

Náš domov

číslo 2/2014
rozšířené letní vydání



Léto 2014

Jak na to?

Myslím na to, jak zahnat bez léků bolest těla i duše. V květnu to bylo pohlázení po duši televizním přenosem zahájení Pražského jara Smetanovou *Mou vlastí*, pak výletem se sestřičkami do zahradnictví v Dubanech. Všichni jsme se potěšili pohledem na rozkvetlé rododendrony, azalky a jiné květiny. Byl silný vítr, mraky ze všech stran, ale pak se udělalo pěkné počasí, vítr se utiřil a byl krásný výhled do kraje.

Sestřičky nakoupily ibišky, begonie a popínavou květinu, nyní zavěšenou na naší verandě, aby nám, klientům na D3 a D4, dělala radost. S úsměvem pomáhaly klientům nastoupit do auta a měly všechny tři co dělat, aby těžkého klienta do auta dostaly.

Mám moc ráda přírodu, hudbu, poezii, pěkné knížky a ráda jsem zpívala. Ve škole v Chrudimi jsme založili recitační a pěvecký kroužek a vystupovali jsme na různých besedách nebo zpívali do školního rozhlasu. Jednou týdně jsem měla 10 minut na relaci, buď poezii nebo vzpomínku na básníky, spisovatele, malíře nebo jiné umělce. Moc mne to bavilo.

Jednou měsíčně jsme nosili do sběru starý papír, textil nebo barevné kovy. Sběr za celou školu měl na starost pan profesor Štěpánek. Já jsem do sběru nosila bronzové piliny, které mi do malé krabičky vždycky dal majitel strojnické dílny v naší ulici, pan Oldřich Beran, u kterého byl můj tatínek zaměstnán. Bronz, to byla vzácnost, a my jsme soutěžili, která třída dá více do sběru.

Když jsem jednou mluvila do školního rozhlasu o Karlu Čapkovi, pronesl v naší třídě vyučující pan profesor Štěpánek: „Zanech svých literních Honzů, přines radši kilo bronzů!“ Třída burácela smíchem, a když jsem přišla do třídy, pan profesor se tvářil nevinně a usmál se na mne. Byl to výborný matikář a skládal na nás básničky a maturitní písničky. Ráda na tu šťastnou dobu v mládí vzpomínám a už nesmutním...

Smích je prý nejlepší lék, ale někdy to je moc těžké se smát. Tak se usmějte se mnou a vzpomeňte si také na něco krásného, třeba na rozkvetlou jabloň, na první krůčky Vašich dětí, na krásný východ nebo západ slunce nebo na louku plnou rozkvetlých vlčích máků a kopretin. Letos nás těšily na zahradě fialky a ty luční kopretiny také.

A zpívejme!

*Jaroslava Rousková
klientka z oddělení D3*

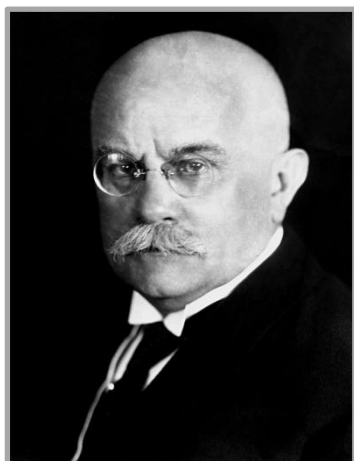
Naše město

Další kulturní památkou Heřmanova Městce, kterou bychom Vám rádi představili, je **Masarykovo náměstí**.

Masarykovo náměstí je mezi obyvateli Heřmanova Městce známo pod názvem *malé náměstí*. V současné době zde najdeme ordinace lékařů, zubní laboratoř a lékárnu nesoucí jméno *U Kašny*. Okolo samotné kašny jsou potom rozesety lavičky vyzývající k příjemnému posezení.

Přes malé náměstí chodíme s našimi klienty na procházku do blízkého zámeckého parku a do cukrárny *Levandule* na zmrzlinu a zákusky.

Masarykovo náměstí patří k nejkrásnějším částem našeho města. Jeho jižní stranu uzavírá čtyřkřídlá budova zámku. Východní uzavěrou náměstí je jednopatrová budova zvaná *Medov*, která sloužila jako kanceláře panství. Je také rodným domem dr. Gutha-Jarkovského. PhDr. Jiří Stanislav Guth-Jarkovský



(1861-1943) je spojován se slušným chováním a pravidly etikety. Těsně před první světovou válkou vydal první knihy o společenském chování. Byl povolán do kanceláře prezidenta Masaryka, kde poté působil jako ceremoniář s titulem ministerského rady. Dnes tuto funkci známe pod názvem vedoucí diplomatického protokolu. Dodnes je jeho jméno symbolem slušného chování a umění etikety. Mimo to byl také velmi nadaným hudebníkem a ani sport mu nebyl v žádném případě cizí. V letech 1900-1929 byl předsedou Československého olympijského výboru a stal se prvním předsedou České amatérské atletické unie.

Do parkové úpravy Masarykova náměstí zapadá kašna z roku 1848. Tvoří ji desetiboký bazén s kamenným parapetem, jehož jednotlivá pole jsou dekorována drážkou. Vodotrysk kašny je na kamenném soklu tvořen litinovou dvouposchodovou mísou v podobě kulatých mušlí, na vrcholku s trojicí drobných delfínů. Odlitky pocházejí z let před rokem 1848. Městská kašna vystřídala kašnu barokního původu.

Na náměstí dnes stojí v parkové úpravě dvě sochy. Jsou pískovcové, stojí na podstavci a jde o výtvarně kvalitní barokní plastiky. Socha sv. Václava je dílo



slohově konzervativní, autorství není určeno. Socha drží v pravé ruce dlouhou žerd' s praporem, v levé ruce drží štít s vyznačenou orlicí. Štít i žerd' jsou opřeny o podnoží. Na hlavě má světec korunu, vzhlíží k nebi, obrácen směrem k hlavnímu průčelí zámku. Někteří historici uvádějí, že tato socha byla postavena na náměstí již v roce 1630, ale dle většiny pochází až z roku 1723.

Druhá socha sv. Jana Nepomuckého je velmi hodnotná pozdně barokní plastika náležející pobraunovskému okruhu tvorby. Socha zpodobňuje světce stojícího na oblačném podloží doprovázeného dvojicí andílků. Světec je prostovlasý ve značně volném postoji. Oběma rukama přidržuje na prsou kříž s ukřižovaným Kristem a vzhlíží k nebi. Postavy andílků jsou vlastně nositelé světcových atributů – knihy a biretu. Andílek sedící na obláčku po pravici světce drží v ruce otevřenou knihu a prstem do ní ukazuje, dívá se stranou a smutně se usmívá. Po levici světce stojí na obláčku druhý andělíček dívající se před sebe a prstem před ústy vyžaduje mlčení. Snad aby nebyl rušen sv. Jan prosící za odpuštění hříchů.

Kolektiv oddělení D3, D4



Historická kašna na „malém náměstí“ v Heřmanově Městci.

