

Náš domov

číslo 4/2019



Foto: Pavel Hubáč: Jeseníky



Zima 2019

Co v tomto čísle najdete

Vážení klienti domova, vážení zaměstnanci.....	3
Vzpomínka na paní Markétu Výbornou.....	4
Co je u nás nového	6
Kniha do ucha	7
Poděkování zaměstnancům	8
Návštěvy skautů a dalších dobrovolníků v našem domově	9
Podzim na oddělení D4	12
Celodenní vaření a radost z tvoření v dílně ručních prací	13
Jak jsme si pochutnali na langoších.....	15
Škvaření sádla	15
Perníčky	16
Vánoční výstava	17
Malé ohlédnutí za historií budovy domova.....	19
I letos nás 5. prosince nemohla minout mikulášská návštěva.....	19
Jak ten čas letí... ..	20
Toto napsala 83letá žena své přítelkyni	20
Koutek trénování paměti	22
Kdo je kdo v našem domově?.....	23
Nastal čas vánoční.....	29
Přehled akcí konaných v našem domově ve 4. čtvrtletí roku 2019.....	30
Sudoku	32
Správné řešení sudoku a úkolu z Koutku trénování paměti.....	33
Svoje narozeniny budou slavit.....	34
Noví obyvatelé našeho domova	36
S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili.....	37



Vážení klienti domova, vážení zaměstnanci,



blíží se konec roku 2019 a mě opět tvůrci časopisu *Náš domov* upomínají, abych napsal pár řádků do jeho úvodníku. Dovolte mi tedy, abych se ve stručnosti ohlédl za rokem končícím a nastínil, co nás asi čeká v roce nadcházejícím – v roce 2020.

Pokud máte možnost chodit do zahrady domova, asi jste sami zaznamenali dlouhodobější průběh prací v prostoru mezi kotelnou a prádelnou. Pozlobily nás tady prasklé odpady a trvalo delší dobu, než se podařilo najít tu pravou příčinu – místo, kde k úniku dochází. Ukázalo se, že výměna odpadních trubek v celém tomto prostoru nebyla vůbec zbytečná, protože technický stav odpadních trubek zde byl v dezolátním stavu – byly popraskané, prorostlé kořeny a špatně sesazené.

Jelikož se ze služebního bytu ve vile odstěhoval údržbář pan Bartoníček, uskutečnili jsme během tohoto roku celkovou rekonstrukci bytu včetně rozvodů elektřiny a vody, vybavili jsme ho novou kuchyňskou linkou a byla položena nová podlahová krytina.

V závěru roku byla vyměněna okna na pokojích oddělení D4 a proběhlo zde i malování. Vzhledem k tomu, že prosinec už bychom chtěli mít klidnější, bude malování chodeb na oddělení D4 dokončeno až začátkem roku 2020.

Co se nám tento rok nepodařilo uskutečnit z původně plánovaných akcí, byla instalace klimatizace na pokojích oddělení L1. Důvodem byla velká zaneprázdněnost firem, které zpracovávají projektovou dokumentaci na podobné zakázky. V tuto chvíli však již probíhá výběr firmy, která by tyto práce měla provést, a klimatizace na oddělení L1 a do kulturní místnosti bude instalována v průběhu měsíců březen–duben 2020.

Chtěl bych na tomto místě vzpomenout na všechny klienty domova, kteří nás v roce 2019 opustili a letošní Vánoce s námi již nemohou oslavit. Věřím, že v našich vzpomínkách stále zůstávají.



Vážení klienti, vážení zaměstnanci,

chci Vám všem, Vaším rodinným příslušníkům, přátelům a známým popřát do celého roku 2020 hlavně pevné zdraví a ať se Vám všechno daří dle Vašich nejtajnějších přání.

Prožijte svátky vánoční a Nový rok v pohodě, spokojenosti a zdraví, abychom se na začátku roku 2020 znovu sešli a pustili se do další práce.

*Ing. Petr Mazura
ředitel domova*

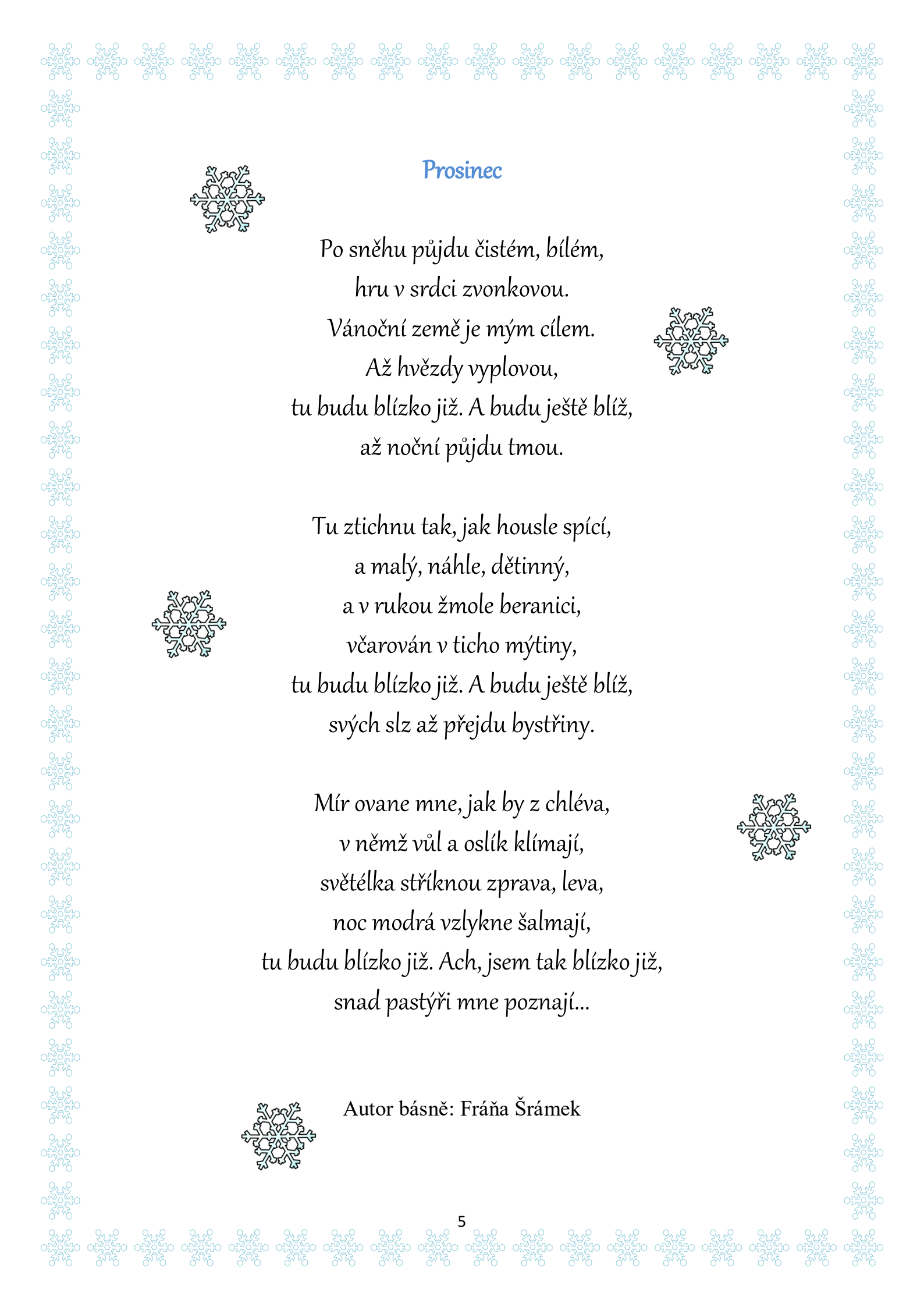
Vzpomínka na paní Markétu Výbornou

Psala jsem do městského zpravodaje *Leknín* a poděkovala jsem paní Zdeně Sedláčkové za nádhernou vzpomínku na zemřelou paní Markétku Štěpánovou – Výbornou. Paní Sedláčková psala za Heřmanův Městec a jsem jí vděčná.

