

Náš domov

číslo 2/2022



Foto: Pavel Hubáč



Léto 2022

Co v tomto čísle najdete

Výběrové řízení na post ředitele domova.....	3
Valorizace důchodů od září 2022.....	4
Jak se vám žije v našem domově	4
Oslava 105. narozenin paní Marie Lizánkové.....	7
Pitný režim nejen v letních měsících	9
Výlet do Slatiňan.....	12
Splněný klučíčí sen.....	14
Strasti i radosti s domácí zvěří	16
Projekt Ježíškova vnoučata naděluje dárky nejen v prosinci.....	18
Polední menu v zahradě domova	21
Kdo je kdo v našem domově?	23
Koutek trénování paměti	32
Přehled akcí konaných v našem domově ve 2. čtvrtletí 2022.....	34
Správné řešení úkolů z Koutku trénování paměti ze stran 32 - 34	35
Svoje narozeniny budou slavit	36
Noví obyvatelé našeho domova	37
S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili.....	38

Výběrové řízení na post ředitele domova

V souladu s mým rozhodnutím ukončit k 31. srpnu tohoto roku své působení ve funkci ředitele našeho domova pro seniory, o kterém jsem informoval již v jarním vydání časopisu *Náš domov*, vypsala starosta města pan Josef Kozel výběrové řízení na obsazení této pozice.

Členy výběrové komise byli jmenováni: Josef Kozel – starosta města, JUDr. Tomáš Plavec – místostarosta města, Mgr. Jana Kopecká – vedoucí sociálního odboru MěÚ, Ing. Ivana Jankovská – tajemnice MěÚ, Klára Vašáková – předsedkyně Rady zaměstnanců našeho domova a já. Klára Vašáková se ze zdravotních důvodů jednání nezúčastnila.

Konečný termín pro podání přihlášek byl stanoven na 22. dubna 2022. O post ředitele se nakonec ucházeli tito tři zájemci:

- *Ing. Petr Křivský* – stávající vedoucí ekonomicko-provozního úseku Domova sociálních služeb Slatiňany
- *Mgr. Martina Vojtíšková* – inspektorka kvality sociálních služeb
- *PhDr. Eva Kunátová Holečková, MBA* – ředitelka Alzheimercentra Pardubice.

První kolo výběrového řízení proběhlo ve čtvrtek 5. května 2022 v kanceláři starosty města. Členové komise otevřeli obálky s přihláškami a ověřili, zda uchazeči splnili všechny zadání podmínky, především dosažené vzdělání a praxi ve vedoucích funkcích, zda doložili přehled dosavadní praxe, získaných znalostí a dovedností. Stěžejní byl také požadavek na vypracování návrhu koncepce řízení a rozvoje organizace – tedy našeho domova. Vše bylo shledáno v pořádku, a proto byli výše jmenovaní písemně pozváni na čtvrtek 2. června 2022 k osobnímu setkání.

Při ústním pohovoru byl nejprve každý zájemce o post ředitele vyzván, aby seznámil členy komise s tím, proč se do výběrového řízení přihlásil, čeho by chtěl ve funkci ředitele domova dosáhnout a jak si představuje práci s klienty a zaměstnanci domova. Každému uchazeči byl také položen dotaz, co ví o městě Heřmanův Městec.

Po absolvování rozhovorů se všemi účastníky se členové výběrové komise jednoznačně shodli, že Radě města bude ke jmenování ředitelkou domova pro seniory doporučena **PhDr. Eva Kunátová Holečková, MBA**.

Evu znám již mnoho let a vím, že ve všech funkcích v oblasti sociální práce, ve kterých kdy pracovala, dosahovala výborných úspěchů. Proto věřím, že bude velkým přínosem i pro náš domov a že se nám všem zde bude dobře společně pracovat.

*Ing. Petr Mazura
ředitel domova*

Valorizace důchodů od září 2022

V září 2022 dojde k opětovnému navyšování důchodů. Procentní výměra důchodů se zvýší o 5,2 procenta. U klientů, kteří ani po červnovém zvyšování nemají na plnou úhradu za pobyt a stravu, dojde od září k přepočtení platby. Opět bych tedy chtěla poprosit naše obyvatele, kteří nemají na plnou úhradu a obdrží důchodový výměr, aby ho předali k nahlédnutí na sociální oddělení.

Děkujeme za spolupráci.

*Mgr. Petra Linhartová
vedoucí sociálního oddělení*

Jak se vám žije v našem domově

V jarních měsících tohoto roku, v průběhu dubna a května, proběhlo v našem domově dotazníkové šetření spokojenosti klientů, do kterého se **zapojilo 38 obyvatel domova**. Všem, kteří jste se dotazníkem zabývali, vyplnili ho a vyplněný vrátili, děkuji za cennou zpětnou vazbu. Ráda bych Vás touto cestou informovala o tom, co jsme se prostřednictvím dotazníků od Vás dozvěděli, zda jste či nejste spokojeni s kvalitou poskytovaných služeb.



Dotazník byl rozdělen na tři oblasti: **oblast poskytované péče, oblast poskytovaných služeb a oblast mezilidských vztahů a volnočasových aktivit.**

Oblast poskytované péče

S poskytováním péče, vystupováním a chováním personálu jste vyjádřili spokojenost. Nespokojenost s přístupem personálu se objevila dvakrát, z toho jedna připomínka se týkala přístupu paní doktorky, která málo navštěvuje ležící klienty, a druhá připomínka upozorňuje na nedostatek času a spěch při péči o klienty. Při poskytování péče oceňujete zejména ochotu, pečlivost, příjemné a profesionální vystupování a chování personálu včetně úsměvu. Také si uvědomujete, že péče o klienty je i fyzická námaha, a proto byste řady pečujících žen obohatili o pečující muže, kteří by ženám mohli ulevit od fyzické dřiny související s přesuny klientů. Většinou také vnímáte kladně snahu personálu o individuální přístup při poskytování péče. Jedna připomínka k individuálně poskytované péči se týkala pocitu nedostatečné rehabilitační péče o nohy klientky upoutané na lůžko, která zároveň doporučuje rozšířit řady personálu o odbornou rehabilitační sestru. Z dotazníků také vyplynulo, že podpora Vaší soběstačnosti má svůj přínos a smysl, že je pro Vás důležitá nejen podpora samostatnosti při běžných denních činnostech ze strany personálu na oddělení, ale že nemalým dílem k tomu přispívají také pracovnice relaxačního centra, které Vám nabízí skupinové cvičení, jízdu na šlapacím kole, nácvik chůze v chodítku a nácvik vstávání u žebřin, individuální cvičení na lůžku, ale i další aktivity. Existují objektivní příčiny, kvůli kterým se nedaří Vaši soběstačnost zlepšit či udržet – zhoršení zdravotního stavu po prodělání nemoci Covid-19.

Většina z Vás uvedla, že nemáte narušen pocit soukromí ani pocit ztráty lidské důstojnosti a cítíte se bezpečně. Přivítali byste větší pokoje, kde by bylo více životního prostoru.

Většinou se cítíte být dostatečně informováni o dění v domově. Jednou se objevila nespokojenost s nedostatkem informací ohledně vlastního zdravotního stavu a užívaných léků. Většina z Vás také ví o možnosti stěžovat si a kam se se svou stížností obrátit.

Oblast poskytovaných služeb

Ubytování, stravování, úklid, práce prádelny jsou služby, které máte možnost v domově využívat, a jste s nimi převážně spokojeni.

Ubytování je pro Vás velmi důležité a jste s ním spokojeni. Bydlení na jednolůžkovém pokoji hodnotíte jako přínosné. Většina z Vás je s úrovní úklidu v domově spokojena. Jedna výhrada se týkala nedostatečné frekvence utírání prachu. S chodem prádelny jste spokojeni, oceňujete voňavé prádlo.