Hoštice

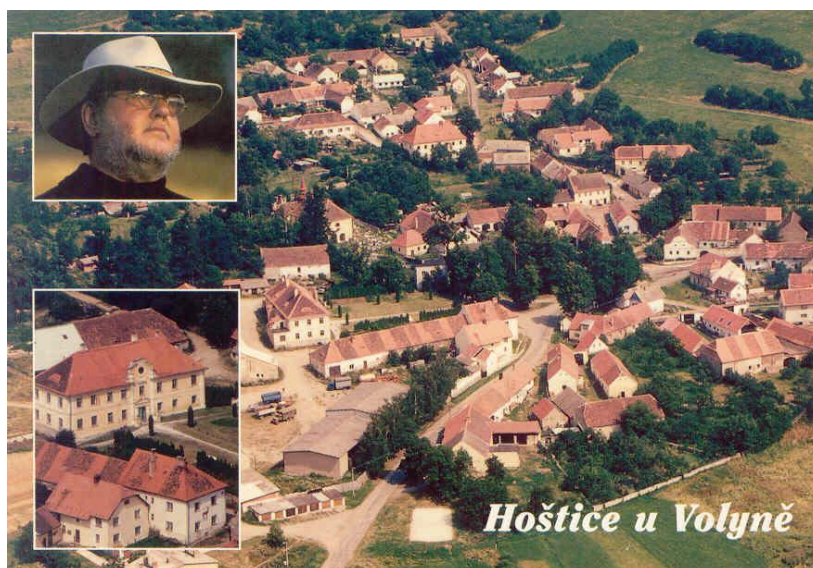
jsou malá bezvýznamná vesnička v podhůří Šumavy. Mají asi 80 domů a 170 obyvatel, do Strakonice je to 9 km a do Volyně 4 km. Zdejší rodák, ještě poměrně málo známý **režisér Zdeněk Troška**, se rozhodl, že by mohl natočit rozmarnou komedii o zdejších lidičkách.

V roce 1983 se pustil do díla a vzniká film **SLUNCE, SENO, JAHODY**. Do filmu obsadil jen několik známých herců – ostatní postavy hráli zdejší obyvatelé, hlavně paní Vacková, coby Keliška, dále paní Pilátová (Konopnice) a Hoštice jdou do světa. Začínají být známé po celé České republice. Proto se Troška rozhodl natočit druhý díl **SLUNCE, SENO A PÁR FACEK**. Na fackování se sjelo asi 200 komparzistů z blízkého i vzdálenějšího okolí (chudák Lábus). Troška už je známý a lidé žádají další díl **SLUNCE, SENO, EROTIKA**. Do Hoštic se začínají sjíždět další návštěvníci. Náves bývá někdy plná aut a autobusů s poznávacími značkami ze všech okresů i z ciziny. Hoštice se staly slavným místem díky Troškovým bláznivým letním komediím.

Ve vsi je mnoho chalupářů – v roce 1978 si tu kupuje zemědělskou usedlost populární **zpěvák Michal Tučný**, který zde má dokonce i hrob. Později se tady usadil i další **zpěvák Tomáš Linka**.

Na počest Michala Tučného se zde každý rok koná festival **Stodola Michala Tučného**. Zde bývá také početná návštěva 6.000-7.000 diváků (ale i 10.000!) – hlavně mladých.

*Vzpomínky na jižní Čechy sepsal
hoštický rodák v červnu 2014, pan Otakar Hais z oddělení B.*



Tímto bychom Vás chtěli naladit a pozvat na besedu spojenou s promítáním filmu o Hošticích, která se uskuteční v letních měsících. Přesný termín se dozvíte s dostatečným předstihem na nástěnkách našeho domova a v pravidelném ranním hlášení místního rozhlasu. Všichni jste srdečně zváni.

V první polovině roku 2014 si při zážitkovém semináři pořádaném organizací TyfloCentrum Pardubice část našich zaměstnanců vyzkoušela na vlastní kůži, jaké je to žít s těžkým zrakovým postižením. V průběhu semináře se přítomní seznámili s mnoha informacemi, vyzkoušeli si simulační brýle přibližující různé zrakové vady, prohlédli si různé ozvučené a hmatové kompenzační pomůcky. Zážitkově zajímavou byla praktická část, kdy byli účastníci semináře zaslepeni černými klapkami a vyzkoušeli si chůzi s bílou holí po chodbách domova, psát či malovat v zaslepení, rozpoznávat hmatem obrázek. Na vlastní kůži mohli vyzkoušet, s čím se potýkají lidé se zrakovým postižením při různých činnostech v každodenním životě, jaké mohou mít problémy v prostorové orientaci, v čem potřebují vypomoci. Vzhledem k tomu, že se v našem domově také nacházejí senioři s těžkým zrakovým hendikepem, který nelze již nijak medicínsky ovlivnit, bylo pro ošetřující personál velmi prospěšné pochopit pocity těchto lidí.

*Mgr. Lenka Kellerová
sociální pracovnice*



Malování na hedvábí

Ve čtvrtek 3. 4. 2014 mohlo deset klientek našeho domova dát průchod své kreativitě, barevné fantazii a estetickému cítění. Na základě rad a podpory výtvarnice Evy Mašínové ze Slatiňan si mohly vytvořit hedvábnou šálu barevně laděnou podle jejich osobního vkusu. Ačkoliv všechny klientky si vyzkoušely tuto výtvarnou techniku poprvé a některé z nich se tvoření obávaly a nedůvěřovaly si, výsledný efekt v podobě krásně barevných elegantních šál byl pro všechny překvapující. Při tvoření panovala pohodová atmosféra a klientky odcházely s úsměvem a s plány, k jakému oblečení se jim nový doplněk bude hodit a k jaké příležitosti si ho obléknou.

*Mgr. Lenka Kellerová
sociální pracovnice*



Setkávání s pejsky v našem domově

Od dubna 2014 naše klienty se svými pejsky navštěvuje nová canisterapeutka, paní Lucie Novotná. Paní Novotná pracuje v oblasti canisterapie (terapie prostřednictvím psa) již několik let, má řadu zkušeností a doma má několik pejsků, kteří jsou na canisterapii vycvičení. Do našeho domova bude jezdit s bernskými salašnickými pejsky Míčkem nebo Bínou a jezevčicí Majdou. Při její návštěvě nejdříve probíhá skupinový program, kdy se klienti mohou s pejsky seznámit, pohladit si je, učesat je. Pejsci také podávají pac a jsou rádi odměnění piškotem.



O kontakt se psí srstí nepřijdou ani klienti na pokojích. Jsme rádi, že právě při návštěvě ležících klientů se ukazuje, jak blahodárny vliv canisterapie může mít. Úsměv na tváři lidí, kteří kvůli zdravotnímu stavu převážnou většinu dne tráví na lůžku a nemají možnost, někdy ani chuť, trávit čas jinak, mluví za vše.

*Mgr. Lenka Kellerová
sociální pracovnice*



Kavárna

V pátek 11. 4. 2014 se v kulturní místnosti konala naše tradiční kavárna. Zákusky nám peče paní Plecháčková z místní cukrárny. Největší zájem je o rakvičky a ovocné řezy. Nesmí chybět ani voňavá káva nebo čaj. Hudba nám zpříjemňuje naše posezení.

*Eva Kvapilová
pracovnice relaxačního centra*



Jarní burza oblečení

Ve čtvrtek 17. 4. a v pátek 18. 4. 2014 se v kulturní místnosti našeho domova uskutečnila prodejní burza nejen oblečení, ale i dekorativních věcí (váziček, obrázků apod.). Na přípravě se letos podílely i klientky – paní Marvanová, paní Janečková, paní Ježková a paní Švadlenková. Označené věci třídily a rovnaly na stoly a věšáky. Ačkoliv bylo prodáváného zboží letos méně než v předchozích letech, příchozí návštěvníci si vybrali podle svého vkusu a většina z nich si nějaký alespoň malý nákup odnesla.