Leknín u nás všichni nečtou, tak aspoň v našem časopise se připojím vzpomínkou na malou Markétku, kdy už jako malá holčička přišla s dětmi ze základní školy, které vedla v pěveckém kroužku její maminka, paní Ludmila Štěpánová. Bylo to krátce po otevření přístavby pavilonu. Paní Štěpánová postavila Markétku na židli, abychom ji všichni dobře viděli, když začala s dětmi v bílých šatičkách zpívat. To byl první potlesk, který malá Markétka od nás všech v domově získala. Patřila se svojí maminkou k těm, kteří nás po celé roky svým zpěvem a hudbou potěšovali a stali se našimi nejlepšími přáteli, a my jsme je měli všichni rádi. Otvírali nám svým zpěvem srdce a my, pamětníci, na to vzpomínáme s úctou. *Vlastislav* u nás také často zpíval a mnoho našich sestřiček a zaměstnanců prošlo celé roky tímto nádherným pěveckým sdružením, které paní Štěpánová vedla a kde byla nyní dirigentkou naše milovaná Markétka. Patřili už všichni s *Vlastislavem* k nám, do našeho městského Domova pro seniory.

Jak nás zbolelo srdce, když jsme se dozvěděli, že paní Markétka Výborná zemřela. Děkujeme také jí za úsměvy a nadšení, které kolem sebe rozdávala. Budeme s úctou na ni vzpomínat.

*paní Jaroslava Rousková
klientka oddělení D3*



Prosinec



Po sněhu půjdu čistém, bílém,
hru v srdci zvonkovou.
Vánoční země je mým cílem.
Až hvězdy vyplovou,
tu budu blízko již. A budu ještě blíž,
až noční půjdu tmou.



Tu ztichnu tak, jak housle spící,
a malý, náhle, dětinný,
a v rukou žmole beranici,
včarován v ticho mýtiny,
tu budu blízko již. A budu ještě blíž,
svých slz až přejdu bystriny.



Mír ovane mne, jak by z chlěva,
v němž vůl a oslík klímají,
světélka stříknou zprava, leva,
noc modrá vzlykne šalmají,
tu budu blízko již. Ach, jsem tak blízko již,
snad pastýři mne poznají...



Autor básně: Fráňa Šrámek

Co je u nás nového

Od ledna 2020 dojde k navýšení personálu o jednu pracovníci přímé péče na oddělení D3, D4 a oddělení L2.

Od ledna 2020 budeme spolupracovat s novou nutriční terapeutkou – paní Kateřinou Bártovou.

Od ledna 2020 již nebude realizována muzikoterapie – o tuto aktivitu dlouhodobě nebyl mezi klienty větší zájem a zároveň odborná lektorka projevila přání ukončit spolupráci.

V průběhu podzimu proběhla na oddělení D4 výměna oken a malovalo se (více v článku staniční sestry Jany Radilové na straně 12).

Stejně jako každý rok probíhaly na podzim nákupy nového vybavení ke zvýšení kvality zařízení a prostředí domova. Bylo zakoupeno 10 kusů elektricky polohovatelných postelí včetně matrací, 15 kusů nočních stolků, 10 nových statických laviček na zahradu. Údržba velké zahrady domova a přilehlých ploch vyžaduje také technickou vybavenost, proto byl pro tyto účely zakoupen malotraktor.

Při jízdě na motomedu v relaxačním centru můžete nově zhlédnout videotrasy ze zajímavých míst v Čechách (např. Třebíč, Františkovy Lázně, Harrachov, příroda v Podyjí, Lysá hora, Sněžné jámy, Pravčická brána) i v zahraničí (Lago di Garda v Itálii, Hamburg, Vídeň, Benátky, Dubaj, Berlín). Šlapání na motomedu s výhledem na takovéto krásy Vám úplně závidíme!

Naše knihovna obsahuje nové knižní tituly: V. Řeháčková: *A přece mám život ráda*, E. Boček: *Aristokratka a vlna zločinnosti na zámku Kostka*, R. Bryndza: *Chladnokrevně*, J. Moyesová: *Krasojedkyně*, S. Brown: *Pomsta*, N. Robertsová: *Okouzlená šamanka*, J. Rollins: *Zkouška ohněm*,

P. Hartl: *Nejlepší víkend*, S. Monyová: *Ženu ani květinou*, J. Collins: *Ženatí milenci*, M. Klevisová: *Sněžný měsíc*, K. Montag: *Po povodni*.



Změna v úhradě za ubytování od 1. ledna 2020

Vzhledem k navyšování cen energií, bude od 1. ledna 2020 všem klientům navýšena úhrada za ubytování o 5 Kč/den. Každý klient obdrží počátkem roku novou tabulku úhrad, která je součástí *Smlouvy o poskytnutí sociální služby*, ve které bude nová úhrada stanovena.

Zároveň bych tímto chtěla upozornit klienty či jejich příbuzné, kteří zasílají úhradu převodem na účet domova a mají zřízen trvalý příkaz v bance, aby v průběhu měsíce ledna změnili výši zasílané částky.

*Mgr. Petra Linhartová
vedoucí sociálního oddělení*

Kniha do ucha

Chtěl/a byste si přečíst nějakou knihu, ale z různých důvodů Vám to již nejde? Přijďte si vypůjčit knížky namluvené na CD, které nám pravidelně zasílá Knihovna pro nevidomé K. E. Macana z Prahy. Pořídte si CD přehrávač (nejlépe i se sluchátky) a poslouchání knih může začít! Audioknihy jsou k dispozici na sociálním oddělení.

*Bc. Kateřina Murinová
sociální pracovnice*



Poděkování zaměstnancům

Rády bychom poděkovaly všem zaměstnancům domova, kteří každý rok na počátku adventu připojí ruku k dílu a snaží se přispět ke kouzelné vánoční atmosféře domova. Není chodba či místnost či dveře, které by nebyly vyzdobeny! Věříme, že jak na klienty, tak i na zaměstnance tato atmosféra blahodárně působí a navozuje nám lepší pracovní atmosféru. Stejně tak návštěvy klientů oceňují domáckost, veselost i voňavost prostředí našeho domova, což není ve všech zařízeních podobného typu vždy běžné.



Zvláštní poděkování bychom chtěly věnovat všem pracovním relaxačního centra. I v tomto čísle časopisu si můžete přečíst o tom, co se vše v relaxačním centru děje a že pro klienty jsou aktivity zde organizované velkým zdrojem radosti, zážitků a podnětů. Pracovním také děkujeme za krásnou vánoční výzdobu, kterou obohatily naše kanceláře, a za pomoc při tvoření novoročních přání, které ke konci roku zasíláme spolupracujícím organizacím.



Činnost pracovníků v sociálních službách, vrchní sestry, staničních a zdravotních sester, vedení domova, sociálních pracovníků, uklízeček, pracovníků kuchyně, prádelny a údržby, vrátnice a zahradnice je každodenním neutuchajícím koloběhem, který zaručuje, že je o Vás, klienty, po různých stránkách postaráno. Snažíme se uspokojovat Vaše potřeby a přání 24 hodin denně, 12 měsíců v roce. Ačkoliv v tomto koloběhu může někdy nastat zádrhel a průběžně řešíme různé záležitosti ke zlepšení, myslíme si, že v konečném výsledku je péče v našem zařízení na vysoké úrovni a většina z Vás je s pobytem v našem domově spokojena. To nás těší.

I ze zpětné vazby lidí, kteří si k nám podávají žádost, vyplývá, že náš domov má dobrou pověst a je mezi žadateli vyhledávaným. Za to vše **děkujeme Všem výše uvedeným zaměstnancům**, kteří k tomuto přispívají. Vyžaduje to velký podíl spolupráce, množství komunikace, flexibilitu, trpělivost a toleranci. Snažíme se o to, i když jsou samozřejmě momenty, kdy je to náročné.

Nicméně vysoký počet zaměstnanců, kteří zde pracují dlouhodobě, svědčí o tom, že v konečném výsledku jsme zde i my, zaměstnanci, spokojeni, pracujeme zde rádi a dává nám to smysl.

Věříme, že se domovu podaří v blízké budoucnosti vypořádat s řešením potřebných záležitostí (např. nevhodné prostory některých pokojů) tak, že i nadále budeme moci být při kontaktu se žadateli hrdé na to, jaké zařízení reprezentujeme.

