

**ČÍSLO 21****BŘEZEN 2025**

ŘEKNI AHOJ JARU: VÝZVA CHARITY MOST PRO DĚTI I DOSPĚLÉ

Jaro v nedohlednu, za oknem pořádný mráz...Pojďme společně to vytoužené jaro přivolat!

Připravili jsme pro vás celkem třináct jarních výzev, které budeme postupně zveřejňovat na našem charitním [Facebooku](#) každé pondělí a čtvrtek ráno. Výzvy jsou kreativní, ale zároveň snadné tak, aby je zvládli i předškoláci. Zároveň budou bavit i starší děti nebo dospělí.

Každá výzva bude zaměřena na jaro – čekají vás **úkoly spojené s přírodou, tvořením, pohybem i dobrými skutky**. Zapojte se s rodinou, přáteli nebo třeba školní třídou a užijte si společné chvíle plné zábavy a inspirace!

Nezapomeňte se s námi **podělit o své zážitky a fotky** v komentářích pod příspěvky. Těšíme se na vaše výtvary a jarní dobrodružství!

Sledujte nás na Facebooku a nenechte si ujít žádnou z výzev!



OBSAH

Téma: Postní almužna - 2

Rok bez Brigity Janovské - 3

Naše nové projekty - 4

Sv. Valentýn v naší Charitě - 5

Děni v NZDM Zastávka - 6

Zprávy z NZDM - 7

Vaření s dětmi - 8

Charita Most info - 9

VYHLÁŠENÍ VÝSLEDKŮ TŘÍKRÁLOVÉ SOUTĚŽE VE FARNOSTI JENÍKOV



V úterý 11. února se děti z **NZDM Zastávka** v Duchcově zúčastnily slavnostního vyhlášení výsledků celorepublikové Tříkrálové soutěže, kterou pořádala farnost Jeníkov.

Setkání proběhlo ve velmi přátelské atmosféře – připomněli jsme si příběh o třech králich, společně jsme si zazpívali a pak už se napjatě čekalo na výsledky.

Soutěžní obrázky hodnotily děti ze znojemské základní školy, a my máme obrovskou radost, že hned dva naši klienti se umístili na předních příčkách a odnesli si krásné ceny!



Téma: Postní almužna 2025: Síla odříkání a pomoci druhým

Postní doba je obdobím ztišení, zamyšlení a duchovní obnovy. Pro křesťany představuje čtyřicet dní před Velikonocemi příležitost k prohloubení víry, sebereflexi a dobročinnosti. Letošní půst začíná Popeleční středou, která letos vychází na 5. března.

Význam půstu a odříkání

Půst není jen omezování se v jídle, ale především cesta k větší vnitřní svobodě. Dobrovolné vzdání se určitých věcí – ať už sladkostí, zábavy, sociálních sítí či jiných požitků – nám pomáhá soustředit se na podstatné hodnoty života. Učí nás trpělivosti, disciplíně a vděčnosti.

Toto odříkání však není samoúčelné. Může nás vést k větší **solidaritě** s těmi, kteří žijí v nedostatku. Peníze, které ušetříme tím, že si něco odepřeme, můžeme věnovat na dobrou věc – a právě k tomu vybízí Postní almužna.

Jak se zapojit do Postní almužny 2025?

Každý, kdo chce prožít půst aktivně a smysluplně, se může zapojit:

1. Zamyslete se, čeho se během postní doby vzdáte. Může to být oblíbená pochoutka, časté nakupování, sledování televize nebo jiný zvyk, který není pro váš život nezbytný.
2. Ušetřené peníze věnujte na charitativní účely. Tradičně se využívají papírové postní pokladničky (postničky), do kterých můžete ukládat drobné částky během celého půstu.
3. Podpořte potřebné skrze Charitu Most. Vybrané prostředky použijeme na sociální pomoc potřebným.

Odříkání, které přináší radost

Postní almužna nám připomíná, že skutečné bohatství nespočívá v tom, co vlastníme, ale v tom, co dokážeme sdílet. Když se vzdáme něčeho malého, můžeme přinést velkou změnu do života druhých.

Připojte se k Postní almužně 2025 a prožijte letošní půst s otevřeným srdcem!



Rok bez Brigity Janovské: Připomínáme si odkaz neúnavné dobrovolnice

6. března to bude přesně rok od chvíle, kdy nás navždy opustila paní Brigita Janovská, naše dlouholetá dobrovolnice a koordinátorka přeshraniční spolupráce. Zavzpomínejte spolu s námi na tuto dámu s velkým srdcem a významnou osobnost společenského a kulturního života v regionu.

Brigita Janovská se narodila v roce 1944 v Lomu u Mostu do smíšené česko-německé rodiny. Tento fakt ovlivnil její další směřování a předurčil její roli v budování přeshraničních vztahů.

