

Náš domov

číslo 1/2024



Foto: Pavel Hubáč



Jaro 2024

Co v tomto čísle najdete

Vážení čtenáři,.....	3
Zjišťování spokojenosti klientů.....	5
Volby do Evropského parlamentu.....	6
Zvyšování kvalifikace našich zaměstnanců	7
Nové aktivizační zázemí pro naše klienty.....	8
Mirek M. - ptáčník.....	12
Výlet do Duban	16
První heřmanoměstecký sraz obyvatel našeho domova.....	17
Filipojakubská noc – pálení čarodějnic.....	19
Kdo je kdo v našem domově?	22
Koutek trénování paměti	30
Přehled akcí konaných v našem domově v 1. čtvrtletí 2024.....	31
Správné řešení úkolů z Koutku trénování paměti ze stran 30.....	33
Svoje narozeniny budou slavit	34
Noví obyvatelé našeho domova	35
Odchod do jiného domova	35
Slitostí oznamujeme, že nás navždy opustili.....	36

Vážení čtenáři,

čas plyne jako voda a již tu máme jaro, které podle projevů počasí přišlo o něco dříve ☺.

Jistě Vás zajímá, co nového nám přineslo první čtvrtletí tohoto roku a co je v plánu v dalším období. Pokusím se shrnout to nejdůležitější.



V únoru 2024 do našeho domova nastoupila **Mgr. Monika Fišnarová**, a to na místo **vedoucí provozu**. Kolegyně má dlouholeté zkušenosti ve vedoucích pozicích nejen v oblasti sociálních služeb, ale také ve školství. Přejí Monice, aby se jí u nás líbilo, aby rychle zvládla prvních pár adaptačních měsíců a stala se nepostradatelným článkem našeho domova.

V březnu jsme absolvovali komplexní **kontrolu z Hasičského záchranného sboru**. Hlavním cílem kontrolního orgánu bylo prověřit, zda náš domov zajišťuje bezpečné prostředí z hlediska požární ochrany. Výsledkem kontroly bylo vydání nařízení o odstranění elektroškůtrů našich obyvatel ze suterénních prostor. Našli jsme pro bezpečné parkování dopravních prostředků jiné vhodné místo, a to v garáži mimo hlavní budovu domova. Druhé nařízení nám ukládá zcela vyklidit všechny půdní prostory. I tuto záležitost již řešíme.

V měsíci březnu jsme dokončili **úpravy suterénních prostor**, které budou sloužit **k aktivizačním činnostem** našich klientů. Více se o renovaci dočtete v článku kolegyně z úseku aktivizačních činností. Z této rekonstrukce mám osobně velikou radost. Podařilo se nám vytvořit skutečně příjemné zázemí, které bude Vám, obyvatelům domova, sloužit k setkávání a vyplnění volného času.

Novinkou je také umístění **interaktivního informačního panelu** naproti hlavnímu vchodu. Informační panel bude sloužit nejen klientům, ale i všem návštěvníkům domova. Kromě informací týkajících se běžného chodu domova je možné v něm vyhledat i mnoho zajímavostí z různých oblastí včetně interaktivních her. Nebojte se a určitě panel prozkoumejte!

V současné době probíhá postupná **výmalba jednotlivých pokojů** obyvatel našeho domova. Výmalba je nutná nejen z povinnosti dodržovat hygienická

nařízení nadřízených orgánů, ale zejména z důvodu zajištění čistého prostředí, aby se v něm klienti cítili dobře.

A co nás čeká v krátké budoucnosti? **V zahradě domova** bude probíhat kácení třech suchých stromů, které jsou v havarijním stavu, a současně i komplexní prořez zeleně, který se má provádět v pravidelných intervalech.

Pro milovníky zvířat připravujeme od konce května do podzimních měsíců překvapení v zadní části zahrady, směrem k Bažantnici. V těchto prostorách budeme mít v ohradě **dvě malé ovečky**. Věřím, že to bude milé zpestření i motivace pro procházky nejen našich obyvatel, ale i dalších návštěvníků domova. Dále připravujeme revitalizaci zelené plochy, která se rozprostírá podél budovy u oddělení číslo 4. Jsem přesvědčena, že vznikne další útulné zázemí k Vašemu odpočinku.