*Eva Kvapilová
pracovnice relaxačního centra*



Paní Marie Paulusová
(odd. L0)



Paní Božena Kinclová
(odd. L1)



Poetické odpoledne klientů našeho domova

Ve středu 23. 4. 2014 se uskutečnila v kulturní místnosti našeho domova akce s názvem „Poetické odpoledne klientů našeho domova“. V čem spočívala poetičnost? Naši klienti dostali

prostor předvést, co umí, co zvládnou a jak se umí poeticky projevit. Na rozdíl od ostatních akcí, kdy se účastní kulturního programu převážně jako pasivní diváci, nyní měli možnost předstoupit před publikum a být hlavními aktéry programu.

V programu vystoupilo devět našich klientů. Paní Rousková přednesla báseň *Září* od oblíbeného autora Karla Tomana a zaveršovala pohádkovou básničku *Král*. Paní Písařová přednesla dvě vlastní básně, které sama složila, z nichž srší smysl pro humor klientce vlastní. Paní Kadaňková v obleku elegantní dámy procítěně přednesla báseň *Zpěv sykor, pěnic a drozdů*, která je pro ni srdeční záležitostí a vypráví ji vděčným posluchačům na setkání. Program byl dále proložen pěveckým vystoupením paní Šejblové, jejíž *Ta naše písnička česká* rozezpívala i ostatní přítomné posluchače. Jako jediná nám zahrála na hudební nástroj, a to na foukací harmoniku, paní Hemplová – výkon klientky byl obdivuhodný zejména z důvodu jejích opakujících se dýchacích problémů. Jako další úspěšná autorka se předvedla paní Hergerová – zazněly verše její básně *Jaro je tady*, kterou složila na jaře 2014 jako příspěvek do básnické soutěže časopisu TENA. Zajímavým bodem programu bylo vystoupení pana Kulhánka, který nám zapískal několik lidových písní. Další poeticky zkušenou aktérkou byla paní Švadlenková. Ta se účastnila na podzim 2013 recitační soutěže Zámecký šotek a umístila se na čestném druhém místě. Vyslechli jsme si od ní Seifertovu báseň *Vrbová píšťalka* a milé dětské říkanky autora Václava Čtvrtka. Veršovaný program zakončila rýmovanými pohádkami *O Palečkovi* a *O řepě* lehce dramaticky laděným přednesem paní Bartošové. Vystoupení recitátorů přítomní posluchači odměnili pochvalným potleskem a za svoji odvahu a kuráž si na památku odnášeli do svých pokojů červenou gerberu.

Jsme rádi, že se akce, kde dostali klienti pro vlastní seberealizaci, vydařila. Můžeme říci, že na Poetickém odpoledni vystoupili účinkující oplývající energií, poetickým vkusem, výbornou pamětí k zapamatování veršů, životním nábojem. To nás přesvědčuje, že pořádání podobných akcí má velký smysl. Je pro klienty povzbuzením k činorodosti, podnětem k tomu se pěkně obléknout a upravit, a neméně důležitým prostředkem k zapomnění například na vlastní zdravotní neduhy.

Mgr. Lenka Kellerová, sociální pracovnice



Zleva: paní Jaroslava Hergerová (odd. L0), v pozadí paní Jana Jandáčková, paní Jaroslava Rousková (odd. D3)



Zleva: pan Jaroslav Kulháněk (odd. D3), paní Anna Písařová (odd. B), paní Ludmila Hemplová (odd. L0)



Zleva: paní Anna Písařová (odd. B), paní Ludmila Hemplová (odd. L0), paní Miloslava Kadaňková (odd. L1)



Zleva: paní Miloslava Kadaňková (odd. L1), paní Eva Bartošová (odd. L0), paní Hana Šejblová (odd. L1), paní Marie Švadlenková (odd. L2)

Čarodějnice

V úterý 29. 4. 2014 na zahradu našeho domova přiletěly dvě velmi povedené čarodějnice. Sluníčko svítilo, kytara hrála a špekáčků, chleba a piva bylo dostatek.



A kdo by si snad lámal hlavu, kdo že to na té fotografii vlastně je, vězte, že se jedná o naši klientku z oddělení L0, paní Jaroslavu Hergerovou.



Hudební vystoupení Pepino & akordeon

Dne 7. 5. 2014 nás přišel do domova potěšit se svým hudebním vystoupením pan Matura. Jeho asi hodinový pořad obsahoval lidové písně, písně Karla Hašlera, R. A. Dvorského a dalších interpretů. Písničky jako *Ta naše písnička česká*, *Po starých zámeckých schodech*, *Hm, hm, jsi tak úžasná* rozezpívaly každého posluchače.

Pan Matura, stejně jako v loňském roce, našim klientům zahrál na V-akordeon, což je harmonika, která v sobě ukrývá spoustu dalších hudebních nástrojů. Posluchač má potom pocit, že mu hraje celý orchestr.

Na dotaz jedné z našich klientek, zda pan Matura nehraje také v televizním Šlágru, odpověděl, že ano, ale ne sám s akordeonem, ale s dalšími kolegy jako skupina Pepino band. Jelikož mnoho našich klientů tento hudební pořad sleduje, byli rádi, že vidí někoho, kdo vystupuje i v televizi.

Během vystoupení si posluchači mohli sami říci, jakou skladbu si přejí zahrát, a poslouchat tedy to, o co mají skutečně zájem. Společenská akce se vydařila a budeme se těšit na další setkání.

*Mgr. Petra Linhartová
sociální pracovnice*



Pan Josef „Pepino“ Matura a jeho V-akordeon

Svátek matek

V neděli 11. 5. 2014 se slavil Den matek. Aby naše klientky nepřišly zkrátka, tak jako každoročně je přišly dopoledne 13. 5. navštívit děti z mateřské školy z Jiráskovy ulice, aby je poveselily svým vystoupením. Připravily si pro ně básničky, které přednášely ve dvojicích či trojicích, aby si dodaly více odvahy, a společně zpívaly písničky za doprovodu paní učitelky, která hrála na varhany. Poté děti rozdaly klientkám krásné papírové kytičky, s jejichž výrobou pomáhaly paním učitelkám.

V kulturní místnosti zavládla veselá atmosféra a naši klienti se s dětmi příjemně potěšili.

*Mgr. Petra Linhartová
sociální pracovnice*



Májové koulení



Také v letošním roce, stejně jako již pořádnou řádku let zpátky do minulosti, jsme byli pozváni na tradiční květnovou akci pořádanou našimi „sousedy“ – druhým heřmanoměsteckým domovem pro seniory „Zámek“. Jednalo se o „Májové koulení“, což je pro zasvěcené synonymum dobré zábavy, výtečného jídla a pití a především špičkových sportovních výkonů. Jde o turnaj ve hře pétanque. Letošní klání bylo již jeho jedenáctým ročníkem.