“Všechny mé aktivity mají společného jmenovatele a tím je láska k životu, k lidem a k práci.”

Jako dobrovolnice Charity Most měla na starosti mezinárodní vztahy a s tím související koordinaci přeshraničních projektů a partnerství. To zahrnovalo i charitní práci například formou zábavně-vzdělávacích výletů pro děti ze sociálně slabých rodin, ale i odborných seminářů a exkurzí pro charitní zaměstnance a dobrovolníky. V Charitě rovněž vedla dvoujazyčnou kroniku.

Paní Brigita Janovská za svou dlouholetou práci a rozvoj charitního díla obdržela několik významných ocenění:

- v roce 2012 obdržela prestižní světovou cenu za zásluhy o porozumění mezi národy Zlatou holubici míru,
- v roce 2013 získala Cenu Charity ČR za mimořádné charitní dílo,
- v roce 2014 byla vyznamenána „Čestnou cenou Lidové solidarity Německa“ za zásluhy o dlouholeté úspěšné partnerství obou organizací.



Paní Brigita Janovská nás po krátké těžké nemoci opustila v březnu 2024 ve věku nedožitých 80 let.

Zapalte proto svíčku a vzpomeňte na tuto výjimečnou ženu spolu s námi.

Tým pracovníků Charity Most



PROJEKT ODBORNÉ WORKSHOPY 2025

S radostí oznamujeme realizaci projektu s názvem „Odborné workshopy 2025“, který je financován prostřednictvím programu Euroregion Krušnohoří – malý projekt přeshraničního setkávání (tzv. people-to-people).

Tento projekt si klade za cíl posílit spolupráci mezi českými a německými odborníky v oblasti sociálních služeb a péče. Partnerem Charity Most na německé straně bude v tomto projektu Lidová Solidarita Freiberg, se kterou spolupracujeme dlouhodobě.

V rámci projektu se uskuteční dva odborné workshopy zaměřené na klíčová témata z oblasti sociální a zdravotní péče:

- Workshop na české straně Krušnohoří se zaměří na péči v zařízeních pro osoby s chronickým duševním onemocněním.
- Hlavním tématem druhého workshopu na německé straně bude práce s dětmi předškolního věku.

Projekt je financován prostřednictvím Fondu malých projektů v rámci programu Interreg Sasko – Česká republika 2021-2027, který podporuje přeshraniční spolupráci mezi Saskem a Českou republikou, a to částkou 4 864 Euro (80 % z celkové částky). Celkové náklady projektu činí 6 080 Euro.



PROJEKT ODVAŽ SE VĚDĚT

Projekt s názvem Odvaž se vědět podporuje rozvoj vzdělávacích aktivit v neformálním vzdělávání zaměřených na podporu romských dětí a mládeže a zvyšování jejich motivace ke vzdělání na všech typech škol, a to prostřednictvím neformálních vzdělávacích aktivit a dále prostřednictvím aktivit spolupráce, vzájemného sdílení zkušeností a vzdělávání pracovníků a dobrovolníků romských a proromských organizací a také prostřednictvím odborně zaměřených tematických a komunitních setkávání.

Tento projekt je spolufinancován z EU prostřednictvím Operačního programu Jan Ámos Komenský.

Projekt č. CZ.02.02.04/00/24_032/0008979

Celkové náklady projektu: 7 360 000 Kč

Příspěvek Unie: 5 647 696 Kč

Národní veřejné zdroje: 1 344 304 Kč

Vlastní zdroje financování: 368 000 Kč

Doba realizace projektu: 1. 11. 2024 - 31. 10. 2028



Spolufinancováno
Evropskou unií



Sv. Valentýn v našich službách

Svátek svatého Valentýna, často vnímaný jako den zamilovaných, je ve skutečnosti skvělou příležitostí k vyjádření nejen lásky, ale i přátelství, vděčnosti a vzájemné podpory. Děti z našich zařízení – NZDM Drak v Náhlově, NZDM Zastávka v Duchcově, NZDM Coolna v Žatci a ZDVOP Charity Most – si tento svátek užily s radostí a kreativitou.

Pod rukama šikovných dětí vznikla řada nádherných valentýnských přáníček, která potěší nejen kamarády, ale i rodinné příslušníky a blízké. Nechyběly ani ručně vyráběné dekorace, které rozzářily prostory našich zařízení. Některé děti se pustily i do výroby praktických drobností, jako jsou originální jehelničky.

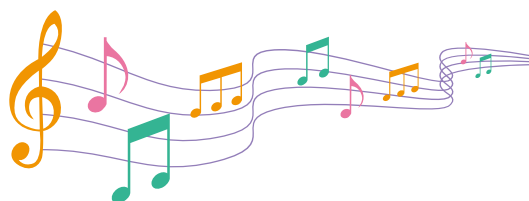
Společné tvoření bylo nejen zábavou, ale také příležitostí k zamyšlení nad tím, jak důležité je dávat najevo své city – ať už jde o lásku, přátelství nebo prostou radost ze společně stráveného času. Všichni si odnesli nejen krásné výrobky, ale především dobrý pocit z obdarování druhých a sdílení pozitivní atmosféry.