Velkou pozornost jste v dotaznících opět věnovali oblasti stravování. Čas podávání jídel je pro Vás většinou přijatelný, ale někdo by časy stravování posunul na později. K velikosti porce jste uváděli, že jsou spíše větší, nedostatek nepocituje nikdo. Nelze vyhovět všem klientům – někdo má rád tohle, a jiný tamto. Někdo by chtěl více ovoce, ale tvrdá jablka a zelené banány servírované k svačině neocenil nikdo. Také tvrdé a špatně krájené maso není dobré. Někteří by si přáli méně pomazánek a kaší – kaše třikrát do týdne je moc často. Přes všechny výhrady je většina z Vás se stravováním spokojená.

Oblast mezilidských vztahů

Téměř všichni hodnotíte pozitivně celkové prostředí domova. Někteří jste spokojeni zejména s vedením domova a kolektivem pracovníků. Někteří si vážíte ochoty pracovníce recepce, které Vám pomáhají s obsluhou automatu na kávu. Další se rádi účastníte aktivit a kulturních akcí, které se v domově konají. Co se týká kontaktu a komunikace mezi obyvateli domova, tak zde se potřeby různí. Většinou máte dostatek uspokojivých kontaktů. Ale občas se najde někdo, kdo se cítí osamělý a byl by rád, kdyby ho někdo na pokoji navštívil častěji. A některým z Vás přátelé zemřeli, jejich společnost Vám chybí a je pro Vás nenahraditelná.

Většinou také víte o vydávání časopisu *Náš domov*, který vychází každé čtvrtletí. Někteří z Vás patříte mezi jeho pravidelné čtenáře, a někteří jste se o něm zatím nedozvěděli.

Je potěšující, že většině z Vás se v domově žije dobře a jste spokojeni, a rádi se sem vracíte, i když samozřejmě „doma je doma“. Vaše kladná odezva nás těší a zároveň zavazuje, proto neváhejte a nebojte se i příště využít možnost dotazníku k tomu, abyste nám s důvěrou sdělili to, co Vás těší i trápí.

Ještě jednou Vám děkuji za povzbudivou zpětnou vazbu a za čas, který jste věnovali dotazníkům, a přeji Vám další spokojené dny prožité v našem domově.

Bc. Helena Plecháčková
sociální pracovnice

Oslava 105. narozenin paní Marie Lizánkové

Letošní 28. duben jsme v kalendáři měli vyznačený červeným písmem. Čekala nás oslava úctyhodných 105. narozenin klientky paní Marie Lizánkové. Našemu domovu se dostalo takové pocty, že jsme již popáté slavili s paní Marií, která se jako jediná z našich obyvatel může pochlubit trojmístným narozeninovým číslem a je jednou ze čtyř nejstarších obyvatel Pardubického kraje.



Do domova nastoupila ve svých sto letech, kdy při oslavě svých kulatých narozenin špatně dosedla, utrpěla zlomeninu nohy a v důsledku zhoršené hybnosti se o ni rodina již nemohla dále starat v domácím prostředí.

Personál oddělení D3 pro tuto příležitost nachystal slavnostní tabuli s květinovou dekorací a v cukrárně jsme nechali upéct krásný dort. Paní Lizánkové přijela popřát její rodina, pográtulovat přišlo vedení našeho domova a nezapomněli na ni ani zastupitelé pardubického městského obvodu 6, kde prožila většinu svého života. S přáním se přidali i někteří klienti. Během oslavy bylo veselo, konzumovaly se dobroty, které přivezla rodina, a cinkaly skleničky s nealkoholickým šampaňským.



K dokumentaci významné oslavy jsme přizvali fotografa, jehož černobílé snímky působí dojmem retrostylu a umí mile zastihnout zajímavé okamžiky, lidské emoce a výrazy. Tím nebyl nikdo jiný než místní Jan „Kočičák“ Kočí, kterému tímto děkujeme za jeho volný čas. Fotografie se opravdu vydařily.



Ptáte se na recept dožití dlouhého věku? Jak nám paní Marie sama prozradila při rozhovoru, když jí bylo 101 let, byla vždycky skromná a chtěla, aby byli hlavně druzí spokojení. Život neměla lehký, ale nikdy si nestěžovala a brala jej, jak přicházel. Když dělala nějakou práci, snažila se ji vždy odvést co nejlépe. Ráda tancovala, četla knížky, chodila do kina a divadla. Měla také zahrádku a pletla na vnučata. Až do svých šedesáti let chodila předvádět do Sokola. Její krédem bylo: „Člověk by měl dobře jíst a dobře se chovat.“

Na podzim máme v kalendáři červeně vyznačené další datum, a to 27. října, kdy by měla kulatou stovku oslavit paní Sabina.

*Mgr. Petra Linhartová, Mgr. Lenka Kellerová
sociální pracovnice*



Pitný režim nejen v letních měsících

Čekají nás letní měsíce a s tím spojený zvýšený pitný režim, který by se měl ale dodržovat po celý rok.

Proč je voda důležitá?

Voda má nezastupitelnou úlohu při trávení a metabolismu. Je nezbytná pro transport kyslíku a živin k tkáním a buňkám a tvoří základ cirkulace krve. Ovlivňuje také regulaci tělesné teploty. Dostatečný příjem tekutin je důležitý i pro to, aby byl organismus schopen zajišťovat látkovou výměnu a vylučování škodlivých látek. Dostatečné množství vypitých tekutin zajišťuje plnou výkonnost všech orgánů.

Senioři málo pijí!

Většina seniorů málo pije.
Je to dáno mnoha faktory:

- dříve se o nutnosti vypít dostatečné množství tekutin za den nemluvalo,
- senioři mají menší pocit žízně,
- svou roli mohou hrát i léky, které senioři v hojném množství užívají,
- některé zdravotní obtíže snižují potřebu tekutin,
- senioři zapomínají pít.



Starší generace odmítá pít také kvůli tomu, že pak budou muset jít na toaletu a nestihnou to (Tento důvod se objevuje velmi často, zvláště tehdy, když se senior chystá jít někam na dobu delší než 1-2 hodiny).

Nedostatek tekutin se projevuje:

- bolestí hlavy,
- suchými rty,
- povadlou pletí,
- únavou,
- podrážděností,
- zácpou.



Dehydratace je ztráta vody a důležitých krevních solí jako draslíku a sodíku. Může být životu nebezpečná a může být i příčinou smrti, zejména u silných průjemových onemocnění. Životně důležité orgány (ledviny, mozek nebo srdce) nemohou fungovat bez určitého minimálního množství vody a soli. Bez dostatečného množství vody může docházet až k poruchám funkce ledvin, vzniku ledvinových a močových kamenů. Zvyšuje se i riziko vzniku infekce močových cest, zánětu slepého střeva nebo onemocnění srdce a cév.

Příznaky dehydratace: závratě, červenání v obličeji a horkost, silně koncentrovaná (tmavá) moč, snížení krevního tlaku za současného zvýšení tepové frekvence, nehybné hluboké vrásky, suché sliznice a kůže, svalové křeče, nedostatečné množství slin pod jazykem, narůstající letargie, odmítání tekutin, špatný krevní obraz, stavy zmatenosti (může působit, jakoby trpěl demencí).

Při závažných příznacích dehydratace je nutné ihned navštívit lékaře! Doma tento problém rychle nevyřešíte. Napít se, už v tomto případě nestačí. Je třeba seniora zavodnit kapačkami.

Jak jednoduše poznat dehydrataci?

Zda toho Váš (pra)rodič pije dost, poznáte například podle barvy jeho moči. Optimální barva je světle žlutá. Pokud je tmavá a koncentrovaná, je to špatně. Můžete také zkontrolovat jazyk, při dehydrataci je suchý a povleklý.

Můžete ji poznat také podle stavu kůže - kožní řasa na ruce při vytažení nevrátí hned do své původní polohy, ale zůstane zdeformovaná a vrací se do původního stavu pomalu.



Pokud zjistíte, že Váš (pra)rodič má výše uvedené příznaky, donuťte jej vypít sklenici čisté vody a konzultujte jeho stav s lékařem, zvláště pokud trpí dalšími příznaky uvedenými výše. V budoucnu dohlížejte na jeho příjem tekutin.

Kolik tedy má senior vypít?