Sociální pracovníce Petra, Lenka, Helena, Kateřina

Návštěvy skautů a dalších dobrovolníků v našem domově

Na základě ochoty ke spolupráci ze strany pana Aleše Jelínka z místního skautského oddílu jsme v letošním roce navázali kontakt s nejmladšími skauty místního střediska Leknín. Skauti nás v průběhu roku přišli navštívit čtyřikrát – zazpívali písničky, zatancovali, povídalo se a hrálo na kytaru. Velkou radost při březnovém setkání vyvolalo, když klientky povozily některé zájemce na svých chodítkách. Při další návštěvě si všichni dohromady na zahradě domova zahráli hru s „padákem“. Při podzimním setkání si naši klienti pro skautíky přichystali zajímavý program zaměřený na využití smyslů. V předvečer svátku sv. Barbory k nám dorazily malé „Barborky“, zazpívaly písničku o zvyku spojeném s třešňovou větvičkou a následně podarovaly klienty větvičkami.

Setkání se skauty jsou doprovázena veselím, hravostí a radostí z mezigeneračního shledání. Klienti mají zážitek ze setkání s dětskou bezprostředností a zároveň osvěžení z veselých vzpomínek na mládí (někteří z nich byli v mládí sami členové stejné organizace). Skautíci si již na prostředí domova pro seniory zvykli a je znát, že kontakt se seniory se jim stává přirozeným. Obecnou součástí skautského programu je navazování nových přátelství a rozvoj zodpovědnosti vůči společnosti a druhým lidem. Jsme rádi, že se v letošním roce toto podařilo realizovat i s našimi klienty. **Děkujeme tímto dospělým vedoucím – panu Aleši Jelínkovi a dalším, kteří malé skautíky doprovázejí, této činnosti věnují část své osobní energie a stejně jako my hodnotí tuto spolupráci jako oboustranně podnětnou.**



Opětovně bychom rádi poděkovali paní Miladě Svobodové z Klešic, která Vás navštívila o víkendu před Vánocemi a spolu se skupinou dalších dárců Vám všem udělala radost drobným balíčkem s užitečným obsahem.

Také jsme po roce rádi uvítali nabídku paní Králové z restaurace Maple. Ta je autorkou projektu **Přání, které vykouzlí úsměv**, a pod jejím vedením před Vánocemi dárci plnili přání některým našim klientům. **DĚKUJEME!**

Opět jsme se letos zapojili do projektu Ježíškova vnoučata realizovaného Českým rozhlasem. Paní Marie si přála navštívit kamarádku, kterou již dlouho neviděla, a paní Libuše měla vždy velké přání učit se cizí jazyky. Věříme, že se jim tato přání k jejich spokojenosti splnila.

Více o tom, jak proběhlo plnění přání našim seniorům, si budete moci přečíst v jarním čísle našeho časopisu.

V našem domově stále vítáme dobrovolníky z řad veřejnosti, kteří by měli chuť a čas navštívit některé z našich seniorů – popovídat si s nimi, něco jim přečíst nebo je vzít třeba na procházku. Vykouzlit úsměv na rtech se dá totiž nejen hmotnými dárky pod stromečkem, ale i v průběhu celého roku pouhou přítomností. Činí tak například paní **Miša Ostrčilová, která do našeho domova dlouhodobě jako dobrovolnice pravidelně dochází.**

V letošním roce jsme rádi poskytli možnost splnit školní povinnost v podobě dobrovolnictví studentkám **Alče Černocké a Aničce Petráňové.** Z povinnosti se nakonec vyvinula i chuť k dobrovolnictví nepovinnému, za což jsme rádi.

Také jim všem směřuje naše poděkování.

Poslední milou návštěvou, kterou nemůžeme opomenout, byla maminka na mateřské dovolené, **paní Zdenka Krásná, se šestiměsíční holčičkou Ninou.** Paní Krásná si přišla s našimi klientkami dvakrát popovídat, dokonce si roztomilou Ninu mohly i pochovat. Povídání o mateřských slastech i starostech ve veselém duchu bylo dalším příjemným zpestřením volného času.



Velmi si vážíme všech lidí, kteří svůj čas a energii věnují těmto návštěvám, a jsme rádi, že se tato zajímavá mezigenerační setkání mohou odehrávat na půdě našeho domova. Pozorujeme navazování nových přátelství, která by jinak ani nemohla vzniknout. Propojují se různé světy lidí, kteří mají podobný naturel nebo i zkušenosti a mohou se navzájem obohatit. Protože dobrovolnictví není jen jednostranná záležitost, ale přináší užitek i dobrovolníkovi samotnému – třeba v tom, že takto naplněný volný čas má nějaký smysl. Jak říká citát: „Nejšťastnější lidé nejsou ti, kteří více dostávají, ale ti, kteří více dávají.“

Kéž by takovýchto šťastných lidí po světě chodilo stále více a zavítali někdy i do našeho domova pro seniory Vám zpříjemnit volný čas!

Mgr. Lenka Kellerová

koordinátorka dobrovolnictví v našem domově

Podzim na oddělení D4

Letos na podzim proběhla výměna oken na pokojích oddělení D4. Okny velmi táhlo, netěsnila, odlepovaly se ozdobné lišty, tzv. příčky, a manipulace s okny byla častokrát „nad lidské síly“. Ráda bych poděkovala vedení domova, že nám tuto investici schválilo a celá akce se uskutečnila.

S výměnou oken se začalo 14. října 2019. Měli jsme štěstí na teplé počasí a do konce měsíce bylo hotovo. Při demolici starých oken jsme si „užili“ hodně hluku a prachu. Tím celá akce ovšem neskončila. Hned v listopadu se započalo s výmalbou pokojů. Jelikož na zdech již byla velká vrstva nátěrů a na mnoha pokojích se tyto nátěry olupovaly, bylo nutné škrábáním starou malbu odstranit. Vymalování jednoho pokoje se tak protáhlo na dva dny. Poslední listopadový týden byly hotové všechny pokoje. Co se již ale nestihlo, je chodba, která se bude malovat v lednu 2020, protože chceme klientům dopřát klidný advent.

Děkuji klientům, kteří to všechno statečně zvládli i v provizorních podmínkách (např. spaní na jídelně D3).

Děkuji i paním uklízečkám, údržbářům a hlavně pracovnícím přímé péče, kteří vše zvládli za plného provozu.

Jana Radilová

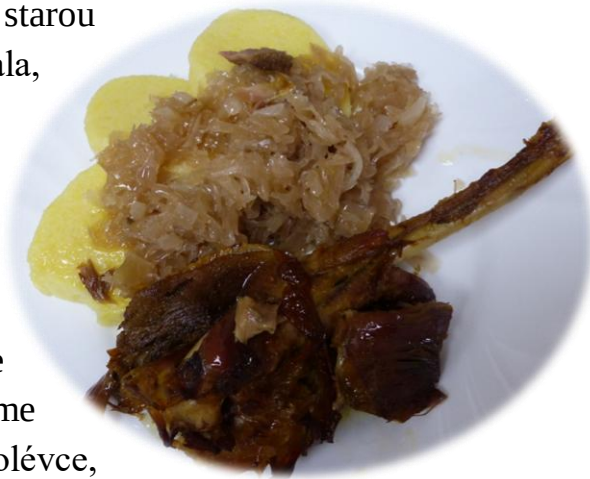
staniční sestra oddělení D3, D4

Celodenní vaření a radost z tvoření v dílně ručních prací

Ve středu 13. listopadu 2019 se uskutečnil v dílně ručních prací zajímavý den – celodenní vaření. Tentokrát to bylo pečení svatomartinské husy, součástí celodenního menu byly i moravské koláčky. Pokusím se tento „náš den“ popsat, abych všem přiblížila atmosféru, která nás provázela.

Bylo nás šest a pracovní činnost začala tím, že jsme všechny obdržely zástěry. Byly jsme natěšené, protože jsme se navzájem znaly z jiných aktivit. Den jsme zahájily tím, že jsme si připravily bohatou snídani po anglicku – vajíčka se špekem a husími játry na cibulce s kouskem chleba. Následovala příprava na polévku. Sestřičky Ilonka a Hana přinesly ze svých zahrádek ekologicky čistou zeleninu i výborné brambory. Pracovaly jsme všechny podle svých možností a velmi jsme se snažily. Nastalo strouhání, krájení, míchání. Vytvořily jsme malé játrové knedlíčky a silný vývar podpořený vývarem z kosti. Když jsme polévku ochutnaly, byly jsme v nebi, jak byla skvělá. Pečení husy proběhlo také zdárně a s úspěchem. Ale na koláčky trouba vypověděla službu a nakonec se koláčky dopékaly v kuchyni, kde se ke vši smůle připálily. Ty koláčky, co všechno přežily, byly nevzhledné, ale chuťově dobré. Byly jsme zklamané. Podle tradice se koláčky dávají na ochutnání panu řediteli, tentokrát to bylo s příslušným komentářem. Teď pevně doufáme, že se přeci najdou prostředky na novou troubu za starou vysloužilou, aby se historie neopakovala, protože nás čeká pečení vánočního cukroví.