Stručně o co v pétanque jde: Hra se provozuje na všech terénech. Stojí proti sobě dva týmy, které střídavě házejí kovovými koulemi, které jsou pro jednotlivá družstva nějakým způsobem odlišena (barevně, vyfrézovanými zářezy a podobně). Smyslem hry je hodit kouli svého týmu co nejbližší cíli, který představuje malá dřevěná kulička, nazývaná „jack“, „košonek“ nebo také „but“. Vyhrává tým, který má po posledním hodu svou kouli nejbližší „jacku“. Hra je to napínavá, protože i poslední hod může vše změnit, například když poslední koule odstrčí „jack“ na jiné místo nebo odrazí kouli, která mu dosud byla nejbližší. Ale nemyslete si, není to jen nějaké „cvrknání kuličkami“. Jedna koule na pétanque váží 650 až 800 g a „jack“, na který se cílí, může být ve vzdálenosti až 10 metrů od místa hodu.

Složení našeho letošního týmu s názvem „Bažanti“ bylo následující: paní Hedvika Janečková z oddělení D3, paní Alena Marvanová z oddělení D3, paní Jaroslava Spálenská z oddělení B, pan Petr Fuksa z oddělení L0 a jako doprovod, morální podpora a poradkyně v jednom sociální pracovnice Petra Linhartová a Petra Kynclová.

Turnaje se zúčastnilo 15 týmů, kromě domácích družstev především hráči z pražských domovů pro seniory, ale třeba i z nedalekého SeniorCentra Skuteč.



Před začátkem sportovního klání vylosoval pan Fuksa pro náš tým dráhu číslo 2. Soutěžící se opravdu snažili, výsledky našeho týmu byly proměnlivé, výhry se střídaly s prohrami, ale z posledního souboje naši hráči vyšli vítězně. Uzavřeli jsme tak turnaj s dobrým pocitem, ale zároveň i s předsevzetím pro příští rok: více trénovat. Úkolem hráčských doprovodů bylo především mračit se na mraky, aby se bály na zem pustit jedinou kapku deště. Podařilo se, ale doprovodný program jsme si stejně mnohem raději užívali uvnitř zámku v krásném prostředí Rytířského sálu. Před vyhlášením konečných výsledků jsme si poslechli Hašlerovy písně ze staré

Prahy v podání pěveckého souboru složeného z klientů zámeckého domova a jejich kapelníka, pana Heřmana, který zpěv doprovázel hrou na klávesy.

Asi čekáte, jak jedenáctý ročník Májového koulení vlastně dopadl. Výhoda domácího prostředí se ukázala jako velmi podstatná, a tak putovní pohár turnaje zůstal v rukou zámeckého týmu. Naše družstvo neskončilo poslední, takže svůj skromný cíl jsme splnili, ale do příštího roku máme ambice mnohem vyšší. Přestože jsme „Bažanti“, budeme se prát jako lvi a žádným „Pávům“ ani „Medvědům“ nedáme šanci!

*Mgr. Petra Kynclová
sociální pracovnice*



Odpoledne s vážnou hudbou

V pátek 16. 5. 2014 si naši klienti mohli opět vychutnat hudební setkání se zpěvačkou Monikou Maškovou. Tato absolventka Konzervatoře Jana Deyla pro zrakově postižené v Praze náš domov navštívila již podruhé a zprostředkovala našim posluchačům repertoár vážnějšího charakteru. Kulturní místností se linuly tóny zkomponované např. W. A. Mozartem, slovenským skladatelem M. Schneiderem Trnavským nebo píseň z operety MAM'ZELLE NITOUCHE.



V druhé polovině vystoupení si posluchače získaly melodie známých písní z filmů či pohádek, např. Lásko má, já stůňu, Dělání, Statistika, Větre, větříčku. Zpěvačka Monika Mašková nám opět předvedla, jak je obdarovaná pěveckým talentem, a na posluchače se snažila přenést kus ze své pozitivní energie a radosti z hudby. To se, myslím, povedlo.

*Mgr. Lenka Kellerová
sociální pracovnice*

Přehlídka dravců

Ve čtvrtek 22. 5. 2014 zavítal k nám do domova pan Šulc se svými dravci. Jmenovaný sokolník se tomuto koníčku věnuje již řadu let. V domově pro seniory byl poprvé, jezdí převážně po mateřských školách, a proto, jak uvedl i on sám, to pro něj byla změna.

A co všechno jsme mohli vidět? Jako první se nám představila sova obecná, která, což byla pro mě novina, nevidí v úplné tmě, ale dokáže létat pouze za soumraku a za svítání. Jelikož ale ten den již absolvovala přehlídku v mateřské školce a mnohakilometrovou cestu autem, bylo na ní znát, že je již unavená a představování ji moc nebaví. Proto pan Šulc přešel k dalšímu dravci, nyní sokolovitému, kterým byla poštolka. Ta se nám představila svým křikem, a kdo měl zájem, obdržel od sokolníka rukavici a mohl si ji nechat přistát na ruce. Stejně tak tomu bylo i u dalšího dravce – káněte. To už bylo poměrně větší a jeho nálet na rukavici nepůsobil zrovna bezpečným dojmem.

Orel skalní byl největším dravcem, kterého si pan Šulc vzal s sebou. Zajímavostí bylo, jak takového orla vychovávají indiáni v Americe. Při tom popisu běhal mráz po zádech. Děje se to tak, že orlovi zašijí koňskou žíní oční víčka a šest dní ho houpou na jakési houpačce a on tímto psychickým tlakem začne být závislý na člověku, který ho houpe. K této závislosti ještě přispívá to, že jak žíně v očích povolují, začne jako první vidět právě svého „trýznitele“ a upne se na něj. Jedná se prý o nejrychlejší výcvik. No nevím, ale že by v Americe neměli ochránce přírody??

Dalšími ptáky byli volavka a čáp. Ač jsou známí, není jednoduché (a u některých ani bezpečné) se s nimi seznamovat zblízka. Jak jsme se dozvěděli, volavka je velmi nebezpečný opeřenec, hlavně když se ocitne v nebezpečí, a to díky svému velice ostrému zobáku, který je prý špičatější než jehla a jeho přesnost je neomylná. Dalším, již zmíněným opeřencem, byl mírumilovnější čáp, kterého jsme si mohli i pohladit a který nám předvedl své dorozumívací umění pomocí klapajícího zobáku.

No, a na závěr taková perlička v podobě sedmítýdenního liščete, které vypadalo velice roztomile, ale jak jsme byli informováni, nedoporučuje se ho hladit, protože jeho zoubky již tak roztomilé nejsou. I sám pan Šulc z něj měl respekt a stravu mu podával se vší obezřetností.

Představení, které trvalo asi hodinu a bylo prokládáno vyčerpávajícím popisem života předváděného ptactva, se klientům i zaměstnancům moc líbilo a příjemně oživilo repertoár společenských akcí.

*Mgr. Petra Linhartová
sociální pracovnice*



Vystoupení dětí ze ZUŠ

Jelikož v Heřmanově Městci sídlí Základní umělecká škola, s níž náš domov rád spolupracuje, požádali jsme tamní učitele, zda by pro naše klienty připravili se svými žáky vystoupení. A tak se dne 26. 5. 2014 v našem domově představily děti, ve věku sedm až dvanáct let, hrou na flétnu, housle, varhany a z tanečního souboru nám předvedly taneček s názvem „Mraveneček spí“.