V tomto roce nás také čeká **oprava svodů potrubí** v objektu domova, které je několik let ve velmi špatném technickém stavu. Oprava se bude odvíjet od našich finančních možností. Předem se omlouvám za možné omezení běžného provozu.

Vzhledem ke stále čtenějším poruchám **internetového signálu** nás nemine celková oprava sítě. Tento krok je urgentní a nezbytný pro běžné fungování domova včetně zajištění bezpečnosti před únikem dat.

Z důvodu zjednodušení a zlepšení orientace v domově nás postupně čekají změny **v číslování jednotlivých oddělení, číslech pokojů** a jednotlivých místností včetně navigačních systémů. O postupných krocích Vás budu včas informovat.

V květnu 2024 bude odcházet do důchodu naše dlouholetá kolegyně, která se stala nepostradatelnou součástí domova - mzdová účetní, **paní Jana Merunková**. Touto cestou jí přeji do dalších let hlavně pevné zdraví, spoustu nových zážitků i mnoho příjemného času stráveného s těmi, které má ráda.

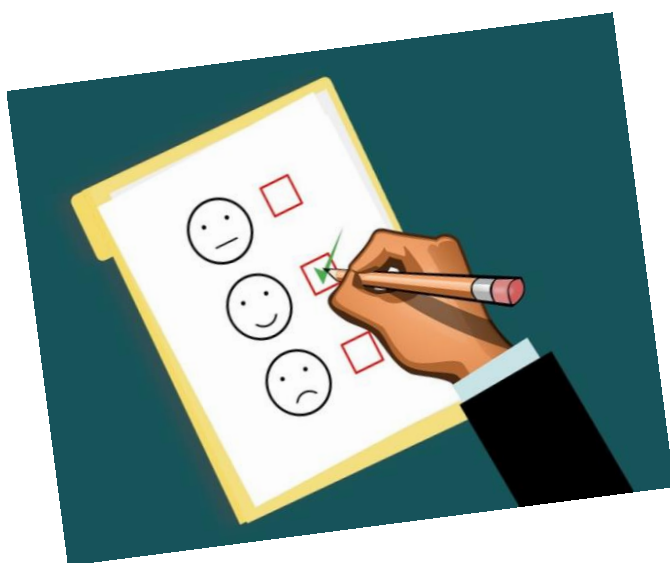
***Vážení obyvatelé domova, rodinní příslušníci a kolegové,
přeji Vám krásně prožité svátky jara a dostatek slunečních paprsků
pro načerpání energie.***

*S úctou
Eva Kunátová Holečková
ředitelka domova*

Zjišťování spokojenosti klientů

Tak jako v letech minulých opět nadešel čas na dotazníkové šetření spokojenosti Vás, klientů. Žádáme Vás o vyplnění dotazníků, které pro Vás budou k dispozici v dubnu. Vaše zpětná vazba je pro nás důležitá, pomáhá nám zjišťovat, jak jste u nás spokojeni, ale také nedostatky, které bychom rádi napravili, aby se Vám v našem domově žilo spokojeně. Na vypracování odpovědí budete mít čas do konce měsíce května. Pokud budete potřebovat pomoc, můžete se obrátit na svého klíčového pracovníka či někoho z rodiny. Schránky na odevzdávání dotazníků budou umístěny na chodbě oddělení 0 (společná i pro oddělení 5), 1, 2, 4 (společná i pro oddělení 3). S výsledky dotazníkového šetření budete seznámeni na společné schůzce s vedením domova a v podzimním vydání časopisu Náš domov. O bližším termínu setkání budete včas informováni.

Velice si vážíme Vašich připomínek a názorů a děkujeme za vyplnění.



*Bc. Kateřina Murinová
vedoucí sociálního oddělení*





Volby do Evropského parlamentu

Volby do Evropského parlamentu se budou konat v letošním roce ve dnech 7. a 8. června 2024.