Organismus seniorů má kvůli poklesu řady tělesných funkcí i nižší nároky na množství vody, protože pro tyto funkce již voda není potřeba. Senioři mají však i sníženou koncentrační schopnost ledvin. Ledviny již nejsou schopny regulovat množství vyloučené moči „jako za mlada“ a produkují jí více, čímž dochází k větším ztrátám.

Dočtete se, že pro člověka ve věku 65 let a více je **ideální vypít dva litry tekutin**. Množství jejich příjmu je ale **individuální**. Nemůžeme chtít po někom, kdo celý život pil jen 1-2 sklenice denně, aby na stáří vypil 2 litry denně. Bylo by ale fajn, aby Váš (pra)rodič vypil **alespoň litr denně**. Na pitný režim je nutné dbát zvláště v létě při vysokých teplotách, při průjmech, zvraceních a vyšších fyzických výkonech, kdy je potřeba zvýšit příjem tekutin minimálně na 2 litry. Senioři trpící potížemi s ledvinami nebo srdcem by se měli o ideálním denním množství tekutin poradit se svým ošetřujícím lékařem.

Nejlepší je **pít čistou vodu**, popřípadě **bylinkové čaje** a **ředěné neslazené ovocné či zeleninové šťávy**. U zeleninových a ovocných šťáv to nepřehánějte s množstvím, mohou způsobovat průjemy. Senioři rádi pijí **obilnou kávu** (typu



melta), na kterou jsou zvyklí z dětství. Ta je také vhodná a zdravá. K obědu je oblíbené **nealkoholické pivo**. Vyhýbat by se senioři (a vlastně úplně všichni) měli slazenému pití, nejen proto, že je obecně nezdravé, ale protože je již dokázáno, že množství konzumovaného cukru má vliv na vznik demence. Do příjmu tekutin lze započítat i **polévky**, pomůže i **zelenina a ovoce**. Nelze do něj započítat kávu a černý čaj, protože ty odvodňují.

Dobré je naučit svého (pra)rodiče nosit vodu stále s sebou, ať jde kamkoliv. Mít vodu i doma stále po ruce – na nočním stolku, na stolku u křesla, kde se dívá na televizi apod.

Pokud s ním nebydlíte, naučte jej, že si má ráno naplnit minimálně litrovou konvici či džbán vodou a za celý den ji vypít. A nejlépe k tomu přidat ještě čaj, polévku, ovoce a zeleninu.

Zvláště senioři trpící demencí mohou trpět dehydratací, protože nemají pocit žízně a zapomínají pít či pít odmítají. U nich je třeba převzít odpovědnost a hlídat množství vypitých tekutin.

Čerpáno ze stránek zdraví.cz.

*za kolektiv oddělení L1 Gábina Ilková
staniční sestra*

Výlet do Slatiňan

Jednoho krásného červnového dne jsme vyjeli na výlet do Slatiňan, a sice do hřebčína. Prohlédli jsme si stáje, kde bylo několik koní. Ostatní už byli na pastvě. Potom nás průvodce vzal do stodoly, kde jsme si prohlédli kočáry a saně. Nakonec jsme byli v muzeu, kde visely sedla, ohlávky a podkovy vítězných koní. Po prohlídce jsme se najedli, dostali jsme řízek a zapili to minerálkou. Sestřičky se o nás po celou dobu staraly, za což jsme jim byli vděční. Výlet se nám vydařil a už se těšíme na další.

*paní Emilie Fidrová a paní Vlasta Faltinová
klientky oddělení B*





Splněný klučíčí sen

Ráda bych se s Vámi podělila o vyprávění, jak si můj syn Luboš splnil klučíčí sen.

Luboš je od malička vášnivým rybářem. Už jako malý kluk chytal velké ryby, jezdil na různé rybářské závody a převážně vyhrával, vozil domů poháry a medaile. Co ještě musím podotknout – ulovené ryby vracel vodě. Nejraději chytá na Kraskově, na Seči a na Labi. Jako kluk rád sledoval filmy, kde rybáři chytali ryby v Norsku, a pak nejvíce obdivoval lov sumců na řece Ebro ve Španělsku.

Do Norska vyrazil krátce po maturitě a konečně letos v polovině dubna se splnil jeho velký sen – „Ebro“.

Na cestu k přehradnímu jezeru Caspe na řece Ebro se vypravil s kamarády a průvodcem autem, táhli za sebou přívěs s rybářskou výbavou, cesta trvala z Čech 25 hodin, ale stálo to za to. Nejdříve nachytali candáty jako návnadu na sumce. Druhý den vyrazili na lodi a nahodili pruty. Během krátké doby to přišlo – na prutu sumec! Zápas s ním trval dvacet minut. Luboš stálo hodně sil, než vytáhl toho „macka“. Jak se následně ukázalo, byl to opravdu kus – měřil 210 cm a vážil 60 kg.



Syn se s ním „pomazlí“, vyfotil a s velkou radostí ho opět pustil zpět do vody.

I v další dny jeho rybářské výpravy chytil velké kusy, ale sumec z druhého dne byl jeho největším úlovkem. Byl opravdu šťastný, že se mu to podařilo a že něco podobného mohl zažít.

Kromě této největší trofeje má z dřívějška ještě pár větších úlovků - tresky chycené v Norsku, v Chorvatsku měl štěstí na kapra měřícího 103 cm a vážícího 28 kg. Zachytil si dokonce na oceánu při návštěvě naší dcery v Austrálii.



Treska obecná (Norsko – Soroya)



Treska Keller (Norsko – Soroya)



Austrálie – North Stradbroke Island



Jezero Zajarki (Chorvatsko) – 103 cm, 28 kg

O synovy rybářské zážitky se s Vámi podělila

Milada Kavenská, pracovnice recepce

Strasti i radosti s domácí zvěří

Když si pořizujete domů zvíře, ať už je to pes či kočka, počítáte takzvaně se ztrátami. Přeci jen - i když psa vycvičíte, někdy prostě neposlouchá a provede nějakou tu lumpárnu.

U kočky toho moc nezmůžete, to je jaksi zvíře svéhlavé. Především ty, které necháváme žít venku, jsou de facto neovladatelné. Chodí si domů, kdy chtějí, dožadují se Vaší pozornosti, dost často v nevhodné okamžiky. Nejednou Vám přinesou trofej, například v podobě ulovené myšky nebo ptáčka, aby Vám ukázaly, že je nekrmíte až tak zbůhdarma. Takže občas na mě při ranní kávě na balkóně čeká šok.

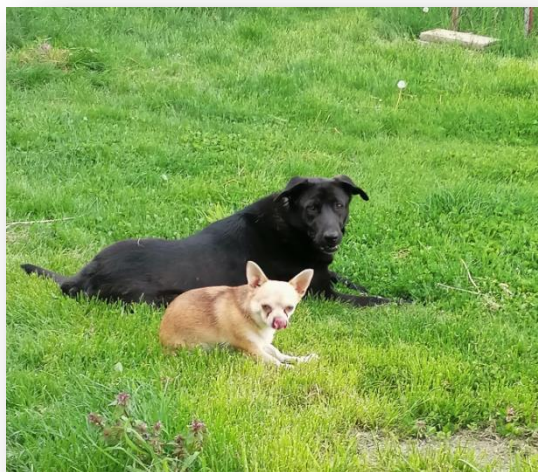
U psa je to jiné. Tam máme všichni za to, že se dají vychovat, vycvičit, tudíž nad nimi tak trochu vládneme. Já jsem ale do jednoho předchozího vydání

tohoto časopisu psala příhodu se sežranými ještě neobalenými řízký přímo z talíře, z čehož je myslím jasné, že ona ta naše nadvláda nebude tak veliká.

Fenka Bella už nám trochu vyrostla, a tak, když vítá návštěvu a postaví se na zadní, hledí jí z „očí do očí“. Každého by nejraději vítala řádným tulením a v ideálním případě olízáním. Což jí samozřejmě nechceme dovolit. Veselých příhod s tímto naším

„živlem“ máme nespočet. Ale dvě jsou takové čerstvé.