Pod hudebním doprovodem pana učitele Starého a s průvodcem celé akce panem učitelem Raisem jsme se mohli zaposlouchat do písní jako *Já jsem z Kutné Hory*, *V zeleném sadě*, *Holka modrooká*, *Pasáček*, *Včera neděle byla*, *Na tom pražském mostě...* Z vážné hudby nám byly představeny skladby např. od F. J. Haydna *Sedm slov Vykupitelových* nebo od W. A. Mozarta *Ptáček* a *Na louce*.

Vystoupení dětí se klientům moc líbilo a určitě se budeme těšit na další příjemnou spolupráci.

*Mgr. Petra Linhartová
sociální pracovnice*



Trénování paměti v našem domově

Od dubna do května 2014 jsme se zúčastnili kurzu zaměřeného na trénování paměti. Kurz vedla paní Eva Merclová (sociální pracovnice Domova pro seniory Heřmanův Městec „Zámek“ – pozn. redakce). Každý čtvrtek (někdy ve středu) se nás sešlo 4-6 lidí a dostávali jsme různé úkoly, např. vyhledávání různých přesmyček slov, různé slovní hádanky a práce s příslovími, pracovali jsme s obrázky a hledali souvislosti (např. známé stavby v různých hlavních městech Evropy, které průmyslové odvětví se váže ke konkrétnímu městu v Čechách apod.). Lektorka nás také seznámila s mnoha technikami na lepší zapamatování.

Dostávali jsme také domácí úkoly, při kterých jsme trénovali svůj postřeh a paměť. Paní Merclová nám vždy vysvětlila, co máme s úkolem dělat. Někdy byly úkoly snadné, někdy byly těžší.

Kurz se mi líbil a rád bych po prázdninách pokračoval.

*Miroslav Machač
klient z oddělení D4*



VII. letní sportovní hry

Jako již tradičně každý rok touto dobou, se v úterý 3. 6. 2014 v dopoledních hodinách na naší zahradě sešli nadšenci holdující sportu a pohybovému vyžití. Věkem starší, ale duchem mladí, poměřovali své síly ve čtyřech disciplínách – hod kroužky, kuželky, hod na medvěda a šipky. Na všech stanovištích bylo průběžně plno a střídali se zde klienti starší s mladšími, účastníci na vozíku, s chodítkem s těmi chodícími, hráči aktivní i ti, kteří přišli sportovní výkony ostatních jen obhlédnout. Kromě velkého množství obyvatelů našeho domova se do akce zapojilo také šest zástupců Domova pro seniory hlavního města Prahy. Aby netrpěli sportovci hladem a žízní, bylo

zajištěno občerstvení v podobě řízků a zákusků, které si nenechali přítomní také ujít – přeci jen energie vydaná sportovním výkonem musela být doplněna.



A ke komu tentokrát putovaly krásné barevné papírové medaile, diplomy a balíčky s věcnými cenami?

V disciplíně **KUŽELKY** opět své sportovní nadání obhájil a na **1. místě** se umístil **pan Ladislav Kolář**

(odd. L1) – tomuto jednomu z našich nejstarších klientů nelze upřít sportovní talent, protože přední místa ve sportovních disciplínách obsazuje opakovaně. 2. místo patřilo panu Aloisi Svobodovi (DPS Zámek), krásné 3. místo **paní Jiřině Drobílkové** (odd. D4).

V **HODU KROUŽKY** obsadily všechny přední pozice „sportovkyně“ našeho domova: **1. místo paní Marie Jindrová** (odd. B), 2. místo **paní Hedvika Janečková** (odd. D3), 3. místo **paní Alenka Marvanová** (odd. D3).

ŠIPKAMI házeli na terč lépe zejména zástupci druhého domova pro seniory – přední příčky tak zaujali: 1. místo paní Jarmila Procházková (DPS Zámek), 2. místo za náš domov obhájila **paní Eva Bartošová** (odd. L0), 3. místo pan Jiří Musil (DPS Zámek).

To, že se medvěda nebojí a umí ho pokořit míčem (**HOD NA MEDVĚDA**), předvedli nejlépe na 1. místě **paní Jaroslava Šedová** (odd. B), na 2. místě paní Jarmila Procházková (DPS Zámek) a na 3. místě **paní Ludmila Švadlenková** (odd. B).

Paní Růžena Vojtěchová z odd. D4 jako nejstarší obyvatelka domova svou přítomností a aktivním zapojením se do disciplín ukázala, že pohybových aktivit se může účastnit člověk jakéhokoliv věku a že nadšení něco dělat nemusí ztrácet ani ten jedinec, který za tři roky oslaví 100 let.

Počasi sportovním hrám nakonec přálo, klienti si zasportovali, popovídali, občerstvili se. Rozcházeli se do svých pokojů okysličení čerstvým červnovým vzduchem a nakaženi herním nadšením, které vneslo vzruch a energii do jejich žití v domově pro seniory.

*Mgr. Lenka Kellerová
sociální pracovnice*



Vítězové z našeho domova:



Pan Ladislav Kolář z odd. L1 získal 1. místo v kuželkách



Paní Marie Jindrová z odd. B si vyházela vítězství v disciplíně „kroužky“



Paní Jaroslava Šedová z odd. B byla nejlepší v „hodu na medvěda“



Paní Růžena Vojtěchová z odd. D4 byla nejstarší sportovkyní, která se našich her aktivně zúčastnila

Taneční vystoupení

V neděli 8. 6. do našeho domova zavítaly děti z tanečního kroužku z Domu dětí a mládeže Ježkovka pod vedením paní Evy Doležalové. Tentokrát nedorazily v tak hojném počtu, jak jsme zvyklí, a to zřejmě proto, že venku bylo léto již v plném proudu. Ale i tak nám předvedly to, co se během roku naučily.

Mohli jsme tedy opět vidět skupinky s názvem „Kořata, Dino a Maliny“. *Kořata* jsou předškolní děti, které tančí prvním rokem, a zatančily nám sestavy *Karkulka*, *Komáři*, *Jede vláček*, *Máme holčičku* a *Kominík*. *Dino* jsou děvčata z první a druhé třídy a také tančí prvním rokem. Od nich jsme mohli vidět sestavu *Tygrí lady*. Třetí skupinou dívek jsou *Maliny*, ty tančí již třetím rokem, a představily nám sestavu s názvem *Jen si letíme*.

Děvčata nám svými tanečky zpříjemnila půlhodinku nedělního odpoledne, za což byla odměněna malou sladkostí.

Mgr. Petra Linhartová
sociální pracovnice



Sportování se školkou

Dne 18. 6. 2014 přišly naše klienty potěšit děti z mateřské školky z Jiráskovy ulice. Z oddělení *Zajíček*, kde jsou již předškoláci, přišlo 20 dětí. Nebyly sice všechny, ale i tak to v zahradě vypadalo chvílemi jak v mraveništi. ☺ Jelikož bylo krásné počasí, připravili jsme pro ně čtyři sportovní disciplíny. Patřilo mezi ně velice oblíbené shazování plechovek, k čemuž nám kdysi jedna paní učitelka řekla, že tuto disciplínu děti milují, jelikož dělá pěkný rámus. Na dalších stanovištích si mohly zaházet na medvěda, zahrát kuželky či strefovat se šípkami do terče.

Pěkné počasí vylákalo ven řadu klientů, kteří se návštěvou dětí vždycky rádi potěší, ale i sestřiček, které u některých disciplín aktivně pomáhaly. Na závěr, po veškerém sportovním klání, děti zazpívaly několik písniček pro potěšení a rozloučily se s námi. Našlo se i několik „sportuchtivých“ klientů, kteří si ještě po odchodu dětí některé disciplíny vyzkoušeli na vlastní kůži.