Pokud máte trvalé bydliště na adrese našeho zařízení a budete se chtít voleb zúčastnit a odvolit v našem domově, **nahlaste nám svůj zájem do konce května.**

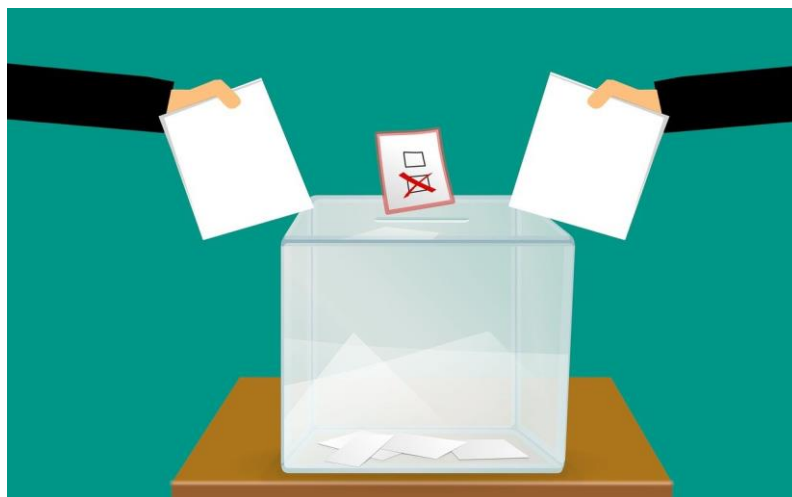
Pokud máte trvalé bydliště mimo domov pro seniory a budete chtít volit přímo v našem domově, budete zapsáni na tzv. zvláštní seznam voličů, na základě kterého Vás navštíví volební komise. Pro zapsání do zvláštního seznamu voličů se nahlaste na sociálním oddělení nebo prostřednictvím klíčových pracovníků **do čtvrtka 16. května do 14 hodin.** Pokud se zapíšete na zvláštní seznam voličů, není již možné volit ve Vašem spádovém volebním obvodu dle trvalého bydliště. V jeho seznamu budete vyškrtnuti.

Zástupci volební komise budou v domově přítomni **v pátek 7. června 2024 od cca 14:15 do cca 16:00 hodin** v závislosti na počtu voličů (přesné informace naleznete na nástěnkách oddělení před volbami). Doprovod volebních komisařů na Vaše pokoje zajistí sociální pracovnice.

Klienti, kteří mají volební okrsek v jiném obvodu či v jiné obci a nebudou zapsáni ve zvláštním seznamu voličů, musí požádat o pomoc rodinu, doprovody nejsme schopni zajistit.



*Bc. Kateřina Murinová
vedoucí sociálního oddělení*



Zvyšování kvalifikace našich zaměstnanců

Průběžně se snažíme zvyšovat kvalifikaci, rozvíjet schopnosti, dovednosti a informovanost našich zaměstnanců. Díky školením a stážím se naši pracovníci obohacují o nové poznatky a postupy, sdílejí své zkušenosti s ostatními a načerpávají nové.

Na začátku roku 2024 proběhl kurz ***Bezpečné přesuny a polohování***, který byl velmi přínosný, dovednosti z kurzu využívají pracovníci přímé péče každý den. Proč je vlastně důležité polohování lidí na lůžku?

Cílem polohování je:

- prevence dekubitů,
- funkční soběstačnost (stoj, sed, chůze, sebeobsluha, snížení spasticity po CMP),
- stimulace vnímání,
- podpora základních životních funkcí (dýchání, srdeční činnost, trávení, vylučování, podpora myšlení),
- pohodlí a prevence bolesti (zejména v terminálním stádiu).

O školení ***Biografie***, které absolvovalo sedm našich pracovníků, jste si podrobněji mohli přečíst v minulém čísle časopisu. Již několik klientů v domově má vypracovanou svoji „biografickou knihu“, což znamená sepsaný svůj životní příběh od narození až do současnosti včetně fotografií ilustrujících jednotlivé etapy života. Těší nás, že klienti o spolupráci projevují zájem a baví je to.

Na letošní rok ještě plánujeme účast našich zaměstnanců na kurzu bazální stimulace, první pomoci, individuálního plánování a dezinfekce v sociálním zařízení. Zároveň pokračujeme ve stážích v jiných domovech pro seniory, které pro nás mohou být inspirativní v rámci srovnávání naší a jiné praxe. V následujících měsících navštívíme Domov pro seniory ve Skutči, v Domově u fontány v Přelouči a v Heřmanově Městci na „zámku“ blíže poznáme specifika péče související se službou určenou osobám s kognitivním omezením.

