

## Senioři, sociální služby - 2019

Diecéze ostravsko – opavská (DOO)

Centrum pro rodinu a soc. péči

Spolupráce a koordinace aktivit:

Mgr. Ludmila Kaňoková, Bc. Lenka Putzlacherová,  
Věra Schvarcová, Mgr. Marie Gottlicherová

[seniori@doo.cz](mailto:seniori@doo.cz)

**Ve spolupráci:**

**Město FM**

**Hospicfm**

**Charita**

**Nemocnice FM**

**Farnosti DOO**

# DIECÉZE OSTRAVSKO OPAVSKÁ

## Nabídka akcí - březen 2019

- **V měsíci březnu vám nabízíme další aktivity pro setkávání, vzdělávání, duchovní povzbuzení:**
- KLAS (Klub aktivních seniorů): 5. března v Ostravě na biskupství od 9 hodin. Téma: Svatý Josef - tesař a pěstoun.
- JEŽÍŠOVA PODOBENSTVÍ: 6. března ve Frýdlantu nad Ostravicí ve Středisku sociálních služeb od 9 hodin. Téma: O skrytém pokladu, drahocenné perle a rybářské síti.
- KLAS: 12. března ve Frýdku na staré faře od 9 hodin. Téma: 100 let československé koruny.
- AKADEMIE PRO TŘETÍ VĚK: 14. března v Ostravě na biskupství od 9 hodin. Téma: Ježíšovo utrpení a smrt podle čtyř kanonických evangelií. Lektor: Doc. Dr. Petr Mareček, Th.D.
- POSTNÍ DUCHOVNÍ OBNOVA: 20. března ve Frýdlantu nad Ostravicí ve Středisku sociálních služeb od 9 hodin. Vede: P. Mgr. Jiří Marek Kotrba.
- POVÍDÁNÍ O PANAMĚ: 21. března v Ostravě na biskupství od 9 hodin. Hostem je Bc. Anna Štefková.
- JEŽÍŠOVA PODOBENSTVÍ: 26. března ve Frýdku na staré faře od 9 hodin. Téma: O skrytém pokladu, drahocenné perle a rybářské síti.
- LECTIO DIVINA: 27. března v Ostravě na biskupství od 9 hodin. Vede P. Mgr. Roman Janáč. Vezměte si s sebou Nový Zákon.
- VÝLET ZA TĚŠÍNSKÝM KVÍTKEM: 28. března z Frýdku vlak 8:34, z Ostravy Svinova 8:19 hodin. Na programu: přírodní rezervace s výskytem hvězdnatce čemeřicového, návštěva historické části města Cieszyn, Piastovská věž, kavárna Avion s přiblížením její historie.(L. Kaňoková, L. Putzlacherová)
- Pout' seniorů a diecezní setkání seniorů - ročně

# Jejich radost – naší odměnou



Stáří je dar, ne každému je dán..



# Marie a Ludmila - koordinátorky





# Učíme se, nasloucháme, sdílíme



# Domov pro seniory – středisko sociálních služeb - Frýdlant n. Ost.





- **Senioři prožili krásnou duchovní obnovu**
- Ve dnech 22. - 24. října 2018 se 19 seniorů zúčastnilo v Pastoračním centru ve Frýdlantu nad Ostravicí podzimní duchovní obnovy na téma "Sedm slov z kříže". Obnovu vedl kaplan pro seniory P. Mgr. Roman Janáč, CSsR. Téma přitáhlo i několik nových účastníků.
- Obnova byla opravdu bohatá na myšlenky. Jak účastníci říkali, ani si neuvědomujeme, co všechno v těch pár větách z kříže Ježíš vyslovil. Otec Roman hovořil o posledních chvílích Ježíšova života a zároveň se zamýšlel nad tím, jak budou vypadat poslední chvíle našeho života... Budeme odcházet jako Ježíš se slovy odpuštění, smíření, lásky? Nebo v nás bude hořkost, neodpuštění, nevyřešení vztahů apod.?
- Obnova nás vedla k mnoha otázkám a zamyšlením, např.: kdybychom stáli na konci života, co bychom chtěli udělat jinak?
- Snad nejkrásnější a nejsilnější pak bylo zamyšlení nad Ježíšovými slovy: "Otče, do tvých rukou svěřuji svého ducha..." Ježíš spočinul v Boží náručí. I nás toto čeká. Ježíš umírá s modlitbou na rtech, umírání se tak stává vrcholem života. Ježíš na kříži neukázal slabost, ale sílu - sílu lásky. Kéž bychom také my takto odcházeli z tohoto světa.