Velkým překvapením pro nás bylo netradiční vaření bramborových knedlíků, které jsme ani jedna neznala. Z bramborového těsta se uvalel válec, který se nití nakrájel na plátky, a ty se uvařily. Hlavní chod neměl chybu, a tak jsme si pochutnaly na skvělé knedličkové polévce, křehounké husičce a speciálně uvařených knedlicích. Po obědě jsme si šly odpočinout a odpoledne pokračovalo černou kávou a koláčky, které jsme ochutnaly takové, jaké byly. Závěrem se ještě rozdělil zbytek menu, které jsme si mohly odnést domů.



Pro pracovnice relaxačního centra je to velká starost, aby vše zdárně proběhlo. Velmi si ceníme toho, že věnují tolik své energie těmto aktivitám, které nás baví. Například i ručním pracím v dílně. Vymýšlejí pro nás, co bychom mohly tvořit, připravují materiál. S paní Knapovou jsme se rády

zapojily do vánoční soutěže a na ozdobách z filcu jsme pracovaly s velkým zaujetím (viz článek paní Knapové na straně 17–18). Z dílny si odnášíme krásné obohacující zážitky a větší způsobilost ke všem běžným činnostem.

Pracující andělé, to jsou sestřičky na odděleních. Pan ředitel se velmi stará, aby se nám tady líbilo. Vše se modernizuje a i přes napjatý rozpočet jsme do dílny dostaly nový krásný sporák za vysloužilou starou troubu a už teď se těšíme na pečení vánočního cukroví. Moc si všeho v našem domově vážíme a za vše děkujeme.

*paní Helena Hlaváčková
klientka oddělení LO*



Jak jsme si pochutnali na langoších

Děkujeme za krásnou chvíli, kterou nám sestřičky zpestřily den. Langoše byly výborné, moc jsme si pochutnali. Poseděli jsme spolu s ostatními klienty, popovídali jsme si při sklence piva. Moc děkujeme všem sestřičkám, které nás obsluhovaly. Zvlášť děkujeme vrchní sestřičce Alence, že nám obětovala svůj čas a spolu s ostatními sestřičkami připravila krásnou hostinu.

*paní Marie Vilímovská
klientka oddělení L1*



Škvaření sádla

Aby nám zpříjemnilo pobyt, vedení našeho domova často pořádá různé aktivity. Na jednu, které jsem se zúčastnila, vzpomínám.

Režii převzaly sestřičky z relaxačního oddělení, připravily prima akci a tím nám připomněly i chvíle doma v našem kuchyňském království. Co nás čeká? Škvaření sádla. Příprava jednoduchá – prkénko, dobrý nůž a kus vepřového syrového sádla. Dostáváme vše potřebné a začínáme krájet a krájet. Stáří hodně vzpomíná a my si povídáme, co bylo a nebylo. Soustředit na práci se ale musíme, nože jsou ostré a nebezpečné. Zatímco sestřičky pečou domácí

chleba, sádlo se pomalu škvaří. Za chvíli se vůně pečeného chleba a škvarků šíří po celém oddělení. Nastal čas, kdy je vše hotové, a my jsme zvědavé na výsledek. Překvapení nastalo – před námi se objevily talířky, na nich krásné, zlatavé, teplé, slané škvarky a domácí chleba. Tečkou za touto zábavnou aktivitou byla sklenička piva. Jak nám všem chutnalo, se nedá popsat. Pomalu se rozcházíme. Děkujeme sestřičkám, kterým ale ještě zůstává úklid. Je otázka – co bude příště?

Klientka našeho domova



Perníčky

Medové perníčky, pochoutka, která se peče od pradávna k všelijakým příležitostem. Mají dlouhou historii. Sladké pečivo ochucené medem a různorodým kořením chutnalo v rozmanitých podobách všem lidem na světě. Tedy i naši rodinu nevyjímaje.

Perníky mám sice jako malá holka spojené s pocitem strachu, že už brzy přijde Mikuláš s čerty, ale na vykrajování jsem se vždy těšila. Maminka zadělala

těsto tak týden před Mikulášem, druhý den jsme je tedy pekli. A na to mám nejhezčí vzpomínky, že jsme se sešli celá rodina, babička i dědeček.

Dospělí si uvařili „svařák“ nebo punč, pustily se vánoční koledy. A šlo se na věc!

Na stole byly dva vály, dva válečky a plno mouky a formiček. Mouku jsem měla všude po obličeji, ve vlasech a na oblečení. Ale v kuchyni bylo teploučko, pohoda a plno vyprávění o Vánocích.

Když jsem se vdala a měla svoje ratolesti, snažila jsem se tuto tradici a atmosféru také zachovat. Dnes už moje dcera se svou rodinou zve nás jako dědečka a babičku.

A zamatlané pusinky a ručičky mých vnoučat jsou mi odměnou.

*Jitka Jirásková
pracovnice relaxačního centra*



Vánoční výstava

V Heřmanově Městci se konala výstava vánočních větví a stromků spojená se soutěží o nejkrásnější větev nebo stromek. Výstavu připravila místní KDU-ČSL, předsedkyní organizace je paní Ing. Zdenka Sedláčková. Výstava probíhala od soboty 30. listopadu do neděle 15. prosince 2019 v prostorách Židovského dvojdomku vedle synagogy.

Náš domov byl zapojen do výstavy přes vrchní sestru Alenu Vitvarovou, a tak jsme začaly v dílně vyrábět ozdobičky na stromeček. Byly to zvonečky, stromečky, panáčky, sněhuláčky, balíčky, zimní botičky a kytičky vytvořené z filcu. Každý tvar ozdobičky byl vyroben ve více kusech. Ozdobičkami byla okrášlena živá jedlička stojící v bílém kbelíčku s hlínou. Spolu s paní Helenou Hlaváčkovou jsem ozdobičky obšívala a vycpávala a konečnou hezkou úpravu provedly pracovnice Hana Heřmanská a Ilona Vobejdová. Do větví stromku byly posazeny bílé kuličky, navrch stromečku dána hvězda, rovněž vytvořená a zdobená z filcu. Plánuje se, že stromek bude na jaře zasazen v zahradě domova, tedy plně využit.

To je asi vše, s čím jsme Vás, klienty, chtěly seznámit, abyste v kostce poznali, co výstava obnáší.

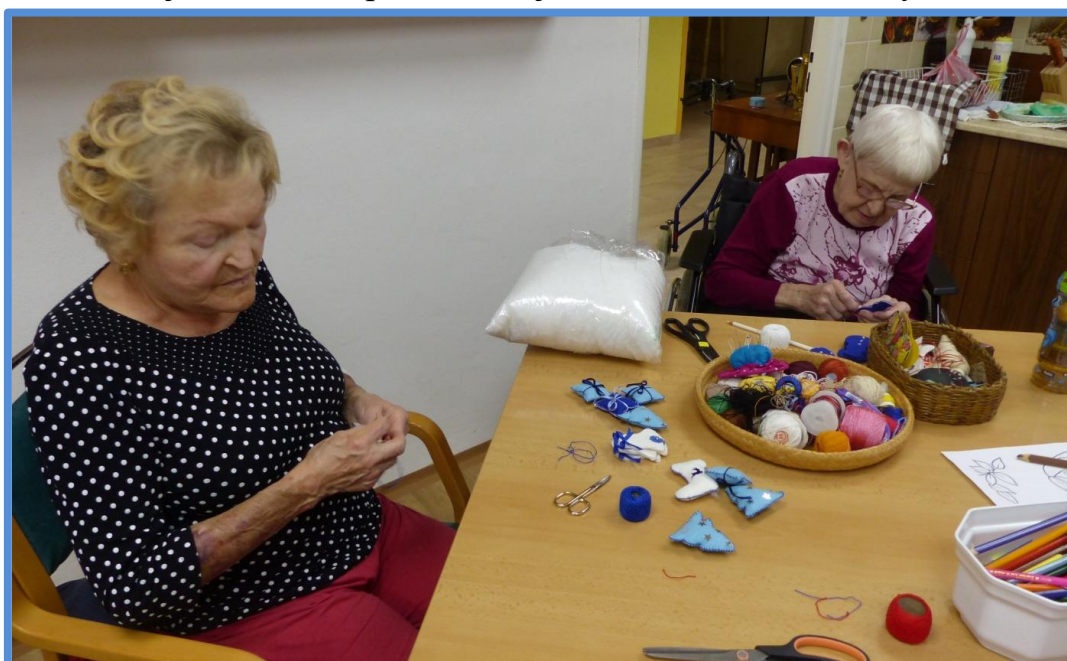
Jménem celého kolektivu Vám přeji podle možností šťastné a veselé Vánoce a hlavně to, co všichni postrádáme – zdravíčko!

paní Zdeňka Knapová, klientka oddělení B

Odborná porota určená k vyhodnocení soutěžních exponátů ohodnotila stromek **krásným třetím místem** a paní Knapová s paní Hlaváčkovou si byly osobně převzít ocenění na vernisáži v sobotu 30. listopadu 2019.