Návštěva plná hudby v NZDM Drak



10. února jsme měli v NZDM Drak v Náhlově milou návštěvu. Čas si na nás udělal hudebník Michal Beňák, který si s dětmi popovídal a zazpíval. Děkujeme za krásné odpoledne.



Kotva na ledě

Venku už nám během února trochu přituhlo, ale to nám v NZDM Kotva vůbec nevadilo. Zimní čas využíváme aktivně na ledě i mimo něj.



Masopustní veselí v Duchcově

V našem duchcovském NZDM Zastávka slavíme masopust každý rok. Připomínáme si tradice, tvoříme masky, pečeme koblížky. Letos jsme se vydali i na masopustní průvod městem.

Děti a pracovníci z NZDM Zastávka vyrazily v kostýmech potěšit a pobavit kolemjdoucí. Největší úspěch měl samozřejmě kostým dinosaura.



Společné čtení s dětmi v sociálních službách: Knihy jako cesta k poznání a radosti



V Charitě Most věříme, že knihy a četba hrají v životě každého člověka důležitou roli. Pomáhají rozvíjet představivost, podporují empatii a otevírají dveře do světů plných příběhů, které mohou inspirovat i poučit. Proto jsme se s radostí zapojili do projektu Knihy pro děti v sociálních službách, jehož cílem je přiblížit literaturu dětem, které by k ní jinak měly omezený přístup.

V rámci tohoto projektu měly děti z Nízkoprahového zařízení pro děti a mládež Zastávka v Duchcově možnost seznámit se s krásně ilustrovanou pohádkovou knihou *O duši a dívce* od Martina Vopěnky. Tento soubor pohádek z hor přináší nejen kouzelné příběhy, ale také podněty k zamyšlení nad hlubšími tématy, což ho činí ideální volbou především pro školáky.

Společné čtení se pro děti stalo nejen příležitostí ponořit se do poutavého vyprávění, ale také chvílí, kdy mohly sdílet své dojmy a pocity s ostatními. Společně jsme diskutovali o postavách, ději i o tom, jaké poselství jednotlivé pohádky nesou. Tato setkání podporují nejen lásku ke knihám, ale i vzájemnou komunikaci, porozumění a schopnost vnímat příběhy v širších souvislostech.

Děti si čtení velmi užily a my věříme, že se tímto zážitkem podařilo probudit v nich zájem o literaturu. Rádi bychom v podobných aktivitách pokračovali i nadále a přinášeli tak radost ze čtení co nejvíce dětem.

Děkujeme Asociaci poskytovatelů sociálních služeb ČR za poskytnuté knihy, a těšíme se na další společné chvíle s krásnými příběhy!



Odvaž se vědět: Jarní prázdniny v Praze

Díky projektu Odvaž se vědět (bližší informace o projektu najdete na str. 4 tohoto Bulletinu) se děti navštěvující NZDM Zastávka v Duchcově vypravily během jarních prázdnin na vzdělávací výjezd do Prahy.

Vzdělávací výjezd do Prahy, kterého se zúčastnilo osm dětí z NZDM Zastávka v Duchcově, se uskutečnil ve dnech 25.-28. 2. 2025. Děti v doprovodu pracovníků navštívily např. Národní zemědělské muzeum, Toboga FunPark, Muzeum voskových figurín, Muzeum iluzí nebo zábavní park Majaland.

Kromě toho nechyběla na programu ani návštěva památek - Staroměstské náměstí s orlojem, Stavovské divadlo, Karlův most, Prašná brána, Ovocný trh a mnoho dalšího. Během výjezdu jsme načerpali mnoho nových informací a znalostí, ale také si užili zábavu, která k prázdninám neodmyslitelně patří.



Coolna v knihovně

V únoru proběhl Mezinárodní den darovaných knih. V žatecké knihovně zároveň proběhla sbírka dětských knih.

Vybrané knihy pak putovaly k nám, a to do našeho NZDM Coolna. Můžeme děkovat žatecké knihovně i všem, kdo se do této skvělé akce zapojili. Knihy nám udělaly velkou radost.



Workshopy v Coolně



V žatecké Coolně pravidelně pořádáme pro děti a mládež workshopy na nejrůznější témata. Tentokrát se jednalo o inspirativní workshop jak být k sobě navzájem otevřenější a respektující.