Jelikož se tato návštěva dětí ze školky stala pravidlem, budeme se určitě těšit na příští rok.

Mgr. Petra Linhartová
sociální pracovnice



Pár slov o uskutečněných dotazníkových šetřeních

V první polovině roku jste měli Vy, klienti našeho domova, Vaši rodinní příslušníci, přátelé a známí a naši zaměstnanci možnost zapojit se do průzkumů zjišťujících míru spokojenosti s naším zařízením. Vyhodnocení dotazníků přineslo některé očekávané, některé překvapivé výsledky. Ráda bych Vás na tomto místě seznámila s tím nejdůležitějším, co se v průzkumu nazvaném „Dotazníkové šetření spokojenosti klientů Domova pro seniory Heřmanův Městec“ a „Dotazníkové šetření spokojenosti rodinných příslušníků a známých klientů Domova pro seniory Heřmanův Městec“ objevilo.

Distribuce dotazníků klientům našeho domova probíhala od 11. 2. 2014, termín jejich odevzdání byl stanoven na 28. 2. 2014. Dotazníkové šetření bylo anonymní a dobrovolné. Klienti měli možnost dotazníky vyplnit samostatně nebo s pomocí svého klíčového pracovníka.

Kapacita našeho domova je 164 klientů. Počet dotazníků, které se nám navrátily zpět k vyhodnocování, bylo 74. Návratnost tedy činila 45,1 %, což je v případě dobrovolného dotazníkového šetření pěkný výsledek.

Krásný výsledek byla také téměř stoprocentní spokojenost našich klientů se všemi oblastmi, kterých se jednotlivé otázky v dotazníku týkaly.

Dotazníky speciálně připravené pro rodinné příslušníky, přátele a známé našich klientů byly volně k dispozici v prostoru u hlavních vchodových dveří do domova a na sesternách jednotlivých oddělení od 11. 2. 2014. Jejich vyhodnocování bude probíhat průběžně v několika vlnách. Termín té první byl stanoven na 16. 5. 2014. Do tohoto data bylo odevzdáno 24 dotazníků, což není zrovna působivý výsledek, když si uvědomíte, že v našem domově žije 164 klientů a většina z nich nemá pouze jednoho příbuzného nebo známého, který by ho navštěvoval. Návratnost tedy zatím činila pouze 14,6 %.

A nyní to nejdůležitější:

Bylo zjištěno, že informace o našem domově si lidé nejčastěji předávají ústně v podobě dobrých referencí od rodiny, přátel a známých, v menší míře potom od lékařů a zdravotnických zařízení a z internetu. Úřady, informační letáky a tisk zcela propadly a v této první vlně šetření se ukázaly jako nepodstatný zdroj prvotních informací o našem domově.

Co se týče spokojenosti rodin našich klientů s vnitřním i venkovním prostředím našeho domova a s ubytováním, objevily se pouze odpovědi „velmi spokojeni“ nebo „spokojeni“, což nás velice těší. Přesto se nám zde ukázala i slabší místa, na kterých bychom dle některých měli zapracovat. Rodiny by ocenily, kdyby naši klienti měli „více pohybu“, „rehabilitační cvičení

v zimním období, kdy nemohou využívat zahradu k procházkám“, „kvalitnější a pohodlnější vybavení pokoje“, „WC na pokoji“, „větší společenský kontakt“ a „spolehlivého lékaře“.

V oblasti spokojenosti se stravováním v domově (druh diety, velikost porce, úprava stravy, čas stravování) se objevily opět převážně odpovědi „velmi spokojeni“ a „spokojeni“, přesto jsme zaznamenaly i některé cenné podněty jako: „pestřejší výběr při dietách“ a v případě mixované stravy, „více zeleninových pokrmů, ale i bezmasých“, „celozrnný chléb a jemu podobné pečivo klienty příliš neoslovuje, nebyli zvyklí“. Ohledně stravování náš domov již některé kroky ke změně podnikl, více se dočtete dále v časopise v článku vrchní sestry a naší spolupracující nutriční terapeutky.

Spokojenost s ošetrovatelskou péčí, s prací sester, pracovníků sociálních služeb a sociálních pracovníků je též na vysoké úrovni. Objevila se ovšem také poznámka „zdá se nám málo častý kontakt sester s klientem“ a nespokojenost „s chováním některých sester“ (necht' si to příslušní zaměstnanci vezmou k srdci).

Zajímavé podněty vzešly z odpovědí na otázku spokojenosti s nabídkou volnočasových aktivit. Rodiny by pro své blízké měly zájem o „více aktivit venku“, „více výletů“, aktivity na motoriku a aktivity formou kvízů, vyprávění atd. Budeme se snažit pořádat více akcí v zahradě domova či zcela mimo něj (v poslední době například přehlídka dravých ptáků a dalších zvířat v naší zahradě, letní sportovní hry, sportovní dopoledne MŠ, výlet do obory zámku Žleby).

Potěšující je, že většina odpovídajících osob sleduje nástěnky a webové stránky našeho domova pro zjišťování aktuálních informací a naše zařízení navštěvuje nejméně jednou týdně. Jsou to ovšem údaje pouze od oněch 24 osob, které se aktivně zajímají o dění v domově a ochotně vyplnily náš dotazník.

Dále jsme velmi rádi, že námi poskytovaná služba splňuje zcela či alespoň částečně Vaše očekávání (které, doufejme, nebylo příliš nízké ☺).

Děkujeme všem, kteří věnovali svůj čas vyplnění dotazníku. Vaše názory, připomínky, podněty, jakákoliv zpětná vazba (pozitivní i negativní) jsou pro nás velmi důležité a naším cílem je, aby přispěly ke zlepšování prostředí našeho domova, úrovně a kvality poskytovaných služeb. Jednoduše tak, abyste se tu Vy, naši klienti, cítili spokojeni a šťastní, aby naše služba naplnila očekávání Vaše, Vaší rodiny, přátel a známých, a v neposlední řadě, aby se tu i našim zaměstnancům dobře pracovalo.

*Mgr. Petra Kynclová
sociální pracovnice*

Stravování v DPS

Od 20. 3. 2014 u nás pracuje na dohodu nutriční terapeutka Ludmila Dostálková. Dle Vašeho „ohlasu“ jste jistě zaznamenali určité změny v jídelníčku.

S nutriční terapeutkou jsme začali spolupracovat zejména proto, aby nám pomohla s vytvořením jídelníčku a stravy pro klienty, kterým z různých důvodů dělá potíže přijímání potravy. Jídlo se jim musí mechanicky upravovat, je kaloricky vydatnější a obohacené o bílkoviny. Jedná se hlavně o ležící klienty. Tady jsme už zaznamenali po dvou měsících zlepšení. Úbytky na váze se zastavily, někteří klienti přibrali na hmotnosti.

Po zhlédnutí dalších jídelníčků začala paní terapeutka upravovat skladbu jídel. Změnily se snídaně, svačiny. Navrhla i nové pokrmy. V našem zařízení však zavládla nespokojenost. Zejména snídaně nevyhovovaly. Přišly stížnosti od klientů i rodinných příslušníků. Skladbu snídaní jsme tedy vrátili.