Následně stromeček získal ještě 1. místo v hlasování návštěvníků výstavy!

Po ukončení výstavy byl přemístěn zpět do domova a sami jste se mohli přesvědčit, jak se dílo tvořitelkám vydařilo.



Malé ohlédnutí za historií budovy domova

Mariánská nemocnice, dnes součást Domova pro seniory U Bažantnice, byla založena kněžnou Annou Marií Kinskou. Ta stavbu zadala i financovala. Nemocnici nechala postavit jako vděk za své uzdravení v pražském sanatoriu.

Stavba nemocnice probíhala od roku 1893 do roku 1894, kdy byl 15. prosince zahájen její provoz. V roce 1940 byly stavby přestavěny a nazvány Okresní Mariánský chorobinec přejmenovaný v roce 1954 na Domov důchodců.

K 1. lednu 2007 byl Domov důchodců Heřmanův Městec přejmenován na Domov pro seniory Heřmanův Městec.

Od zahájení provozu tato stavba stále slouží lidem, ať jako nemocnice, či později domov pro stárnoucí osoby. Letos je to celých 125let.



*Bohumil Vaníček
bývalý pracovník odd. L2*

I letos nás 5. prosince nemohla minout mikulášská návštěva...



**... ukázalo se, že pan ředitel
asi nemá tolik hříchů, čert si ho
neodnesl.**

Jak ten čas letí...

Není to tak dávno, co jsme byli všichni nešťastní z velikých veder. Byli jsme vděční za každý chladnější den a těšili jsme se na podzim. Podzim jsme skoro nepostřehli a přiblížil se adventní čas.

Je neskutečné, jak ten čas letí. Ještě nedávno jsme si hrály s panenkami, vánoční přípravy nás mýjely a jen jsme se těšily, copak asi najdeme pod stromečkem. Čekaly jsme na čerta s Mikulášem a občas i hledaly, kampak Ježíšek ty dárky schoval.

Uteklo pár let a už si s panenkami nehrajeme. Už jen uklízíme, nakupujeme, zdobíme, vaříme a pečeme. Na Štědrý den si sedneme utahané, i když snad spokojené. Ten dětský úsměv a spokojená rodina stojí za to.

Ale přesto – zkusme se zastavit a užít si adventní čas trochu v klidu. Vždyť Vánoce nejsou o vygruntovaném bytě a množství jídla, ale hlavně o těch rozzářených dětských očích. A hlavně – nejkrásnější dárek je čas, který svým blízkým věnujeme.

Přejeme všem klientům i zaměstnancům krásný spokojený advent, klidné prožití vánočních svátků a do dalšího roku mnoho sil a hlavně pevné zdraví.



Kolektiv oddělení L2

Toto napsala 83letá žena své přítelkyni

Moje milá,

více čtu a méně uklízím. Sedím na lavičce a obdivuji výhled na podzimní barevnou přírodu.

Trávím více času s přáteli a méně času prací. Nic neschraňuji, a už používám svůj nejlepší porcelán a sklo při každé příležitosti. Na nákup nosím své nejlepší sako.

Neschovávám svůj nejlepší parfém a používám ho pokaždé, když chci.

Slova jako je „někdy“ nebo „jednou“ se z mého slovníku vytrácejí. Pokud existuje něco, co stojí za to vidět, slyšet nebo dělat, CHCI to vidět, slyšet a dělat nyní!!

Všichni bereme svůj život jako samozřejmost.

Nejsem si jistá, co by dělali lidé, kdyby věděli, že je nečeká žádný zítřek – myslím, že by volali svým rodinám a nejbližším přátelům, omluvili se a zavřeli dveře za minulostí. Možná by byli naštvaní a bylo by jim líto, že svému manželovi a rodičům neříkali dost často, jak moc je mají rádi.

Každé ráno, každá minuta, každé nadechnutí je opravdovým darem.

Život možná není takový, jak jsme doufali, ale pokud už jsme tady, měli bychom ho žít.

Tolik pravdivých myšlenek. Věřím, že Vás článek zaujal tak jako mě.

Štěstím ve stáří je harmonie se sebou samým...

Štěstím ve stáří je netrpět bolestí...

Štěstím ve stáří je neskupovat věci, ale zážitky...

Stáří patří k životu tak, jako k lesu patří i staré stromy.

Mladé i staré stromy rostou pohromadě,

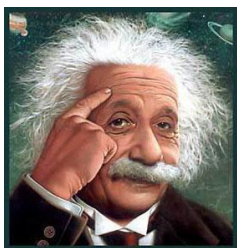
nepřekázejí si, ale doplňují se.

Přeji Vám všem pokojné vánoční svátky, zdraví a lásku svých blízkých.

Po celý nový rok jen samé prosluněné dny.

Kolegyním a kolegům děkuji za odvedenou práci a těším se na další spolupráci.

*Alena Vitvarová
vrchní sestra*



Koutek trénování paměti

Rok 2019 končí a ani v tomto roce jste nezaháleli a procvičovali si své mozkové závity na lekcích trénování paměti. V letošním roce proběhlo celkem 17 hodinových sezení, kterých se účastnilo 13–15 nadšenců. **Průměrný věk našich věrných účastníků je neuvěřitelných 87 let!** Klobouk dolů všem!

Spolu s Vánocemi přichází období pohádek.

Které pohádky v letošním roce uvidíte?

Pokud rozluštíte správné názvy, tak se můžete inspirovat ☺

Třetí

O princezně Jasněnce a

Šíleně

Honza

S čerty

O sedmi

Princové jsou

Koloběžka

Tři oříšky

Dařbuján a

Princ a

O statečném

Jsme velice rády, že Vás Trénování paměti baví, těšíte se na každou hodinu a vzorně plníte zadané úkoly.

Proto Vám všem přejeme

ÉLESEV ECONÁV A OD OHÉVON UKOR OHONM ÍVARDZ!

Bc. Kateřina Murinová a Mgr. Lenka Kellerová

Pro správné odpovědi nalistujte stranu 33.

Kdo je kdo v našem domově?



S pracovnící **Jarmilou Vařečkovou** (61 let, pochází z Heřmanova Městce) se chceme tímto rozhovorem rozloučit, protože odchází od ledna 2020 do penze. Cením si na ní, že přestože zde pracovala šestnáct let, stále z ní vyzařuje empatie, vlídnost a trpělivý přístup. Život ji naučil vyznávat pokoru jako důležitou hodnotu a tím může být příkladem i pro nás ostatní.

Jak dlouho a v jaké funkci v DPS pracuješ?

„V domově jsem začala pracovat 1. října 2002. Před mým nástupem jsem nastoupila na sanitářský kurz na ARU v Pardubicích. V domově jsem nejdříve pracovala jako sanitářka na záskok, střídala jsem oddělení. Bylo to náročné, ale určitě mi to hodně dalo.“

„Později jsem pracovala na oddělení D3 a D4. Po necelém roce jsem byla v rámci celé reorganizace přidělena spolu s tehdejší mou staniční sestrou paní Vitvarovou a diplomovanou sestrou paní Doležalovou na oddělení L0 a B1, kde jsem dosud.“

Jaké byly Tvoje předchozí pracovní zkušenosti?