Narodilo se nám šest králíčků, moje radost byla ohromná. Každý den jsem je chodila krmit a podrbat za ušima. Takový malí drobečci, co se zatím vešli do jednoho kotce. Jednou ráno jsem tuhle bandu nakrmila, otevřela slepice, aby se podívaly na denní světlo, a odjela zařizovat věci do města. Když jsem poté parkovala u domku, už z auta jsem si všimla, že je kotec otevřený. Běžela jsem honem na zahradu. Bella si vesele chodila po zahradě a já už od auta tušila, že její radost bude pramenit ze svačiny, kterou jsem jí nedovřením



kotce naservírovala. Přiběhla jsem a začala počítat 1, 2, 3, 4, 5....5? Safra, kde je ten šestý? Začala jsem hledat po zahradě zbytek chlupů. Bylo mi jasné, že si na něm Bella smlsla.

„Takový drobeček, to měla jako jednohubku“, napadlo mě. Vzala jsem telefon a volala to příteli do práce. Vyličila jsem mu, co se stalo, a u toho hledala, kde najdu místo činu. Nikde nic. Najednou můj zrak padl do výběhu ke slepicím.

„Vidím ho!“ vykřikla jsem, až na druhé straně telefonu musel přítel nadskočit. On ten drobeček utekl do rohu ke slepicím. Oddychla jsem si, zavěsila a přemýšlela, jak ho dostanu ven, byl totiž zaseknutý u plotu. Slepice na mě koukaly trochu vyděšeně, když jsem je za bílého dne cpala do kurníku, ale já potřebovala prostor a ne zvědavé divačky. Nakonec se mi povedlo toho prcka vytáhnout. Srdíčko mu tlouklo vylekáním. Prohmatala jsem ho, zda je celý. Evidentně mu Bella nic neudělala. Tedy něco přeci - měl trochu ulíznutou pěšinku. Od té doby si raději dvakrát překontroluji, zda jsem doopravdy zavřela kotec pořádně. Nejsem si totiž jistá, zda by při stejné příhodě zůstal i její závěr s tak pozitivním výsledkem.

Druhá příhoda je o hodně kratší, ale myslím, že jsem se u ní zapotila mnohem víc. Posekala jsem trávu na zahradě a chtěla ji vysypat ke slepicím. Ale když ony to jsou zvířata tak neskutečně zvědavá! Než jsem se protáhla s košem brankou, která k nim vede, šup - jedna byla venku. Okamžitě jsem střihla pohledem po Belle, ta si všimla, že jí po zahradě chodí případná večeře, a významně se olízla. Díky bohu přeci jen občas trochu poslechne, a tak jsem se vydala směrem k ní s povel: „Ke mně!“ Kupodivu poslechla, i když se jí leskly oči dobrodružstvím. Naštěstí byl přítel doma na dvoře, začala jsem na něj tedy volat, ať jde honem za mnou.



Víte, výhoda u slepic je, že moc rozumu nepobraly, a tak „zaparkovala“ u prvního voňavého plácku s trávou a tam si uzobávala čerstvé lístky. Když se mi konečně povedlo přivolat pomoc, hleděl na mě přítel s nechápajícím výrazem a větou: „Proboha, proč ji pouštíš ven“? No jasně, já ji přeci pustila zcela cíleně, aby si holka oběhla zahradu a sezobala trochu čerstvé trávy.

Závěr je tedy jasný - myslím, že žádné zvíře nikdy nedokážeme zcela ovládnout, i když si myslíme, že ano.

Měli jste doma také zvířátka a vzpomínáte na jejich lumpárny? Věřím, že ano.

Přeji všem klidné nastávající letní dny.

Mirka Stará

bývalá pracovnice přímé péče oddělení LO

Projekt Ježíškova vnoučata naděluje dárky nejen v prosinci



Do projektu Ježíškova vnoučata je náš domov zapojen již několik let. Kromě plnění vánočních přání nás podporuje také finančně. Z jeho prostředků jsou placeny veškeré návštěvy zvířat v našem domově, ať už jde o canisterapii, Mobilní zvěřinec nebo návštěvu poníků.

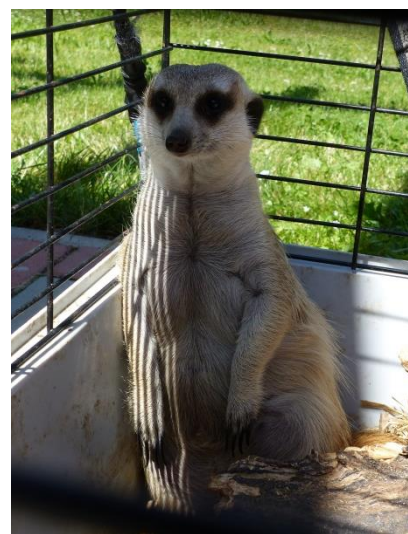
V zimním čísle jsme Vás informovali, že jsme do tohoto projektu poslali dvě přání. Jeden z „dárků“ byl pro klienty, kteří se ze zdravotních důvodů nemohou účastnit společenských akcí. V dubnu bylo naše přání splněno. Díky Jaroslavě Pechové z Olomouce k nám 20. dubna 2022 přijel harmonikář pan Tomáš Duspiva. Harmonikář Tom postupně prošel všechna oddělení našeho domova a přímo na pokojích klientům zahrál a zazpíval. Někteří si dokonce zanotovali spolu s ním. Pan Tomáš svojí ochotou a skvělým přístupem zahrál u srdce nejen klienty, ale také zaměstnance domova.

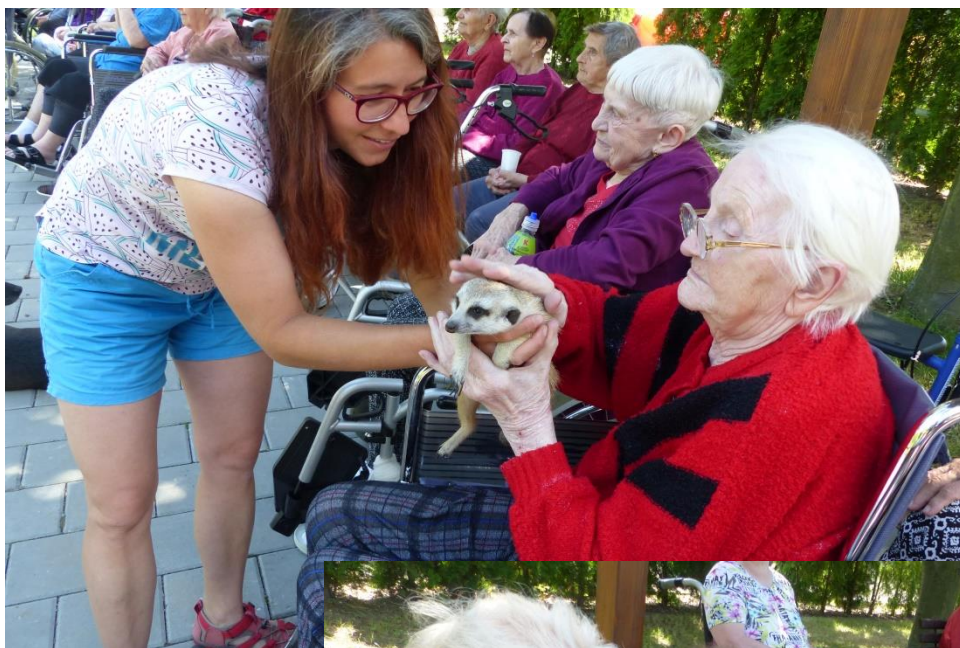


Jak jistě víte, probíhají u nás pravidelně návštěvy canisterapeutek Oliny a Radky. Nejsou to ale vždy jen pejsci, kteří k nám zavítají. Na chodbách našeho domova jste již mohli potkat mládě surikaty, kuře, jehňátko, králíka nebo kočičku sphynx.



Daleko rozmanitější, co do druhu a množství zvířat, je pak Mobilní zvířinec, který přivezla paní Němcová ve středu 15. června. Bylo to opět krásně odpoledne, kdy jsme si mohli zblízka prohlédnout, pohladit nebo vzít do ruky zvířata domácí či méně běžná nebo dokonce exotická. Jehňata, kůzle, kuřata, housata, prasátko, pejsci, ježek, šváb, želvy, agamy, surikaty a hadi nás navštívili ze Zvěřince na statku. Odvážní klienti se dokonce nechali s hadem okolo krku vyfotit.