# Duchovní obnova pro seniory Frýdlant nad Ostr. - Pastorační středisko říjen 2018



# Senioři setkání



# Lectio divina aneb setkávání nad Božím slovem - Biblií

- Již několik let se setkáváme pravidelně jednou za měsíc v Ostravě na biskupství nad Božím slovem. Setkání Lectio divina vede P. Mgr. Roman Janáč, kaplan pro seniory.
- Jak tato setkání probíhají? Po úvodní modlitbě čteme úryvek z Bible, většinou evnagelium z toho dne, následuje krátké vysvětlení a potom máme možnost vzájemného sdílení, dotazů apod. Často čteme také několik různých překladů a pak o nich hovoříme. Setkání zakončíme společnou modlitbou. Každé setkání je velkým obohacením, protože biblický úryvek začneme vnímat úplně jinak. Je nám bližší a lépe mu porozumíme.
- Srdečně zveme všechny zájemce o hlubší poznání Božího slova dne 17. 10. od 9 hodin na biskupství v Ostravě. Setkání trvá cca 60 minut a není třeba se hlásit dopředu. Vezměte si s sebou Nový zákon.

# Biskupství sál nad biblí



# Duchovní pout' seniorů (2015)

- Ve středu 26. září 2015 se bazilika Navštívení Panny Marie začala už od rána plnit poutníky – převážně seniory, kteří zde připutovali z různých koutů diecéze na svou již **4. pout' seniorů**. Přijeli a přišli zde poutníci z Ostravy, Kravař, Havířova, Hlučína, Fulneku, Krnova, Jablunkova a dalších míst. Nechyběli i místní senioři.
- Mši svatou celebrou kaplan pro seniory P. Mgr. Roman Janáč, spolu s dalšími třemi kněžími, kteří přijeli se svými seniory.
- Po mši svaté nám místní průvodce bazilikou přiblížil historii tohoto poutního místa. Účastníci pouti se poté přesunuli na frýdecký zámek, kde je čekalo občerstvení a další program. Hosty byli manželé Ivana a Jan Zajíčkovi, kteří si připravili přednášku na téma „Co od nás očekávají naše děti a vnoučata“. Přednáška byla velice zajímavá a praktická. Přednášející hovořili o tom, jak je důležité pěstovat dobré vztahy mezi generacemi, zamýšleli se nad tím, jak můžeme my - starší generace – prarodiče – komunikovat s mladými a vnoučaty, ale také nad tím, co můžeme my sami dělat pro sebe ve vyšším věku.
- Závěr pouti patřil Dětskému folklórnímu souboru Ostravička, který měl připraveno pásmo písní a tanců.
- Co říci na závěr? Těšíme se opět za rok na viděnou – ale v Ostravě.

# Z pouti seniorů - Frýdek



# Program na zámku Frýdek - pout'





# Doprovodný program – folk.sbor Ostravička



# Diecézní setkání seniorů

- V úterý 29. května v 9 hodin se v kostele sv. Václava v Ostravě sešli senioři z různých koutů diecéze, aby slavili mši svatou na zahájení již **11. diecézního setkání seniorů**. Mši svatou celebroidal otec biskup František spolu s kaplanem pro seniory P. Romanem Janáčem, P. Janem Vechetou a hostem P. Romanem Kubínem z Brna.
- Po mši sv. se všech 85 účastníků odebralo na biskupství, kde již čekalo občerstvení. Během této přestávky se mohli senioři nejen občerstvit, ale také si popovídat.
- Hostem setkání byl P. Mgr. Roman Kubín, biskupský delegát pro pastorační v brněnské diecézi. Ve své přednášce se zaměřil především na mezigenerační vztahy. Hovořil o vztazích mladých a starších v rodině i ve společnosti. Zdůraznil, jak je důležité se vzájemně chápat a pracovat na dobrých vztazích.
- Závěr diecézního setkání patřil studentům z biskupského gymnázia z Ostravy-Poruby. Připravili si pásmo písní, které bylo proloženo biblickými citáty. Jejich vystoupení mělo velký úspěch, mnozí účastníci zpívali spolu s nimi.
- Co dodat na závěr? Setkání se vydařilo a můžeme se společně těšit na další zase za rok.

# Frýdek - bazilika



# Hospic FM



# Hospic - program dětí



# Hospic FM



# Hospic FM



# Hospic – stáří, doprovázení





Vděčnost života, za život...



„Stáří se nevysmívej - vždyť k němu směřuješ.“

„Před stářím neutíkej, stejně tě doběhne“

„Vědět, jak zestárnout, to je mistrovské dílo moudrosti a jedna z nejdůležitějších kapitol velkého umění žít“ Henri Amiel