Posláním našich nízkoprahů je pomáhat mladým lidem, kteří se ocitají v obtížné životní situaci. Nabízí jim bezpečný prostor, podporu, radu a možnost smysluplného trávení volného času. Cílem je předcházet problémům, jako jsou kriminalita, závislosti nebo sociální vyloučení, a pomoci mladým lépe zvládat každodenní život.



Vaření s dětmi: Radost, zkušenosti i společné chvíle

Vaření je skvělý způsob, jak děti nejen zabavit, ale také jim předat cenné dovednosti do života. V našich zařízeních si to mohly vyzkoušet na vlastní kůži – a výsledky rozhodně stály za to!

V NZDM Kotva se provoněly prostory vůní domácích sušenek. Děti se naučily, jak správně odměřit suroviny, smíchat těsto a vytvarovat sušenky, které pak s nadšením ochutnávaly. Společně jsme si ukázali, že pečení není žádná věda a že si můžeme pochutnat i bez kupovaných sladkostí plných konzervantů.

V Chomutově se pustili do vaření tradičních pelmeňů. Děti si vyzkoušely hnětení těsta, plnění malých taštiček masovou směsí a jejich vaření. Bylo to nejen chutné, ale i zábavné – a hlavně si každý odnesl zkušenost, že i složitější jídlo se dá zvládnout, když se do toho pustíme s chutí.

V NZDM Coolna se pekla voňavá domácí bábovka. Děti viděly, že i takový klasický moučník se dá upéct snadno, stačí jen kvalitní suroviny a trocha trpělivosti. Nejlepší odměnou pak bylo společné ochutnávání ještě teplého kousku.

Ukazovat dětem, jak vařit bez polotovarů, z poctivých surovin a s radostí, je důležité. Nejenže si osvojí základy vaření, ale také zjistí, že domácí jídlo chutná lépe a je zdravější. A hlavně – vaření spojuje, učí spolupráci a přináší radost z vlastnoručně připraveného pokrmu. Těšíme se na další společné kulinářské dobrodružství!



Příběh z naší dluhové poradny: Nikdy není pozdě na lepší život

Tento rok pan P. oslaví své šedesáté sedmé narozeniny. Když v roce 2021 přišel do naší **dluhové poradny v Duchcově**, bydlel v drahém nájemním bytě, který nebyl vyhovující. Jednalo se spíše o holobyt bez řádného zázemí.

Pan P. byl také zadlužený a pod neustálým tlakem ze strany exekutorů. K jeho duševní pohodě nepřispíval ani jeho špatný zdravotní stav, který zapříčinilo nevhodné bydlení. Pan P. byl utrápený a hodně unavený. Chtěl žít lepší život, mít normální pěkné bydlení, a hlavně se zbavit exekutorů.

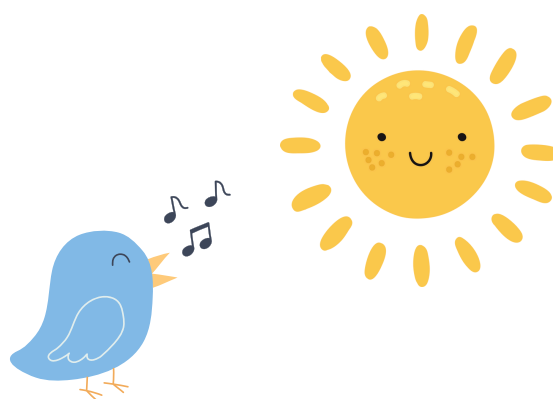
Díky intenzivní spolupráci s naší poradnou bydlí nyní pan P. v městském bytě s překrásným výhledem na Krušné hory. Minulý měsíc také úspěšně ukončil proces oddlužení, a tak mu zůstává celý důchod na zajištění spokojeného života.

Pan P. je příkladem toho, že nikdy není pozdě řešit svou těžkou životní situaci.



**Spolufinancováno
Evropskou unií**

Dluhová poradna v Duchcově je financována prostřednictvím projektu PROTIDLHOVÉ PORADENSTVÍ MOST, CHOMUTOV, LITVÍNOV, DUCHCOV (projekt č. CZ.03.02.01/00/22_033/0000771). Projekt je financován Evropskou unií prostřednictvím Operačního programu Zaměstnanost+.



Podpořte nás!

Podpořit nás můžete např.:

- finančním darem na účet č. 265 611 608/0300 nebo přes platformu Darujme.cz,
- pomocí formou služby (vstupy do divadla, bazénu, sportoviště, přednášky atd.),
- materiální pomocí (ošacení, potřeby do domácnosti, drogerie)
- dobrovolnickou činností,
- zapojením do výzvy Muffin pro charitu,
- sdílením našich příspěvků na sítích.

Děkujeme!

**Chcete náš bulletin dostávat pravidelně každý měsíc do e-mailové schránky?
Přihlášení k odběru je možné na e-mailu jehlickova@charita-most.cz.**

Sledujte nás také na sociálních sítích