„Vystudovala jsem Gymnázium Josefa Ressela v Chrudimi a poté nástavbové studium s maturitou zaměřené na kulturu.“

„Pracovala jsem jako lektorka na Okresním kulturním středisku v Chrudimi. Po roce jsem se vdala a pořídila si dvě děti, Járu a Markétu. Po mateřské dovolené jsem začala pracovat v Kostelci u Heřmanova Městce u vojenského útvaru jako skladová účetní.“

„Po deseti letech jsem onemocněla lymfskou boreliózou a to nebyly lehké časy. Po několika letech různého léčení jsem se z nemoci dostala a začala jsem hodně přemýšlet o tom, co je v životě podstatné. Změnila jsem si úplně žebříček hodnot. Chtěla jsem začít pomáhat nemocným dětem nebo starým lidem. Nakonec jsem se rozhodla pro domov pro seniory. Velkou mírou k tomuto rozhodnutí přispěla i má sousedka z ‚baráku‘, Alenka Vitvarová, kterou všichni znáte.“ (pozn. red.: naše vrchní sestra)

Co se Ti líbí na práci v domově pro seniory?

„Jako pracovnice v sociální službě jsem v přímém kontaktu s klienty, mám radost, když vyloudím úsměv na jejich tváři. Snažím se je povzbuzovat a mít dobrou náladu. Stačí hezký úsměv, pohlázení a hlavně zájem o člověka, víc se o něm dovědět, sdílet s ním i bolest, když to potřebuje.“

Je něco, z čeho máš radost, co se Ti za dobu Tvého působení tady podařilo?

„V poslední době, když se rozkřiklo, že odcházím do důchodu, mi několik klientů sdělilo, ať nechodím, že jim budu chybět. Vyhrkly mi slzy a nestyděla jsem se za ně. Taky několika kolegyním budu chybět. Tak snad tu zanechám dobrou stopu.“

Myslíš, že by se v našem domově mělo něco změnit?

„Určitě je potřeba více pracovníků v přímé péči a také si myslím, že lidé by k sobě měli být tolerantnější a pokornější. Ta pokora je podle mě nejdůležitější.“

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

„Pro mě je nejdůležitější rodina, můj manžel, dvě děti a dvě vnoučátka. V říjnu se mi splnilo největší přání – mému synovi se skoro ve čtyřiceti letech narodil syn Kubík. Bylo to dlouhých šest let, ale je tu a my jako rodina jsme neuvěřitelně šťastní. I zázraky se dějí.“

„V době svého volna velice ráda čtu, jsem vzorný návštěvník naší městské knihovny.“

„Taky mě hodně vytěžuje hlídání mého vnoučka Matěje, od dcery. Toho hlídám od jeho šesti týdnů, vždy jeden celý den. Ted' už mu je 5 let a chodí do školky, tak je to snazší.“

Co bys přála (vzkázala) našim klientům?

„Hlavně, aby jim sloužilo zdraví a hodně usměvavých a laskavých sestřiček.“

Co bys přála (vzkázala) našim zaměstnancům?

„Přeji jim hlavně zdraví. Aby si byli vzájemně jeden druhému oporou v práci, která je velice náročná.“

Máš nějaké přání?

„Abych si ve zdraví užívala ten důchod, který se mi blíží, aby moje rodina byla zdravá a měla co nejdéle moji maminku Aničku.“

„Taky bych chtěla poznat krásy Šumavy, nikdy jsem tam nebyla.“

Děkujeme za rozhovor.



Paní **Libuše Koberová** (87 let, pochází z Hošťalovic) je velmi aktivní dámou, která se v domově zúčastňuje různých aktivit včetně trénování paměti, je i mluvčí našeho pěveckého sboru. Kromě vzpomínek na minulost rozhovor s ní obsahuje i návod, jak žít, aby byl člověk spokojený i na sklonku života.

Kde jste se narodila, kde jste žila?

„Narodila jsem se 10. listopadu 1932 v Holotíně za Heřmanovým Městcem a bydlela jsem tam až do osmnácti let. Ze vzpomínek na mládí mi utkvěla představa, kdy naproti našemu domu byla hospoda, kterou měl hostinský pan Pecka. Ten se každé ráno posadil u domu na schody a řekl: „Tak pojd', holčičko, pojd',“ a prozpěvoval staré české písničky a učil mě zpívat. Já jsem si s ním zazpívala a pak jsem teprve šla do školy. Láska ke zpívání mi zůstala dodnes.“

„Vzpomínám na zimy, kdy jsem se učila bruslit na rybníku u sousedů a učila se lyžovat ze srázu. Pak taky na to, kdy jsme jako děti trápily jednu paničku bydlící v pastoušce v kamenném lomě. Byla pořád opilá, měla dvě kozy. My jsme jí ty kozy pouštěly nebo jsme jí házely kamení do pastoušky a ona nás pak honila, běhala za námi v suknicích a my jsme se jí schovávaly. Dneska, když si na to vzpomenu, tak vím, že to byla blbost, byly jsme děcka a měly jsme z toho velkou legraci, ale pro ni to samozřejmě bylo nemilé.“

Co jste ve svém životě dělala, kde jste pracovala?

„Do měšťanky jsem chodila do Heřmanova Městce, pak jsem byla dva roky doma. Když mi bylo osmnáct, zrovna se konal nábor do SNB. Říkala jsem si, že to zkusím, a udělala jsem přijímací zkoušky. Šla jsem do školy SNB do Železné Rudy, kde jsem se půl roku učila a pak jsem půl roku vyučovala druhé. Měli jsme tam docela tvrdý režim a výcvik. Poté jsem se vrátila na chvíli do Chrudimi a následně nastoupila jako vychovatelka do výchovného ústavu pro dívky do Lnářů v jižních Čechách. Zde jsem byla do října 1953 a pak jsem přešla do výchovného ústavu do Zámrsku. Ve výchovných ústavech byli umístění mladí lidé z roku 1951, kteří se bouřili proti komunistům a byli zavíraní v souvislosti s politickými procesy té doby. Dalo by se říct samá elita – kluci

a holky z vysokých škol, odsouzení třeba i na 25 let. Byl to můj sen se sem dostat. Tenkrát se postupovalo podle metod Makarenka. (pozn. red.: vymyslel výchovný systém kolektivní výchovy pro mládež) Já jsem to měla ze školy naučené a práce s mladými mě bavila. Museli pracovat – učili se řemeslu, byla tam šicí dílna. Byla jsem se v Zámrsku nedávno podívat a je tam cedule připomínající tento výchovný ústav. Ve Lnářích jsme měly zase pěvecký kroužek, takže jsem s děvčaty chodila zpívat. I proto mě možná měly rády.“

„V červenci 1954 jsem se vdávala a v říjnu jsem pak odešla do civilu a začala žít normální rodinný život v Hošťalovicích, odkud manžel pocházel. Zůstala jsem doma, protože manželovi zemřela maminka, tak jsem se pak starala i o tchána. Za rok a půl jsme měli synka. Když se narodila dcera, měla velké zdravotní problémy, protože s manželem jsme měli stejný krevní Rh faktor a nevěděli jsme o tom. Po narození jsem ji viděla až za dva dny, protože jí museli udělat celkovou výměnu krve. Měla jsem o ni velký strach. Naštěstí to dobře zvládla a do dneška, kdy jí je 62 roků, je jako keř a je to moje zlatíčko. Další děti už jsem nesměla mít, protože bych o ně stejně přišla nebo bych to mohla zaplatit i životem.“

„Když děti povyrostly, tak jsem šla pracovat do JZD, protože manžel měl kousíček pole a někdo z rodiny kvůli tomu musel jít do JZD. Dělala jsem v bramborárně v Březince a pak jsem šla na mechanizační středisko do Turkovic, kde jsem pracovala jako mzdová účetní. Až jsem se pak dostala na hlavní středisko do Lipoltic, kde jsem dělala mzdovou účetní až do důchodu. Do důchodu jsem šla nerada. Rok jsem ještě nadělávala, své místo jsem přenechávala jedné známé na mateřské. Chodila jsem pak ještě vypomáhat na čtyři hodiny do mateřské školky do Přelouče. Dělala jsem to ráda – děti mě měly rády, odpoledne jsem je dávala spinkat, kontakt s dětmi mě bavil.“

Co jste ráda dělala ve volném čase dříve a co děláte nyní?