O všem jsem informovala paní nutriční terapeutku. Chce se s klienty sejit a o všem si popovídat. Se zájmem vyslechne připomínky a výhrady.

Věřím, že najdeme kompromis v našem stravování a budeme jíst zdravě a chutně.

V této chvíli ještě nevím, kdy se uskuteční schůzka, ale prosím, přijďte v hojném počtu.

*Alena Vitvarová
vrchní sestra*



SPRÁVNÁ VÝŽIVA = PREVENCE NEMOCI = SOBĚSTAČNOST

Výživa dodává tělu látky potřebné k růstu, výstavbě a obnově tkání. Je zdrojem energie pro všechny denní činnosti člověka. Správná výživa je jeden z významných nástrojů k navrácení či zachování soběstačnosti a sebeobsluhy bez rozdílu věku. Pokud je potřeba energie u člověka vyšší než její aktuální příjem, hrozí riziko podvýživy. Mezi nejohroženější skupinu lidí patří senioři, neboť příjem stravy je negativně ovlivněn jejich zdravotním stavem. Riziko podvýživy u seniorů je velmi vysoké a je tedy potřeba pravidelně jej vyhodnocovat a popřípadě co nejdříve a nejúčinněji řešit. Je důležité nepodceňovat rizika, která s sebou podvýživa přináší.

Nutriční péče je projekt, který pomůže nastavit systém identifikace podvýživy u všech klientů domova pro seniory a také umožní sestavit účinný systém řešení podvyživených klientů.

A jak se vyhnout podvýživě? Zkuste dodržovat pravidla pěti „P“.

Přeji Vám, ať se Vám to daří.

Ludmila Dostálková ☺

nutriční terapeutka

PĚT PRAVIDEL ZDRAVÉ VÝŽIVY



PRAVIDELNOST

Jíst 5-6x denně v pravidelných časových intervalech.



PESTROST

Do jídelníčku zařadit veškeré potraviny.



PITNÝ REŽIM

Denně vypít minimálně 1,5 litru tekutin.



PŘÍJEM BÍLKOVIN

Dbát nejen na dostatečný příjem bílkovin, ale i na jejich kvalitu.

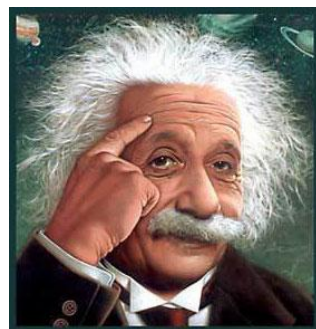


POHYB

Každodenní součástí dne je pohyb a cvičení.

Koutek pro trénování paměti

Dnes Vás seznámíme s další technikou nápomocnou k lepšímu zapamatování:



využití představivosti a fantazie

Platí obecné pravidlo, že lépe si pamatujeme věci, ke kterým si vytvoříme nějaký obraz, připojíme barvitost, podobu, vzhled. Na základě obrazu v naší mysli si slova nebo termíny, které si chceme zapamatovat, mnohem lépe vybavujeme. Pokud k této představě připojíme ještě nějakou bizarnost nebo smysl pro humor, máme neomylnou jistotu, že náš mozek zpracuje tak, jak potřebujeme. Uvedme si to na příkladu:

Potřebuji si zapamatovat nákup, který obsahuje 10 položek: například *brambory, chleba, hořčice, sušenky, pivo, čokoláda, zápalky, mýdlo, pórek, hladká mouka*.

Jednoduchý trik, jak si nákupní seznam zapamatovat díky Vaší představivosti, je tento: *Vytvoříme si představu bytu. Otevřeme dveře a vcházíme do bytu, kde na různých místech bytu potkáváme jednotlivé položky nákupu – představujeme si jejich obraz, barvu a případně co dělají. Hned v předsíni se kutálejí **brambory** – je jich zde asi 10 a zrovna mají ve skupině rozcvičku. Doprava jdeme do koupelny, kde modré **mýdlo** na umývadle brečí, že by chtělo nějakou kamarádku. Vedle na záchodě sedí **čokoláda** a čte si noviny. Přijdeme do kuchyně – **pórek** se ve dřezu sprchuje, protože mu je velké teplo, a vedle něho **zápalky** se snaží zapálit plyn. V obývacím pokoji sedí na gauči **pivo, chleba a sušenky** a koukají právě na zprávy. V dětském pokojíčku se na zemi rozprskla **hořčice** a kousek dál je vysypaná **hladká mouka** – děti si s ní budou hrát jako na písku.*

Pokud si tuto obrazovou představu cestou do obchodu opětně zopakujete, v obchodě se Vám již jednotlivé položky budou na základě putování bytem lehce vyobrazovat. Stejně tak lze tuto metodu pro zapamatování využít i v jiných situacích.

V příštím čísle časopisu se dozvíme o metodě kategorizace.

Mgr. Lenka Kellerová
sociální pracovnice

TEST

1. Kam půjdete, když Vás někdo pošle do NARPY?

- a) do papírnictví
- b) do knihovny
- c) do háje

2. Co to je tébich?

- a) budík
- b) pozdrav
- c) koberec

3. K čemu sloužil pučtok (puštok)?

- a) ke střelbě na zajíce
- b) k vybírání žumpy
- c) k pohánění volů

4. Co to je šnuptychl?

- a) dopisní papír
- b) kapesník
- c) šňupací tabák

5. Pokud Vás někdo pošle pro erteple, co přinesete?

- a) brambory
- b) prezůvky
- c) kancelářské sponky

6. Co je to senkrovna?

- a) podkrovní komůrka
- b) dopisní schránka
- c) žumpa

7. Co to byl americký brouk?

- a) mandelinka bramborová
- b) Ferda mravenec
- c) stíhací letoun amerického námořnictva



8. Kouká Vám podolek. Co to je?

- a) ramínko podprsenky
- b) část košile
- c) strach z očí

9. K čemu se používá lígr?

- a) k zajištění dveří
- b) ke zrytí zahrady
- c) k měření času

10. Čemu nebo komu se říkalo cvrnda?

- a) hře v kuličky
- b) papírové květině
- c) služce

11. Co je to švédka?

- a) drobná mince
- b) pomůcka filatelisty
- c) druh košile

12. K čemu se používá štokrle?

- a) k sezení
- b) k míchání těsta v díži
- c) k pití kořalky

13. Co jsou firhaňky?

- a) železniční závory
- b) záclonky
- c) obtížný hmyz

14. Co udělala žena muži, když mu všila cvíkl?

- a) dala mu pár facek
- b) dala mu kapesné
- c) rozšířila mu kalhoty

15. Jakého původu je bejkovec?

- a) rostlinného – je to dřevěná hůl
- b) nerostného – je to železná tyč
- c) živočišného – je to šlacha ze hřbetu dobytčete



16. Kdy se chodilo do kovomatu?

- a) když se Vám rozbil fotoaparát
- b) když Vám došly hřebíky
- c) když jste se učili kuchařem

17. Co byla dederonka?

- a) předchůdce trabanta
- b) košile
- c) nudistická pláž

18. Co byste udělali s biřklí?

- a) snědli (je to uzenka)
- b) opravili s ní boty (je to ševcovská potřeba)
- c) nic (jde o sakrální předmět)

19. Co jsou ocakovačky?

- a) lehké děvy
- b) rychle schnoucí plavky
- c) okurky – rychlokvašky

20. Z čeho je pracharanda?

- a) z peří
- b) z jablek a hrušek
- c) ze slámy

21. K čemu se používal vikslajvant?

- a) k čištění bot
- b) k výrobě ubrusů
- c) k nalévání kapaliny

22. Co je platfus?

- a) platýs
- b) plochá noha
- c) trojnožka

23. „Šoufky“ si z Vás už určitě někdo udělal. Ale víte, co to je šoufek?