Na návštěvu poníků se můžeme těšit v červenci.

*Bc. Ilona Bínová
sociální pracovníce*

Polední menu v zahradě domova

V pátek 20. května 2022 jsme využily příjemného jarního počasí a nabídly klientům z oddělení D4 poobědvat venku v naší zahradě. Sestřičky připravily posezení pod pergolou a prostřely a vyzdobily stoly. Pozvání do přírody přijalo 6 klientů. Manželé Havlovi, paní Těšíková, paní Školoudová, paní Wolfová a pan Zeman. Podávala se uzená polévka s rýží a jako hlavní chod byl na výběr

přírodní vepřový plátek, americké brambory a salát z čínského zelí nebo šoulet s uzeným masem a salát s kysaným zelím. Samozřejmě nesmělo chybět chlazené pivo. Podle prázdných talířů na závěr bylo vidět, že všem chutnalo. Spokojení klienti byli naší odměnou, proto se budeme snažit tento zážitek opět zopakovat.

*Ilona Vobejdová
pracovnice relaxačního centra*



Kdo je kdo v našem domově?



Jakub Kopecký (33 let, bydlí v Načešicích) je prvním zdravotním bratrem, který v našem domově pracuje. Jak ho napadlo zvolit si takovou profesi a kde si odpočine od ženského kolektivu? To vše se dozvíte na následujících řádcích.

Jak dlouho a v jaké funkci tady pracuješ?

„Pracuji zde od poloviny února 2021 jako zdravotní bratr.“

Jak tě napadlo, že chceš být zdravotním bratrem?

„Ve čtrnácti letech jsem se rozhodoval, kam jít na střední školu. Mým velkým cílem bylo jít do armády jako zdravotník, a pokud by to z nějakých důvodů nevyšlo (ať už kvůli fyzickým testům či nějakým zdravotním problémům), chtěl jsem působit u záchranné služby. Věděl jsem, že matematika a fyzika není zrovna moje silná stránka, v češtině po pravopisné stránce mám také určité mezery, takže mi bylo jasné, že gymnázium pro mne nemá význam. Proto jsem zvolil střední zdravotnickou školu, i když pro kluka to není úplně obvyklé. Ale matematiky je tam pomálu a čekal jsem, že učitelky nějakou tu pravopisnou chybu překouknou, když jsem kluk. Za mne to byla výtečná volba, škola mne bavila. Odborné předměty byly zajímavé, takže jsem tam chodil rád. A musím se pochlubit, že jsem odmaturoval se samými jedničkami, tedy s vyznamenáním, což jsem naposledy měl na vysvědčení v první třídě na základní škole. K tomu všemu jsem tam s děvčaty zažil nádherné časy svého života a po maturitě jsem měl dobrý základ a znalosti k dalšímu studiu záchranáře.“

Jaké byly tvoje předchozí pracovní zkušenosti?

„Po středoškolských studiích jsem nastoupil do malého soukromého domova pro seniory v centru Pardubic. Zde jsem pracoval čtyři roky jako zdravotní bratr a dodělával jsem si vyšší školu v Praze – obor záchranář. Při škole jsem musel odsloužit 300 hodin na záchranné službě – sloužil jsem na kolínské a potom na vinohradské stanici. Byla to zajímavá zkušenost, i když v praxi jsem spíše pozoroval sebraný tým záchranářů, než že bych se sám hodně aktivně mohl

zapojit. Školu jsem po třech letech dokončil a chtěl jsem jít poté na záchranku pracovat. Díky zvýšené kvalifikaci jsem dostal v té době nabídku na vedoucí pozici v domově, protože tam končila vrchní sestra. Stal jsem se tedy vrchním bratrem. Vydržel jsem zde dalších osm let, do doby, kdy majitel šel do důchodu. “

„Ted’ po dvanácti letech mimo obor už bych si nedovolil jít k záchranné službě pracovat – už nemám ani motivaci, doma mám děti, tak se jim chci věnovat. Ona je to sice velmi zajímavá práce, ale co se týče rodinného života, všichni zaměstnanci si to přinášejí domů, jsou jednou nohou v kriminále (kde co zanedbají nebo kde je co přejede), zas tolik výhod ta pozice nemá. “

„Jsem moc rád, že jsem od paní Vitvarové dostal šanci sem nastoupit a nemusel jsem hledat nic jiného v době, kdy jsem ukončil zaměstnání v Pardubicích. Vyhovuje mi, že opět můžu dělat funkci zdravotního bratra, a ne vedoucí pozici, protože práce s lidmi je velmi náročná v tom, aby všem člověk vyšel vstříc. V Pardubicích jsem řešil vše se zaměstnanci, s rodinnými příslušníky, přijímal žádosti, jezdil jsem i na sociální šetření a přijímal nové klienty, telefon mi zvonil mnohokrát za den. Práci zdravotního bratra jsem vlastně osm let nedělal, proto se ted’ stále ještě ve své pozici zajiždím, ve spoustě věcí se rozkoukávám a řadě věcí se učím. Ale vážím si toho, že zde mám profesně klidnější místo. Velice mi to vyhovuje, většinou jdu s čistou hlavou do práce a s čistou hlavou domů. “

Jak se vyvíjel dál tvůj život?

„Našel jsem si přítelkyni, bydleli jsme tři roky v podnájmu v Pardubicích. Na zahradě u rodičů v Načešicích jsme si pak postavili malý baráček, kolem máme malou zahrádku, aby si tam naše holčiny - Nela (9 let) a Ema (6 let) - mohly vyběhnout. “

Jaké pozoruješ rozdíly mezi domovem pro seniory, kde jsi pracoval dříve, a naším? Jak se ti u nás líbí?

„Tam to bylo malé a rodinné. Domov zde je mezistupněm mezi malým soukromým zařízením a obrovským velkokapacitním domovem pro seniory, který je třeba v Pardubicích U Kostelíčka. Kvůli menšímu počtu míst (40) jsme měli s klienty blízké vztahy, byla tam celkově menší fluktuace lidí. Je to jiné, když se člověk stará o někoho osm až deset let, než když se klienti třeba po roce obměňují. Samozřejmě v nemocnici je ta situace zase úplně jiná, hlavně třeba na odděleních ARO, kde ráno přijmou klienta a druhý den už tam není. “

„Pro mě je ted’ obrovskou výhodou to, že zaměstnání mám kousek od domova. Předtím jsem každý den osm let dojížděl do Pardubic, což je hodina cesty tam

a nazpátek. Do práce můžu jezdit na kole a za ty tři kilometry si cestou domů vyčistím hlavu a odreaguji se. “

„Líbí se mi tady, že máme vlastní domácí kuchyni, toho si vážím. V Pardubicích jsme odebírali stravu z nemocnice, a když jí člověk dvanáct let pořád to samé, už mu to nechutná. Jídlo je tady výborné. Velkou výhodou domova je také obrovská zahrada a park v klidné části městečka. My jsme měli v mém předchozím pracovišti jenom malou zahrádku v centru Pardubic. Myslím si, že klienti zde mají možnost aktivně žít. “

„Náš domov má velkou výhodu jako příspěvková organizace, kde nějaké finance jsou částečně jisté, a nemusíme se každý rok bát, jestli nějakou dotaci získáme či ne, je to poměrně dané. Kdežto v soukromých zařízeních je větší finanční nervozita, ale na druhou stranu si zase v některých oblastech může soukromý domov dovolit více. “

Jaké to pro Tebe bylo nastoupit v době covidu?

„Už v domově v Pardubicích se vyskytl covid v malém množství v září 2020, takže hlavní vlnu covidu jsem zažil tam. Měli jsme tam dokonce pracovní karanténu - nesměli jsme opustit domov a deset dní jsme tam pobývali. Byli tam však schopnější klienti, takže ztráty na životech se v tak velkém množství, jako později na jaře 2021 tady, neprojevíly. Když jsem nastoupil sem, už jsem věděl, jaké to je. Bylo to náročné, ale musel jsem se s tím popasovat. Naučil jsem se, že když opouštím práci, tak musím umět vypnout. “

Co tě baví na práci v domově pro seniory?