Alena Vitvarová
vedoucí přímé péče

Nové aktivizační zázemí pro naše klienty

Půl roku uteklo jako voda a my můžeme s radostí vítat naše klienty v nových prostorách suterénu domova, určených pro aktivizační činnosti. Jak jsem již popsala v minulém čísle, jedná se o zázemí na cvičení a relaxaci na jedné straně a na straně druhé novou prostornou kuchyň a dílnu, kde máme mimo jiné podstatně lepší úložné prostory a tím i přehled o materiálních možnostech pro naše tvoření a další aktivizační činnosti. V neposlední řadě došlo také k rekonstrukci toalety, kde byl rozšířen vstup. Díky tomu mohou WC využít také imobilní klienti, což dosud nebylo možné.

V průběhu měsíce března probíhaly finální úpravy - truhlářské práce, třídění materiálu, úklid, výzdoba a podobně. Od poloviny března již probíhaly naše aktivity zaměřené především na období Velikonoc – pečení jidášů, beránka, perníčků, lineckého cukroví, příprava velikonočního osení, pletení pomlázek nebo barvení vajíček.

Chtěli bychom poděkovat všem, kteří se jakkoliv podíleli na rekonstrukci našeho zázemí – technickými nebo designérskými pracemi, návrhy na zlepšení a zefektivnění prostoru, kterého v našem domově není nazbyt, a zároveň také všem řemeslníkům, kteří velkou měrou přispěli k současné podobě.

Obrovský dík patří také našim aktivizačním pracovnícím a paní ředitelce, které se průběžně věnovaly celé rekonstrukci a mají tak zásadní podíl na zkvalitnění prostředí pro naše klienty. Děkujeme!

Nové prostory jsou komfortní, bezpečné a podnětné. V kuchyni a dílně jsou dva velké oválné stoly. Každá z místností má svůj vchod a na rozdíl od dřívější „dílny a kuchyně v jednom“ mohou probíhat akce v každé z těchto místností, aniž by se účastníci vzájemně rušili, zároveň zde mají klienti i pracovníce dostatečný prostor na aktivitu. Musím přiznat, že někdy se line vůně z kuchyně tak lákavá, že nakoukneme nejen my z dílny zpoza posuvných dveří, ale staví se za námi podívat i pracovníci z vyšších pater domova či kolemjdoucí, z čehož máme samozřejmě velikou radost. Zároveň jsme velice rádi, že přibývá podnětů a zájemců o aktivity nejen ze strany klientů, ale také ze strany pracovníků, kteří se činností s klienty v našem zázemí aktivně účastní. Po domluvě s naším personálem je možné u nás trávit volný čas s klienty – ať již formou připravené aktivity v kuchyni či dílně, nebo jen posezením či zavzpomínáním u šálku kávy.

Na fotografiích můžete názorně vidět, v jakých podmínkách aktivizační činnosti pro klienty probíhaly dříve a jak vypadají prostory dnes.

Kuchyň PŘED



Kuchyň PO



Současná dílna PŘED



Současná dílna PO



Místnost na cvičení PŘED



Úpravy toalety



Místnost na cvičení PO



Jsme velice rádi, že se klientům v naší nové kuchyni, dílně i místnosti na cvičení líbí a rádi se k nám opětovně vrací. Přijďte se za námi podívat i Vy. Všichni jste srdečně vítáni!

*Mgr. Martina Honková
vedoucí aktivizačního úseku*

Mirek M. - ptáčník



Údolí potoka Ježováka je lemováno staletými velikány, tyto chrání klid v údolí a ochraňují vše živé. Břehy potoka jsou porostlé olšovým a vrbami. Porost je útočištěm drobného ptactva, jak pro hnízdění, tak pro úkryt před dravci. Od mala mě tato místa lákala k prohlídce křovin hledajícíe hnízda ptactva. Byl to pouze zájem o sledování života v hnízdečku. Vždy

jsem přicházel potichu a snažil se neplašit hnízdící rodinku. Matka mi vštěpovala, abych se choval k těmto tvorům jako k živým bytostem, jako by šlo o nás. Pomáhat a chránit. Zajímalo mě sledovat vývoj rodičího se ptáčka z vajíčka. Když jsem našel vypadlého ptáčka z hnízdečka, vrátil jsem ho zpět. Nejprve však jsem ho prohlédl, jestli není zraněný. Rodiče ptáčka na tuto situaci upozorňovali křikem a poletováním. Odchytnout takovéto mládě nebylo snadné. Pohybovalo se jak ještěrka a v prostředí, kde byly kořeny, křoví, kopřivy a jiné překážky.