„Ráda jsem četla knížky a romány do kapsy. Bavilo mě číst cestovatelské knihy, protože jsem tím poznávala nejen zahraničí, ale i Česko. Také jsem ráda četla knihy založené na skutečnosti. Vydávaly se i časopisy o Československu, takže se člověk dozvěděl hodně věcí.“

„Měli jsme zahrádku, slepičky, kozu, prasátko, tak to se muselo taky obstarat.“

„Ráda jsem cestovala – jezdili jsme na poznávací zájezdy s JZD – byli jsme v Bulharsku, v Jugoslávii. V Rusku jsme byli celý týden a jezdili jsme z místa na místo – navštívili jsme Jerevan, Baku, nejvíce se mi líbilo v Soči u Černého moře. Někam jsem se podívala a poznávala místní zvyky, což bylo zajímavé. Vzpomínám na jednu nemilou příhodu z Baku – manžel si vzal krátké kalhoty a chtěli ho kvůli tomu zastřelit. Šli jsme po chodníku a nějaký muž na nás mířil

z auta pistolí. Pak nám vedoucí zájezdu řekl, že se tam v krátkých kalhotách nesmí chodit.“

„Ráda jsem se pohybovala ve společnosti, kde bylo veselo a legrace. Udržovali jsme velké přátelství se sousedy v Hošťalovicích a to máme do dneška. Slavili jsme spolu svátky, narozeniny a scházeli jsme se.“

„Tady v domově chodím hrozně ráda zpívat a ráda se účastním vaření. Líbí se mi, když tady udržujeme zvyky – na Velikonoce barvení vajíček, výzdobu na Vánoce apod.“

Na co jste ve Vašem životě hrdá?

„Jsem pyšná na děti a vnuky. Syn pracuje přes třicet let na Univerzitě v Pardubicích, vede tiskárnu, je vyučený typografem, tiskařem. Dcera dělala ve Vesně a teď dělá v Řempu v Pardubicích. Dceru mají všude rádi. Jeden vnuk má dva tituly a pracuje ve Výzkumném ústavu v Praze a druhý vnuk v Hradci Králové opravuje počítače. Pak mám ještě jednoho vnuka a taky chytrého pravnuka, který má přehled o všech autech a chce jít studovat automobilovou školu.“

„Byla jsem aktivní ženská, jezdila jsem na motorce, v autě. Na traktor jsem se nebála sednout, nedělalo mi to problémy.“

Je něco, co byste ve svém životě změnila?

„Byla jsem na operaci se srdíčkem, dávali mně srdeční stent a nepovedlo se to – byla jsem deset dní v kómatu a zhoršilo mi to celkově můj stav. Na Košumberku mě naučili chodit a mluvit. Bylo velké štěstí, když dcera sháněla, kam půjdu z Košumberku, že se zrovna uvolnilo místo tady.“

„Také jsem byla na operaci se šedým zákalem a říkám si, že jsem na to neměla chodit. Špatně vidím, myslím, že se mi to po operaci ještě zhoršilo.“

„Jinak jsem se svým životem spokojená. Ráda vzpomínám na čtyři roky, kdy jsem pracovala jako vychovatelka a podívala se i po republice (Například jsem cestovala po jižních Čechách, které od té doby miluju. Prochodili jsme to tam s manželem, který tam byl na vojně.).“

Jak jste spokojená v našem domově pro seniory, co se Vám zde líbí?

„Jsem spokojená nadmíru. Musím dát čest a chválu tomuto zařízení. Máme konečnou etapu života, kdy nás už nečeká nic krásnějšího, než odchod ze života. Naše fyzická stránka bohužel chátrá. Hodnotím si různé věci u sebe a u druhých – co z toho člověk má, když byl třeba v životě chamtivý, majetek si s sebou stejně nevezme. Jedna stará paní v Hošťalovicích říkala, že jí stačí jen postel na spaní, nic jiného k životu nepotřebuje, a měla pravdu. K čemu je bohatství?

Samozřejmě nějaké peníze musí být k tomu, aby se člověk uživil. Důležité ale je, jestli si člověk ten život nějak užil. “

„Tady je to fajn, máme tady všechno, je o nás postaráno. Je pravda, že to stojí velké peníze – člověk tady nechá důchod a příspěvek na péči. Ale vím, že třeba v Chrudimi ‚na Kopečku‘ to stojí mnohem víc, 28 000 Kč, což jsou hrozné peníze. “

„Jsem spokojená s veškerou péčí a líbí se mi, že člověka chápou. Když třeba na nás přijde teskná chvíle, sestřičky dokážou z toho pomoci, a to je důležité. Když člověk přijede na chodbu, vidí úsměv a dostane od nich pohlázení, tak máte pocit, že jste doma. A já říkám, že je to tady druhý můj domov. Máme tady zajištěné jídlo, pořádek, čistotu. Líbí se mi, když je tady vystoupení Choltičanky. “

„Jsem moc ráda, že jsem dostala jednolůžkový pokoj a zařídila si ho podle svého, aby se mi to tady líbilo. “

Je něco, co byste chtěla v DPS změnit?

„Nelíbí se mi, když jedna paní na našem oddělení neudrží pořádek na toaletě. Už jsem to říkala sestřičkám i té paní, říkalo se jí to několikrát a těžko se s tím něco dělá. “

„Myslím si, že by tady mohlo být ještě více aktivit. Já mám pořád chuť na nějaké divadlo nebo jsem měla chuť se učit jazyky – třeba angličtinu nebo němčinu, kterou jsem se učila ve škole. Bavilo by mě to. “

Co byste přála (vzkázala) našim klientům?

„Aby si vážili dobrého bydla. Aby si každý rozebral svůj život, uvědomil si, co bylo dobrý a co bylo špatný. A přemýšlel o tom, jak to udělat, aby to bylo pořád hezký, i teď a tady. “

Co byste přála (vzkázala) našim zaměstnancům?

„Aby měli málo práce, protože práce mají hodně. “

„Aby vnímali situaci člověka, který sem přijde. Že musí převrátit svůj život, odříznout se od předchozího života a že to pro něj není jednoduché. Je ale vidět, že Vy tady tomu rozumíte, dáváte najevo laskavost a soucit, když nám není úplně dobře. Když se s tím člověk pak srovná a přemýšlí o tom každý den, co zažil a co je pro něj dobrý či špatný, tak přijde na to, že je to všechno krásný. “

Jaký máte recept na dobrou náladu a vitalitu?

„Je potřeba se smířit s věkem a se situací, kterou prožívám. Ráno vstávat a říkat si: ‚Co ti noc dala, to ber ve dne, a přemýšlej o tom, co dělat za zájmy, které ti dávají vyžití.‘ Nemá cenu nad něčím truchlit, musí se to brát tak, jak to je. Zasmát se, když to jde. Snažit se pro sebe něco dělat – cvičit, to je základ. Když člověk to tělo nechá jen tak ladem, bez cvičení, nemůže to k ničemu vést. Co se týče relaxačního centra, myslím si, že všechny čtyři pracovnice jsou na svém místě – ony dělají, co můžou, a já se snažím taky. Každý z nás asi v sobě nosí myšlenku, že se z toho stavu, ve kterém je, dostane, ale je potřeba pro to taky něco dělat.“

Máte nějaké přání?

„Aby mě děti braly domů. A to se mi zatím plní.“

„Aby se člověk dlouho netrápil při umírání a nedělal trampoty druhým lidem.“

„A dokud tady na světě budu, budu koukat, abych to měla hezký a žila si spokojeně!“

Děkujeme za rozhovor.



Nastal čas vánoční...

Nastal čas vánoční. Všichni příbuzní a známí si posílají přáníčka a přejí si vše nejlepší, přejí si lásku, zdraví, štěstí.

Děti jsou od rána nedočkavé a těší se, co jim ten Ježíšek letos přinese. Dospělí trochu zmatkují a snaží se ještě vše dohnat. Kapr je ve vaně, dárky zabalené, rodina pohromadě.

Všichni hledí k nebi a doufají, že alespoň ty letošní Vánoce budou opravdu bílé. Domov je provoněný vanilkou a skořicí, vše je nazdobené a přichystané na ten nejkrásnější svátek v roce.

Všude je najednou spousta lásky, radosti, citů a štědrosti. Kéž by se tak lidé k sobě chovali celý rok, a ne jen o Vánocích.

Nastává večer, rodina se schází u štědrovečerního stolu a všichni jsou spokojení. Mají za sebou vánoční shon, nákupy a úklid, a teď už se jen těší na tu pohodu.

Každý sleduje oči těch nejmenších a srdce jim buší štěstím. Štěstím, protože dětská radost je to nejkrásnější.

Přitom si nikdo neuvědomuje, že ten největší dar mají skoro všichni doma. Mají zdraví a lásku. Každý z nás, kdo má tyto dva dárky, má nejvíc na světě.

Proto Vám přeji plný oceán zdraví, protože je vzácné, a taky Vám přeji moře lásky, protože té je na světě málo.