„Baví mě, že je to práce s lidmi. Není to práce monotónní, u pásu, zároveň je to práce různorodá – každý den je jiný, řeší se jiné záležitosti, čas v práci rychle utíká. Nedokázal bych dělat nějakou jednotvárnou práci, kde bych celý den s nikým nepromluvil. “

„S klienty na svém oddělení se znám, pohovořím s nimi, mám s nimi takový bližší vztah, což je výhoda oproti nemocnici a jsem za to rád. Není to jenom o nějaké stereotypní práci a činnosti, ale i o komunikaci, o navázání vztahu. Myslím, že i obyvatelé domova to oceňují, že kromě rodiny jsme pro ně takovými styčnými osobami, se kterými si můžou promluvit. Zvláště ti, za kterými rodina třeba ani často nechodí. Zároveň si však musíme uvědomovat nějakou svoji profesionální hranici, protože jinak bychom zde dlouhodobě nemohli pracovat. Mrzí nás, když klient zemře, ale musíme to umět překousnout a jít dál. “

„Měl jsem obrovské štěstí na oddělení, na které jsem nastoupil. Dostal jsem skvělou vedoucí, paní Milušku Magerovou, která je osobou na správném místě. “

Nemá to na své pozici jednoduché, ale výborně to zvládá. Velice mi to tady ulehčovala dlouholetá pracovnice Zdenka Doležalová, která mě zasvěcovala a ukazovala mi, jak se co dělá. Jsem velice rád, že mě děvčata z oddělení i ostatní zaměstnanci domova přijali mezi sebe. Obával jsem se trochu věkového rozdílu a toho, že už tady budete mít svůj uzavřený kolektiv. Bylo to takové moje jediné kritérium, podle kterého jsem se chtěl rozhodovat, zda zde zůstanu. Hodně záleží na tom, jak je člověk v novém zaměstnání přijat. Měl jsem i jiné pracovní nabídky, ale nejsem typ, který by chtěl často měnit působiště. Na pracovní atmosféře mi hodně záleží – v zaměstnání trávíme polovinu svého života, takže má velký význam, jestli do něj chodíme spokojení či otrávení.“

Je něco, co by mohlo být v domově pro seniory jinak?

„Přestože je to tady velký kolos s více než sto zaměstnanci a tolika klienty, myslím, že se to tady zvládá velice dobře. Není jednoduché řídit takovouto velkou organizací, kdy nelze vždy všem vyjít vstříc a naplnit jejich představy.“

„Jediné, co mě napadá jako tip na změnu, je vylepšit naše internetové stránky, i když chápu, že je to zároveň otázka finanční. Když je porovnám s webovými stránkami jiných zařízení, myslím, že tam okénko pro zlepšení je a že webové stránky jsou již za zenitem. Chybí mi tam třeba virtuální prohlídka domova. Z dřívějšího zaměstnání vím, že 2/3 žadatelů o službu čerpají hodně informací z internetových stránek a změna by jistě pomohla k nárůstu počtu potenciálních zájemců.“

Co tě baví ve volném čase? Čím si takzvaně dobíjíš baterky?

„Na prvním místě mám rodinu. Manželka má naštěstí práci více časově flexibilnější, takže obstarání dětí zvládáme, i když já pracuji na směny. Snažím se, aby se holky trochu hýbaly - zrovna zítra jedeme na několik dní do Harrachova na kola. Kolo mám rád, jezdím i na cyklovyjížd'ky do okolí. Ženu taky kolo baví a děti se k té lásce snažíme také přivést. Rádi jezdíme plavat do Pardubic do bazénu. Snažíme se užít život, dokud to jde.“

„Od svých pěti let hraji fotbal za Načešice, nyní na pozici stopera. Dokud mi bude zdraví sloužit, ještě bych i chvíli hrát chtěl.

Po fotbale si s klukama posedíme a dáme si dvě pívka, takže tam se trochu



odreaguji a pobavím se také o jiných věcech, než když jsem pořád se „ženskýma“ v práci a mám je i doma. V zimě si jezdíme zahrát hokej. Občas si vyjedu zarybařit. Sem tam na Seč, kde máme i malou chatičku, nebo lovím na místních rybnících. Jsem takový rybář, který si jde k vodě odpočinout, nemám velké rybářské ambice. Když je ryba jedlá a dobrá, tak si ji doma rádi uděláme. Mým největším úlovkem byl asi devítikilový kapr na Seči.“



Co bys přál (vzkázal) našim klientům?

„Hodně zdravíčka, štěstíčka, aby se tady měli dobře. Aby to splnilo jejich očekávání, se kterým sem nastupovali. Pokud oni mají nějakou vizi a představu a ten domov jim to poskytne nebo alespoň z určité části naplní, tak mají šanci tady aktivně dožít svůj život. Dále bych jim chtěl popřát, aby měli dobré rodinné vztahy, protože to je také pro jejich spokojenost velmi důležité. Velkou roli hraje psychika, takže více než standard péče, je dle mého mínění důležité to, jestli si tady najdou k sobě třeba i nějakou spřízněnou duši.“

Co bys přál (vzkázal) našim zaměstnancům?

„Hodně psychických i fyzických sil, protože to práce tady a zároveň životní role ženy, která má po zaměstnání ještě další spoustu práce doma, vyžaduje. Aby všem sloužilo zdraví. A aby se měli s ostatními rádi.“

Máš nějaké přání?

„Abych měl spokojenou rodinu, o což se snažím. Jsme všichni zdraví, máme kde bydlet. Tak kdyby nám tohle vydrželo, tak to by bylo asi to nejdůležitější. Chtěl bych, aby moje dvě holky dostudovaly, pokud možno vysokou školu, což v téhle době vidím jako prioritní. Aby si našly práci, která je bude bavit a aby si našly nějakého normálního chlapa, se kterým nám zplodí vnoučata. To budeme se ženou rádi.“

Děkuji za rozhovor.



Pan **Miloš Honzů** (77 let, pochází z Přelouče) je muž klidné povahy, smířlivý a nenáročný, který si občas i rád zavtipkuje. Přečtěte si jeho životní příběh.

Kde jste se narodil, kde jste žil?

„Narodil jsem se v Náchodě. Vzpomínám na rodiče. Otec byl na vojně už za první světové války. Dokonce se dostal až do Itálie, ale odtamtud zas odjel hned zpátky. Díky tomu, že hezky psal, dostal se do kanceláře a byl písařem. Já nevím, po kom mám, že tak škrábu - píšu jako doktor - ne latinsky, ale nečitelně. Matka se musela snažit, aby nás uživila a nakrmila. Nejdříve byla v domácnosti, když jsme byli malí, pak dělala všechno možné. Jednu dobu byla v zemědělství na statku, později v prádelně a pak pracovala jako prodavačka v trafice. Zde si někdy zažila složité časy. Třeba když přijela kontrolní inventura. Samozřejmě napočítali bůhvíjaké manko, máti z toho byla nešťastná. Večer přijel otec a řekl: „Počkej, já se na to podívám“ a zjistil, že je to všechno špatně, takže měla naopak přebytek.“

„V Náchodě jsme bydleli s rodiči ani ne rok. Otec pak dostal práci v Praze, tak jsme se přestěhovali do Prahy. Byli jsme čtyři děti - tři kluci a sestra, já byl třetí, narozený v roce 1945. Jen co jsem se narodil, Němci se toho lekli a zabalili to. Po pěti letech dostal otec práci v Pardubicích, tak jsme se přestěhovali v roce 1950 do Přelouče. Do první třídy už jsem začal chodit tam. V Přelouči jsme bydleli nejdříve v podnájmu v domku, pak jsme se přestěhovali do jiného domu, říkali jsme mu Starý hrad - byl to dům v zahradě s lepenkovou střechou.“

Jaká byla Vaše profese?