Na Podolí uprostřed paseky stála stará borovice. Tak v osmi metrech, kde měla borovice dutinu, měly hnízdo kavky. Tento strom jsem sledoval každý den. Přál jsem si, aby z dutiny vypadlo malé kavče, které bych si ochočil. Byl jsem sobec, chtěl jsem využít neštěstí hnízdící rodiny kavek. Na omluvu nutno říci, že bych ho nevrátil z důvodu nepřístupnosti hnízda. Borovice od země byla hladká, bez větví, nedalo se po ní šplhat. Několik rodinek se vyvedlo, ale moje přání se nenaplnilo. Až jednou, při velké bouřce, se stalo, že jedno mládě vypadlo. Proč, to jsem nepochopil. K borovici jsem po bouřce přišel až třetí den. Rodiče kavky poletovali kolem stromů v pasece a vydávali hlasité volání. Pomalu jsem obešel místo zájmu kavek a již jsem ho viděl. Bylo přikrčené k zemi, mokré a určitě hladové. Jevilo celkovou apatičnost a při odchyty se nebránilo. Co teď? Měl jsem o něj zájem, ale co doma? Maminka mi ho určitě dovolí ho mít.

„Co to máš v té čepici?“ zeptala se.

„Ale, našel jsem na Podolí u té borovice kavče. Je celé mokré, přestálé, určitě hladové,“ odpověděl jsem.

„Ukaž, no ano, máš pravdu. Uděláme mu hnízdečko v kleci. Dej tam hadříky, aby se zahřálo. Nejprve však mu musíme dát napít. Otevři mu opatrně

zobáček a já mu dám pár kapek vody.“ Podařilo se, hltavě polykalo vodu, mělo žízeň.

„Jdi do chléva a nachytej mouchy. Později dostane něco vydatnějšího.“

A tak malé kavče začalo být součástí rodiny. Pes ani kočka nebyli pro malé kavče nebezpečím. Několikrát jsme viděli, jak pes leží na zápraží a kavče mu sedí na hřbetu. Bylo moc všímavé a stávalo se nám, že nám začaly chybět určité drobnosti. Viník byl znám a vše se našlo v kavčím hnízdečku.

Přišel podzim a kavče začalo objevovat místa v městečku Zahrádka. Tam se přidružovalo k hejnu kavek sídlících ve věži kostela. Matka říkala: „Připrav se na její odchod.“

„Ona u mne zůstane, uvidíš. Když jdu ze školy a zavolám na ni "ť'a, ť'a", tak ke mně přiletí.“

„Nechci ti přivolat bolest, ale ptačí seskupení má svoje pravidla a ta neovlivníš. Připrav se na to, nebude tě to tolik bolet,“ řekla maminka. Měla pravdu - kavče se již nevrátilo, ani na mé volání se neobjevilo. Věřím, že odešlo mezi své druhy.

Vrátil jsem se znovu k mým pochůzkám po lese, pasekách a k vysokým mezím, které byly zarostlé trnkami a tam by mohly hnízdit straky. Když mne maminka viděla, jak bloumám po Podolí, bez ducha a bez cíle, bylo jí mne líto. „Jdi na tu vysokou mez u malého políčka pod lesem. Tam jsem slyšela křik strak a řekla bych, že tam mají hnízdo. Nejdříve se jdi podívat k té borovici, myslím, že již nestojí. Je to důsledek té velké bouřky.“

Měla pravdu. To velké krásné dřevo, štíhlý strom, leželo na zemi v několika kusech. Bylo mi z toho smutno. Již jsem neměl chuť se vrátit na mez pod lesem. Smutek nad zmarem a vzpomínky na kavče, které jsem od tohoto stromu dostal, mne bolestivě zasáhly. Odešel jsem domů a na Podolí jsem se vrátil až po delší době. Stále jsem viděl to krásné dřevo ztepilé borovice. Svým vrškem vévodilo celé pasece. Ve své dutině umožnilo hnízdit kavčím rodinám a chránilo je od všeho nebezpečení. Přišla větší síla přírodního živlu, která vykonala zmar. Škoda, že sama příroda ničí, čemu sama pomohla k růstu.