- a) nádoba na vybírání žumpy
- b) malý soudek
- c) nůžky na zastříhování vousů



24. Co byste si dali do šifonéru?

- a) tužku (je to penál)
- b) lampu (je to sklep)
- c) prádlo (je to skříň)

25. Co si představíte pod výrazem klimpr?

- a) nabraný límeček
- b) klavír
- c) zahradní altán

26. K čemu sloužil/a kopist?

- a) k mísení chlebového těsta
- b) k okopávání brambor
- c) jako zbraň

27. Jak naložit s kucmochem?

- a) uklidit (je to pokoj pro služku)
- b) sníst (jsou to škubánky)
- c) vymést (je to komín)

28. Co znamená mít sicflajš?

- a) mít teplé místočko
- b) být vytrvalý
- c) mít hemoroidy

29. Co byl viks?

- a) výprask
- b) čisticí prostředek na boty
- c) vikýř

30. Kde byste hledali fortnu?

- a) na hradě
- b) na lodi
- c) ve skříni



**Správné odpovědi naleznete
na závěrečné straně časopisu.**

Pro časopis Náš domov dodala Eva Kvapilová, pracovnice relaxačního centra.

KŘÍŽOVKA Neschopný právník může zdržet případ několik let. Schopný... TAJENKA Převzato z www.krizovkarsky-raj.cz					ŽENSKÉ JMÉNO (17. 8.)	SLEZSKÁ ŘEKA	OMASTEK	OBCHODNÍ AKADEMIE	TAJENKA 1. DÍL	VAZBA TKANIN
				ZÁPLAVA						
				MUŽSKÉ JMÉNO (18. 3.)						
				JAPONSKÁ FIRMA						
POMŮCKY: VALE, ADRIA	PŘEKÁŽETI	TAJENKA 2. DÍL	POHYB TÁGEM					SLOVEN. POLNÍ MÍRA		
			DRUH BOROVICE					DĚDEČEK		
FINANČNÍ PODPORA							ŘÍMSKY 506			
							LATINSKÝ POZDRAV			
ŽENSKÉ JMÉNO						MAJETKY NEVĚST				
						MONTÁŽNÍ BUDOVA				
HUSTÉ PAŽITY					PATŘÍCÍ HADŮM					VZDÁLIT SE AUTEM
					PROJEV VDĚČNOSTI					
OBEC U KOMÁRNA				VE VĚTŠÍ VZDÁLE- NOSTI						
				BONBON						
ZN. TELLURU			ANGL. DĚLKOVÁ MÍRA					ŘÍMSKÝCH 1500		
			SPOJKA					PROVAZ Z LÝČÍ		
EVROPAN KA							SOUČÁST MASTÍ			
							HAZARDNÍ HRA			
	POŠTOVNÍ NOVINOVÁ SLUŽBA				JESTLIŽE	OBILNINA				
	STŘELNÁ ZBRAŇ					NÁZEV HLÁSKY V				
PŘEDLOŽKA				ZNÍT						
				SLOVEN. JINAM						
ZAKVIČENÍ VEPŘE			TAJENKA 3. DÍL						ZÁKLADNÍ ČÍSLOVKA	NALÉVAT
			SYMETRÁLA							
HOBLINA						STEH				
						KOMERČNÍ BANKA				
POKLADNA					TÁZACÍ ZÁJMENO					
NAHÁČ					MRŠTIT					

Svoje narozeniny budou slavit:

pí Kučerová Libuše	1. 7. 1920
pí Vašáková Anna	1. 7. 1941
p. Kožíšek Zdeněk	10. 7. 1930
pí Merclová Zdeňka	11. 7. 1927
p. Moučka Vlastimil	12. 7. 1930
pí Valtrová Alenka	12. 7. 1931
pí Drobílková Jiřina	15. 7. 1928
pí Písařová Anna	25. 7. 1924
pí Matyková Olga	27. 7. 1933
p. Mareček František	28. 7. 1929
pí Vilímková Hana	7. 8. 1928
p. Michek František	8. 8. 1928
pí Prausová Anna	11. 8. 1941
p. Kolář Ladislav	14. 8. 1919
pí Kosinová Miluše	15. 8. 1932
pí Sýkorová Marie	19. 8. 1927
p. Hejcman Josef	24. 8. 1926
pí Hergerová Jaroslava	26. 8. 1924
p. Hais Otakar	4. 9. 1927
pí Jeklová Jindřiška	10. 9. 1924
pí Rintová Věra	12. 9. 1945
pí Turayová Anna	15. 9. 1917
pí Stejskalová Věra	16. 9. 1929
pí Výborná Zdeňka	18. 9. 1943
pí Švandová Miluška	19. 9. 1940
p. Dostál Václav	25. 9. 1943
pí Zimová Blanka	27. 9. 1941

Přejeme všechno nejlepší!



Noví obyvatelé našeho domova:

p. Fejřárek Frantiřek	6. 5. 2014
pí Haisová Anna	16. 5. 2014
p. Hais Otakar	16. 5. 2014
pí Sýkorová Marie	19. 5. 2014
p. Novotný Lubomír	21. 5. 2014
pí Doleřalová Drahoslava	29. 5. 2014

pí Novotná Marie	4. 6. 2014
pí Kučerová Bořena	10. 6. 2014
pí Jeklová Jindřiřka	17. 6. 2014
pí Źáková Bořena	23. 6. 2014
p. řindelář Josef	27. 6. 2014
pí řindelářová Jiřina	27. 6. 2014

Přejeme příjemný pobyt!

S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili:

pí Říhová Marie 18. 4. 2014

p. Baumgartner Jiří 22. 4. 2014

pí Malinská Marie 4. 5. 2014

p. Horák Milan 7. 5. 2014

p. Fejřárek František 11. 5. 2014

p. Sládek Milan 19. 5. 2014

p. Orosz Václav 25. 5. 2014

pí Inderková Marie 30. 5. 2014

pí Michálková Blažena 11. 6. 2014

pí Moravová Marie 16. 6. 2014

pí Mlčochová Věra 16. 6. 2014

pí Švadlenková Marie 18. 6. 2014

Čest jejich památce!



Odešli do soukromí:

pí Malečková Kamila 14. 6. 2014

Správné odpovědi testu ze stran 34-37:

1a, 2c, 3c, 4b, 5a, 6c, 7a, 8b, 9a, 10b, 11c, 12a, 13b, 14c, 15c, 16b, 17b, 18a, 19c, 20b, 21b, 22b, 23a, 24c, 25b, 26a, 27b, 28b, 29b, 30a

Tajenka křížovky z tohoto čísla:
PRÁVNÍK MŮŽE ZDRŽET PŘÍPAD I DÉLE



Náš domov

2/2014 rozšířené letní vydání

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@tiscali.cz

Redakční rada:

Ing. Petr Mazura
Alena Vitvarová
Jaroslava Rousková
Mgr. Petra Kynclová

Šéfredaktorka:

Mgr. Petra Kynclová