Kouzelné Vánoce přeje

*Gabriela Ilková
staniční sestra oddělení L1*

Přehled akcí konaných v našem domově ve 4. čtvrtletí roku 2019

Říjen

2. 10. 2019	Mateřská škola – smyslový program
8. 10. 2019	Trénování paměti
10. 10. 2019	Jan Honza Lušovský – společenská akce
14. 10. 2019	Kino – promítání filmu <i>Lucerna</i>
15. 10. 2019	Canisterapie
19. 10. 2019	Setkání s rodinnými příslušníky, hudební vystoupení Mirky a Pavla Starých
21. 10. 2019	Muzikoterapie
22. 10. 2019	<i>Mediální obezřetnost</i> – přednáška Ing. Svobody
24. 10. 2019	Monika Mašková – hudební vystoupení
25. 10. 2019	Trénování paměti
30. 10. 2019	Canisterapie

Listopad

5. 11. 2019	Kavárna
5. 11. 2019	Canisterapie
6. 11. 2019	Viola Olomouc – hudební vystoupení
7. 11. 2019	Trénování paměti
9. 11. 2019	Návštěva skautů
11. 11. 2019	Kino – promítání filmu <i>Nezbedný bakalář</i>
12. 11. 2019	Canisterapie
17. 11. 2019	Josef Piskač – návštěva s hadem
19. 11. 2019	Trénování paměti
21. 11. 2019	Promítání fotek z akcí
26. 11. 2019	Canisterapie

Prosinec

3. 12. 2019	Canisterapie
4. 12. 2019	Návštěva skautů – Barborky
4. 12. 2019	Trénování paměti
5. 12. 2019	Mikuláš ve školce
5. 12. 2019	Mikulášská kavárna
8. 12. 2019	Kořata a Chotěňáček – dětské taneční vystoupení
9. 12. 2019	Trénování paměti
11. 12. 2019	Pan Vízner – hudební vystoupení
13. 12. 2019	Cholčičanka – hudební vystoupení
14. 12. 2019	Hudební vystoupení paní Remsové
16. 12. 2019	Muzikoterapie
18. 12. 2019	Setkání se starostou, vystoupení sboru Heřmánek a hudební Vystoupení paní Vavřínkové
19. 12. 2019	Vánoční vystoupení dětí ze ZŠ

SUDOKU

		1			3		6	9
		9			5	7		4
4	6					1	3	
					2		4	6
3		6	1	5	8	9		7
9	2		4					
	5	2					1	3
6		4	2			5		
8	1		5			6		

	8			2	3		6	
6		1		8			3	
			6		7			
						1	2	
			8		2			
	9			1	4		7	8
	4		2	9	1	5		
8		9	7				4	1
7			3					

Převzato z internetové stránky <http://www.krizovkarsky-raj.cz/>

Správné řešení naleznete na straně 33.

Správné řešení SUDOKU ze strany 32:



5	8	1	7	4	3	2	6	9
2	3	9	6	1	5	7	8	4
4	6	7	8	2	9	1	3	5
1	7	5	3	9	2	8	4	6
3	4	6	1	5	8	9	2	7
9	2	8	4	6	7	3	5	1
7	5	2	9	8	6	4	1	3
6	9	4	2	3	1	5	7	8
8	1	3	5	7	4	6	9	2

9	8	7	1	2	3	4	6	5
6	5	1	4	8	9	7	3	2
4	3	2	6	5	7	8	1	9
5	7	8	9	3	6	1	2	4
1	6	4	8	7	2	9	5	3
2	9	3	5	1	4	6	7	8
3	4	6	2	9	1	5	8	7
8	2	9	7	6	5	3	4	1
7	1	5	3	4	8	2	9	6

Správné řešení úkolu z Koutku trénování paměti ze strany 22:

1. Třetí princ
2. O princezně Jasněnce a létajícím ševci
3. Šíleně smutná princezna
4. Honza málem králem
5. S čerty nejsou žerty
6. O sedmi krtacích
7. Princové jsou na draka
8. Koloběžka první
9. Tři oříšky pro Popelku
10. Dařbuján a Pandrhol
11. Princ a Večernice
12. O statečném kováři

Svoje narozeniny budou slavit

pí Haisová Anna	1. 1. 1925
pí Novotná Hana	1. 1. 1933
pí Novotná Jindřiška	2. 1. 1937
pí Kubelková Hana	3. 1. 1936
pí Očková Milada	5. 1. 1928
pí Kubelková Eva	10. 1. 1937
p. Starý František	10. 1. 1922
p. Štros Miloš	13. 1. 1946
p. Sokol Miroslav	15. 1. 1936
p. Jozka František	15. 1. 1949
p. Staněk František	16. 1. 1935
pí Dušková Anežka	19. 1. 1933
p. Votava Stanislav	21. 1. 1942
pí Horská Marie	23. 1. 1925
pí Školoudová Růžena	23. 1. 1930
p. Šimek Ladislav	25. 1. 1952
pí Doležalová Drahoslava	2. 2. 1934
pí Trojanová Radislava	2. 2. 1935
pí Tlustá Marie	5. 2. 1936
pí Danielová Ludmila	6. 2. 1932
pí Moškaničová Bohumila	6. 2. 1948
pí Vaisová Věra	9. 2. 1942
pí Ryšavá Eliška	11. 2. 1934
pí Záleská Irena	11. 2. 1932
pí Škarková Růžena	12. 2. 1927

pí Sekerková Marie	12. 2. 1928
pí Jičínská Hana	13. 2. 1938
p. Synek Jan	13. 2. 1942
pí Šedová Jaroslava	14. 2. 1930
p. Kudláček Jiří	18. 2. 1928
pí Rousková Jaroslava	19. 2. 1933
pí Kadaňková Miloslava	23. 2. 1922
pí Rošková Julie	24. 2. 1930
pí Beranová Ludmila	25. 2. 1933
pí Málková Pavlína	26. 2. 1939

pí Kožená Vlastimila	1. 3. 1926
pí Zemková Jiřina	6. 3. 1932
pí Marvanová Božena	14. 3. 1934
p. Švadlenka Ladislav	20. 3. 1940
pí Kačová Marta	25. 3. 1950
pí Svatoňová Jaroslava	28. 3. 1941

Přejeme všechno nejlepší!



Noví obyvatelé našeho domova

pí Janatová Zdenka	2. 10. 2019
p. Krejčí Jaromír	9. 10. 2019
pí Hubáčová Milada	15. 10. 2019
p. Polínek Milan	17. 10. 2019
pí Pištinková Zdenka	24. 10. 2019
pí Vaisová Věra	1. 11. 2019
pí Merclová Marie	11. 11. 2019
pí Brýdlová Jaroslava	12. 11. 2019
p. Vašák Josef	20. 11. 2019
pí Kožená Vlastimila	26. 11. 2019
pí Kutřínová Marie	26. 11. 2019
pí Adamírová Marie	28. 11. 2019
pí Fríblová Olga	2. 12. 2019
pí Očková Milada	3. 12. 2019
pí Doležalová Ludmila	12. 12. 2019
pí Ježková Blanka	12. 12. 2019
p. JUDr. Příbyl Bohumír	16. 12. 2019
p. Jozka František	19. 12. 2019

Přejeme příjemný pobyt!

S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili

p. Starý Ladislav 27. 9. 2019

pí Musilová Božena 1. 10. 2019

pí Stará Marie 2. 10. 2019

pí Vojířová Aloisie 17. 10. 2019

p. Hrdlička Zdeněk 24. 10. 2019

pí Musílková Františka 2. 11. 2019

pí Koderová Miluše 6. 11. 2019

p. Malivánek Jaroslav 10. 11. 2019

pí Havelková Vlasta 15. 11. 2019

pí Hajzlová Marie 16. 11. 2019

pí Brýdlová Jaroslava 16. 11. 2019

pí Mládková Miluše 18. 11. 2019

p. Pošík Jaroslav 27. 11. 2019

pí Blažková Marie 1. 12. 2019

pí Hovorková Vlasta 2. 12. 2019

pí Nováková Hana 6. 12. 2019

p. Málek František 13. 12. 2019

Čest jejich památce!





Náš domov

4/2019

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
holubovapet@seznam.cz*

Fotografie na titulní straně:

Pavel Hubáč

Redakční rada:

*Ing. Petr Mazura
Alena Vítvarová
Jaroslava Rousková
Mgr. Petra Holubová
Mgr. Lenka Kellerová*

Šéfredaktorka:

Mgr. Petra Holubová