„Nesed' doma a pojd' se mnou na Podolí,“ říká maminka, „co se stalo, to ty nenapravíš, příroda je mocnější, jednomu pomůže, druhého ublíží. Tak pojd', jdeme!“ Přešli jsme silnici a prošli kolem Kotrbejka. Po cestě mi maminka vyprávěla o jeptišce a jejím zmaru. Jeptiška se zabila skokem ze skály do Želivky. Byla na ni složena básnička, kterou maminka uměla. Cesta nám uběhla a byli jsme na Podolí.

„Jdi pod lesem po políčku a až přijdeš na konec, budeš mít po levé ruce vysokou mez zarostlou křovím a trnkami. Podle mne tam mají hnízdo straky.“ Neřekla mi, že již tam byla. Chtěla mne odvést od myšlenek na zmar borovice

a odlet kavky. Sotva jsem se objevil na políčku, již se straky ozývaly a oznamovaly osazenstvu trnek, že se blíží nebezpečí. Pokračoval jsem v chůzi pomalu a chtěl jsem svým chováním přesvědčit křiklouny, že z mé strany jim nebezpečí nehrozí. Vysvětlíte jim to - čím blíže jsem přicházel, tím větší křik vydávaly. Přidal jsem do kroku, abych je ušetřil nervozity. Když jsem přišel na kraj trnek, uviděl jsem hnízdo strak a v něm pět malých strak. Byly ještě málo opeřené. Pokračoval jsem v chůzi, až do lesa. Straky se ještě delší dobu ozývaly, nevěřily, že nemám v úmyslu jim ublížit.

Pokračoval jsem lesem dále a oklikou se dostal k matce.

„Slyšela jsem je. Kolik hnízd jsi viděl?“

„Jedno. Nechtěl jsem je plašit, aby hnízdo neopustily. Jsou tam ještě další dvě a v každém je po čtyřech malých. Jsou ještě malé a málo opeřené.“

„Říkala jsem myslivcům, že se o ně zajímáš. No nevím, ale myslím si, že je zničí, že hnízda rozstřílí. Lehko je najdou podle jejich křiku.“

„To né, já je budu chránit!“

„Neochrániš je. Je to škoda, ale myslivci je zařadili do škodné.“

„Vždyť jsou malé a samotné se neubrání. Budu tam chodit a chránit je.“

„Nedělej si iluze, aby tě to později nebolelo.“

Přes moje denní hlídání jsem je neuchránil, došlo k tomu nejhoršímu. Stalo se tak, jak maminka předpovídala. Při mém vstupu na políčko a postupem k trnkovému keři se žádný varovný křik strak nezval. Obcházel jsem křoví, nacházel mrtvá tělíčka, nikde živáčka. Až na konci meze jsem uviděl jedno mládě straky, jak se tiskne ustrašeně v trávě. Těžko bylo se k němu dostat. Po delší době se mi to podařilo. Chudáčka jsem sebral, dal do čepice a stále jsem k němu mluvil: „Neboj, já ti neublížím, postarám se o tebe. Uvidíš, že budeš u mne spokojený.“

Obrátil jsem směr chůze a rychle domů. Maminka ho prohlédla a konstatovala, že mu nic není, je přestálý a hladový. Že je celé ustrašené z toho, co se mu stalo, a postrádá svoje rodiče. Postarala se o něj.

„Musíme mu dát nejdříve napít.“

Dostalo pár kapek vody a pak pár much, aby se částečně nasýtilo. No, a tak u nás malé stráče zůstalo. Pomalu si na nás zvykalo a o jídlo se hlásilo křikem. Bylo dravější než kavče. Měl jsem ho rád a ono i ke mně přilnulo. Chodil jsem po dvoře a ono mi sedělo na rameni. Začalo se učit létat.

