve společnosti dvou čertic a hry Bingo. Během hry bylo hodně veselo, zpívalo se, hrálo, pila se ohnivá čertovská voda. Všichni se shodli, že s tak hodnými čerty by se nebáli jít ani do pekla.*



ČESTNÉ UZNÁNÍ

My tři čertíci Elen, Iza a Haníčka, Vám udělujeme toto čestné uznání za to,

že nám každý den ukazujete, jak může být život krásný a plný pozitivní energie. Vaše aktivita, elán a příběhy pro nás představují pokladnici, která nás učí a inspiruje. Vaše aktivita a optimismus jsou důkazem, že věk je pouhým číslem.

Děkujeme Vám proto za Vaši otevřenost, vstřícnost a neúnavný optimismus, kterým nejen obohacujete naše společné chvíle, ale dokážete také vytvořit přátelskou atmosféru, ve které je nám všem dobře.

Přejeme Vám i Vašim rodinám krásné prožití vánočních svátků a v příštím roce 2026, ať se nás všech drží zdraví a jsme šťastní.

5. 12. 2025

# Pečení

*Všichni doma sice pekli cukroví, ale my jsme se rozhodli jít proti proudu a upéct si domácí pizzu. A byla skvělá.*

Prosinec 2025

# Vánoční návštěva Cieszyna

*Pořádně se obléknout a vyrazit na vánoční trhy do polského Cieszyna, to bylo cílem naší předvánoční cesty. Výborný svařák nás pěkně zahřál, pořídili jsme si i nějakou drobnost na výzdobu stromečku a užili si krásnou atmosféru Vánoc. Bylo veselo a vůbec nic nám nechybělo.*

17. 12. 2025