„Po základní škole jsem šel do učení. Původně jsem plánoval jít do přeloučské zbrojovky, což byl automobilový a opravárenský závod v Přelouči, na automechaniku, ale pak mě přesvědčili, ať jdu raději na autoklempíře. Jenže to jsem musel do Karosy do Vysokého Mýta a na internát, na dva roky. Třetí rok už jsem tam jel jen dvakrát na tři neděle. To už bylo dobré - dostávali jsme i určité peníze, šla nám nějaká procenta z toho, co jsme vyrobili. Práce mě bavila.“

„Pak jsem absolvoval vojnu v Jihlavě, tam jsem se dostal do dílen, opravovali jsme nabouraná či polámaná auta, dělali malé a střední opravy na tancích. Líbilo se mi tam. V Jihlavě jsem vydržel dva roky a pak jsem se vrátil zpátky do zbrojovky. Bylo tam napůl vojenské a napůl civilní velení, bylo to takové všelijaké, ale byl jsem tam spokojený.“

„Pracoval jsem zde celý život, až do důchodu. Do padesáti jsem neznal doktora a pak se to sesypalo. Po padesátce jsem si zlámal nohu - spadl jsem ze žebříku, když jsem trhal třešně. Noha praskla a bylo to. Nehod jsem měl víc. Nezapomenu na první chůzi po první zlomenině – šel jsem návštěvě ukázat, jak už umím chodit, a rozplácl jsem se, jak žabák. Praskla mi noha v koleně, pak ve stehně. Měl jsem nohu zlámanou na třikrát. Byl jsem pak v částečném důchodu, dali mě dělat na vrátnici. Nebylo to kolikrát jednoduchý – ženský vrčely, že bereme důchod a ještě chodíme pracovat a bereme peníze. Říkal jsem jim: „Holky, já kdybych mohl, tak budu dělat jako blázen, klidně si to s Vámi vyměním, jen když budu zdravěj. To ale nechtěla žádná.“

„Oženil jsem se, měli jsme děti – nejdříve kluk, holka, pak kluk. Koupili jsme v Přelouči takový malý baráček, potřeboval přestavbu (okna, podlahy, dveře), pracoval jsem na tom s tchánem a na něco jsme měli řemeslníky.“



Co jste rád dělal ve volném čase?

„Křížovky, čtení – hlavně detektivky. Chodil jsem do knihovny už jako školák. Přečetl jsem celou sérii Dicka Francise, knihy z dostihového prostředí. Žena také hodně četla, ta zas fandila Javořické, jako se předčítá tady, chodím taky poslouchat. Ted' už čtu spíše noviny a časopisy.“

„Práce na zahradě – měli jsme malou zahrádku, hlavně se stromy a trávou, hodně rybízu, švestek a hrušek, ty jsme vozili do výkupu, jinak se to nedalo zpracovat. Chovali jsme králíky a slepice. Zeleninu nebylo už kde pěstovat.“

„S manželkou jsme chodili často tancovat, třeba do sokolovny v Přelouči. Ještě za svobodna jsem jezdil do Chvaletic (dřívější název Telčice), v neděli tam bývaly vždy odpoledničky, někdy i v sobotu. Jezdili tam i umělci na zábavy, dokonce tam byl jednou Petr Janda. Hudbu mám rád – taneční hudbu, dechovku, country, vážné hudbě teda úplně nerozumím.“

„Měl jsem motorku Jawu 175, ale ta se moc nevyvedla, koupil jsem ji od jednoho známého a věčně to zlobilo. Prodal jsem ji a koupil jsem auto – Škoda 100, občas jsme někam s rodinou vyjeli. Třeba do Seníku, kde rodiče ženy měli chatu, do Mikulovic na zmrzlinu. Byli jsme na týden u Máchova jezera. Tam jsem měl vždycky ráno rozcvičku, protože jsem utíkal se dívat na parkoviště, jestli je auto celý. Nesměli jsme ho mít u domu, kde jsme bydleli, tak jsem ho šel vždy raději zkontrolovat. Taky jsme jeli až na Hlubokou. Když bylo hezky, bylo hezky všude. Dcera si nechala postavit chalupu v Podkrkonoší – taky tam bylo pěkně, bylo to kousek na Rozkoš.“



„Sbíral jsem autíčka - malé modely, většinou z anglické verze, firma Matchbox, kovoví krásní veteráni. Moc jsem jich neměl, celkem asi 15, děti mi to roztahaly.“

„Pak začala taková ořezávátka a na tom byl malý, moc krásně udělaný veterán. Těch jsem měl asi 9. Najednou koukám: „Vždyť jich bylo víc, kdepak jsou?“ Děti potřebovaly ořezávátka.“

Z čeho máte radost, co se Vám v životě podařilo?

„Manželství se mi povedlo. Se ženou jsme se měli rádi, bohužel brzy zemřela, když jí bylo 69 let. Byl jsem u ní v nemocnici poslední večer.“

„S dětmi jsem spokojený, jezdí za mnou, jak můžou. Když přijedou na návštěvu, jdeme ven. Obejdeme náměstí, stavíme se v obchodech, zavítáme do cukrárny Levandule a dáme si kafe. Chodíme i do zámeckého parku.“

„Vnoučata jsou na tom dobře - nejstarší vnuk pojede v srpnu do Švédska na nějakou školu. Další vnučka dělá v Holicích automobilovou školu.“

Je něco, co byste ve svém životě změnil?

„Ted' už těžko – v 77 letech, napůl nepohyblivej....Kdyby to šlo, abych se mohl normálně pohybovat, i když to už asi nepůjde.“

Jaký máte recept na dobrou náladu a vitalitu?

„Základem je zdraví a spokojenost, mít dobrou náladu a zbytečně se nerozčilovat.“

„Určitě je dobré mít kontakt s fajn lidmi, s rodinou či známými, mně to vždy udělá radost, když mě někdo navštíví, po rodině se mi hodně stýská.“

„Snažím se cvičit, abych se mohl aspoň trochu hýbat. Když je hezké počasí, rád chodím ven na zahradu.“

Jak jste spokojený v našem domově pro seniory?

„Líbí se mi tady. Pochválit můžu všechno, personál i sestry, celkem i stravu - když má člověk dietu, musí počítat, že nemůže všechno jíst. Je tady hezké prostředí.“

„Ještě kdyby tady byl krytý bazén, moc rád bych si znovu zaplaval. Chodil jsem dřív rád plavat - jezdili jsme na písečné rybníky na Mělice a na Klenovku, třeba i na kole.“

Je něco, co by se zde mohlo změnit, aby to bylo lepší?

„Bral bych, kdyby prodejna byla otevřena častěji, že by si tam člověk mohl jít nakoupit.“



Co byste vzkázal (popřál) ostatním klientům?

„Aby se jim tady líbilo, aby byli zdraví a spokojení. Snad tady jsou spokojení - ještě jsem neslyšel nikoho, že by tady na to nějak nadával, i když zavděčit se nelze všem. Co člověk, to jiný názor.“

Co byste vzkázal (popřál) zaměstnancům?

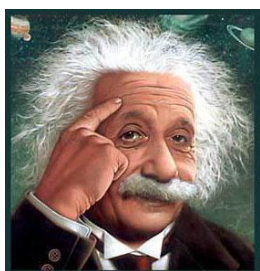
„Aby byli zdraví, aby neměli moc problémů s námi klienty, aby se jim tady líbilo a těšili se vždy do práce.“

Máte nějaké přání?

„Abych mohl aspoň trošku chodit a nemusel být pořád jen na vozíku.“

Děkuji za rozhovor.

Koutek trénování paměti



Jarní a letní měsíce máme rádi, protože nás po šedivé zimě svou krásou vždy potěší květy rostlin pyšnicí se nádherně sytými barvami a někdy i podobně opojnými vůněmi. Při dnešním kognitivním tréninku na Vás necháme také ten kvetoucí půvab dýchnout.

1. Doplňte chybějící písmena tak, aby vznikly názvy květin.

(čárky naznačují počet chybějících písmen)

1. K O _ _ _ T _ N A

2. T _ _ _ P _ N

3. M _ C _ Š K _

4. S N _ _ _ N _ A

5. S _ _ M _ _ _ _ S _ A



6. _ _ _ E

7. P _ _ R _ _ _ Č

8. K _ S _ _ E C

9. P _ _ O _ K A

10. _ A _ P _ L _ _ _ A

11. P _ M _ _ N _ A

12. K _ _ A _ _ Á T



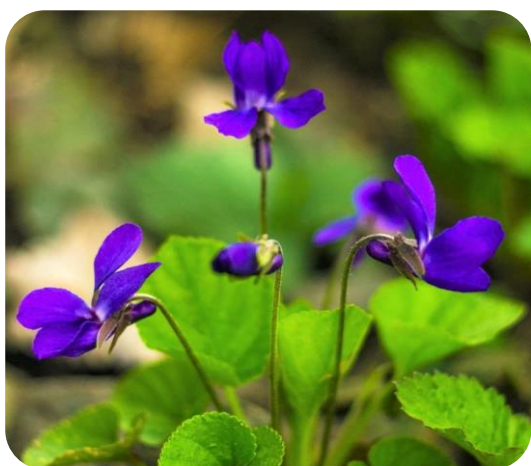
13. _ _ Ř _ N A

14. A _ _ _ A

15. M _ _ Í _

16. _ E R _ _ R _

17. B _ E _ U _ E



18. M _ Š _ Á _

19. _ O N _ A L _ N _ A

20. CH _ _ Z _ N _ _ M _

21. _ _ R C I _

22. _ I _ L _ A

2. Ke slovům pocházejícím z němčiny napište české slovo stejného významu.

1. rajtovat

2. helfnout

3. curyk

4. lavor

5. štokrle

6. do foroty

7. mít kliku

8. cimra

9. hic

- 10. haksna
- 11. utrejch
- 12. štempl
- 13. líbesbríf
- 14. fusekle
- 15. ornung
- 16. luftovat
- 17. špacírovat
- 18. rajzovat

At' Vám to v létě dobře pálí Vám přeje

Bc. Ilona Bínová

sociální pracovnice

Zdroj: TURČÁNIOVÁ Kateřina, JURÁŇOVÁ Jitka. Neztraťte hlavu – Zábavné úkoly pro seniory. Agentura Rubico: 2020.

Přehled akcí konaných v našem domově ve 2. čtvrtletí 2022

Duben

- 11. 4. 2022 přednáška pí Macháčové (Charita) „*Dunaj – osa Evropy*“
- 13. 4. 2021 hudební vystoupení p. Víznera „*Velikonoce, aneb jaro vítěj*“
- 20. 4. 2022 canisterapie
- 20. 4. 2022 hudební vystoupení harmonikáře p. Duspivy – Ježíškova vnoučata
- 26. 4. 2022 canisterapie
- 28. 4. 2022 canisterapie

Květen

- 2. 5. 2022 canisterapie
- 2. 5. 2022 přednáška pí Macháčové (Charita) „*Milostné vztahy na královském dvoře*“
- 3.- 5. 2022 burza oblečení

- 4. 5. 2022 canisterapie
- 8. 5. 2022 divadelní soubor Kvítka *"Bývali Čechové"*
- 9. 5. 2022 vystoupení dětí z MŠ Jiráskova ke Dni matek
- 16. 5. 2022 canisterapie
- 19. 5. 2022 opékání buřtů + kytara - p. Theer
- 20. 5. 2022 návštěva skautů
- 23. 5. 2022 přednáška pí Macháčové (Charita) „*Významné šlechtické rody*“

Červen

- 1. 6. 2022 Sportovní den - Charita Chrudim
- 1. 6. 2022 canisterapie
- 2. 6. 2022 výlet do Slatiňan
- 6. 6. 2022 canisterapie
- 11. 6. 2022 hudební vystoupení skupiny Colorado
- 15. 6. 2022 mobilní zvěřinec pí Němcové
- 20. 6. 2022 canisterapie
- 27. 6. 2022 výtvarné techniky s Charitou Chrudim
- 29. 6. 2022 přednáška pí Macháčové (Charita) „*Zahradní architektura*“

Správné řešení úkolů z Koutku trénování paměti ze stran

32 - 34

1.
kopretina, tulipán, maceška, sněženka, sedmikráska, růže,
petklíč, kosatec, pivoňka, pampeliška, pomménka, karafiát,
jiřina, astra, mečík, gerbera, bledule, muškát, konvalinka,
chryzantéma, narcis, fialka.

- | | |
|-------------------|--------------------|
| 2. | 11. jed |
| 1. jezdit na koni | 12. razítko |
| 2. pomoci | 13. milostný dopis |
| 3. zpět | 14. ponožky |
| 4. umyvadlo | 15. pořádek |
| 5. židlička | 16. větrat/foukat |
| 6. do zásoby | 17. procházet se |
| 7. mít štěstí | 18. cestovat |
| 8. pokoj | |
| 9. horko | |
| 10. noha | |



Svoje narozeniny budou slavit

p. Skřivánek Antonín	4. 7. 1933
pí Sommerauerová Ludmila	5. 7. 1935
pí Klimprová Markéta	10. 7. 1937
Mgr. Pitrová Hana	11. 7. 1938
pí Dachovská Jiřina	11. 7. 1940
p. Havel Václav	22. 7. 1945
pí Marková Hana	23. 7. 1955
pí Kopecká Viola	29. 7. 1943
pí Janatová Zdenka	31. 7. 1932

pí Nešetřilová Jaroslava	2. 8. 1932
p. Ždímal Miroslav	4. 8. 1943
Ing. Kloboučník Josef	8. 8. 1934
p. Čížek Stanislav	8. 8. 1947
pí Hubáčová Milada	11. 8. 1934
p. Hlavsa Ivan	11. 8. 1951
pí Procházková Marie	12. 8. 1941
p. Jilemnický Josef	30. 8. 1935
pí Doležalová Marie	30. 8. 1943
pí Musilová Miroslava	31. 8. 1973

pí Pochobradská Vlasta	1. 9. 1950
pí Fišarová Marie	3. 9. 1933
pí Konstantinová Věra	4. 9. 1953
pí Merclová Marie	6. 9. 1936
pí Binderová Marie	10. 9. 1932
p. Zeman Lubomír	18. 9. 1939
p. Žďárský Stanislav	21. 9. 1948
pí Chládková Eva	22. 9. 1944

pí Bauerová Jitka	26. 9. 1942
pí Fidrová Emilie	26. 9. 1948
pí Zikmundová Božena	27. 9. 1928
pí Naňková Věra	28. 9. 1932
pí Procházková Věra	30. 9. 1945

Přejeme všechno nejlepší!



Noví obyvatelé našeho domova

pí Ouřecká Milada	20. 4. 2022
Mgr. Bakeš Oldřich	5. 5. 2022
pí Heřmanská Věra	13. 5. 2022
pí Mrkvičková Marie	24. 5. 2022
pí Kubíčková Eva	31. 5. 2022
pí Kaněrová Věra	9. 6. 2022
pí Radoušová Marie	13. 6. 2022
pí Beranová Marta	14. 6. 2022
pí Chobotová Marie	20. 7. 2022
pí Adámková Jiřina	28. 6. 2022

Přejeme příjemný pobyt!

Odchod do jiného zařízení

pí Machová Marie

27. 5. 2022

S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili

p. Polívka Jaroslav

10. 5. 2022

p. Fořt Oldřich

13. 5. 2022

pí Bartošová Eva

16. 5. 2022

pí Košťálová Alena

24. 5. 2022

pí Sudková Ludmila

5. 6. 2022

Čest jejich památce!





Náš domov

2/2022

Čtvrtletník vydávaný Domovem pro seniory Heřmanův Městec.

Kontakty:

*Domov pro seniory Heřmanův Městec
U Bažantnice 63
538 03 Heřmanův Městec*

Telefon:

+420 469 660 268

E-mail:

socialni.ddhm@seznam.cz

Redakční rada:

*Ing. Petr Mazura
Alena Vitvarová
Mgr. Lenka Kellerová
Bc. Ilona Bínová*

Fotografie na titulní straně:

Pavel Hubáč