Maminka říká: „Teď přijde ta chvíle, kdy se rozhodne, zda bude u nás, či vezme svobodu. Víím, že tě to bude bolet, ale volbu nech na něm. Nesnaž se ho zavírat, aby nemohlo uletět. Kdyby se rozhodlo uletět a rozhodlo se pro svobodné žití, přej mu to. Budeš mít radost, že jsi mu pomohl od zmaru.“

K radosti naší bylo, že se rozhodlo zatím žít s námi. Je pravdou, že její výlety s delší dobou návratu byly časté. Zjistili jsme, že létala do městečka do školy, kde kradla křídý. Co se lesklo, to přinesla domů. Jednoho dne se u nás zastavil soused a říkal matce, že jim něco chodí ve špajzu na sádlo. Nám byl zloděj jasný, ale viníka jsme neprozradili. Byl to čerchmant, ale stále se vracel k nám.

„Chlapče, myslím, že naproti ve stráni na stromě mají straky hnízdo. Připrav se na pro tebe bolestnou chvíli, kdy nás straka opustí a přidá se k nové stračí rodině.“

Netrvalo dlouho, a jak matka předpovídala, straka odletěla.

„Měj radost, že jsi jí pomohl dožít této chvíle.“

Čas od času se na nás přiletěla podívat a svým křikem, jakoby nám chtěla děkovat za naši pomoc v jejích těžkých chvílích po narození.

A tak skončila moje činnost při záchraně ptačího rodu. Měl jsem z toho radost, že to tak dobře dopadlo. V každé kavce a strace jsem viděl ty mé zachráněné. Nutno poděkovat i matce, která se nemalou měrou podílela na mojí činnosti.

Své zážitky z přírody v mládí sepsal

pan Miroslav Michal

klient oddělení 2



Výlet do Duban

Ve středu 28. února 2024 po obědě vyrazily pracovnice s klientkami z oddělení 1 do Zahradnictví Dubany. Vybraly tam krásné macešky do truhlíků na balkóny a pár petrklíčů. Klientky byly nadšené z nádherných květů a pestré nabídky. Ale, cituji paní Kudláčkovou: „Bylo to tam mastný.“ Tím myslela, že jsou květiny drahé. Paní Kudláčková je rodačkou z Duban, tak poprosila pracovnice, zda by se mohla podívat na svůj rodný dům. Zpátky ještě udělaly krátkou zastávku v Jezbořicích, kde paní Kudláčková prožila kus života a odkud k nám přišla. Na závěr výletu se zastavilo v COOPU v Heřmanově Městci na menší nákup. Výlet se zdařil a kolegyně už přemýšlí, že by klienty mohly vzít na nákup do některého supermarketu.

za kolektiv oddělení 1

Gábina Ilková



První heřmanoměstecký sraz obyvatel našeho domova

Shrnutí účastnice srazu:

Ve čtvrtek 1. února 2024 jsem se zúčastnila setkání heřmanoměsteckých rodáků a občanů z řad klientů našeho domova, které se uskutečnilo v kulturní místnosti. Sama jsem se z „Heřmaňáku“ celý život nehnula, s kratičkými přestávkami zaměstnání ve Slatiňanech a Chrudimi. Mám Městec moc ráda, často jsem v něm i po okolí chodila nebo jezdila na kole. A pobývat ve městě, v bažantnici, parku, borovině nebo v Paláci patřilo k báječným zážitkům i pro moje kamarády z celé republiky.

Většinu účastníků našeho setkání znám a některé jsem i poznala! Někdy je totiž těžké si uvědomit, kdo to je, když jsem toho člověka dlouho neviděla. Hledám v jeho tváři známé rysy a uvědomím si: „Hurá, už vím!“

Zkuste si tipnout, kolik nás městeckých zde v domově bydlí: 14 – 25 – 37? (Správnou odpověď naleznete na konci článku.)

Po úvodním slovu Martiny, naší aktivizační vedoucí, jsme si povídali, kam nás život váł, a co všechno by mohlo být součástí našich společných městeckých setkání. Mezi návrhy z řad klientů byla také společná vycházka s možností zastávky v nějaké z místních restaurací. Jedná se o náročnější akci, vzhledem k množství potřebných doprovodů a také chybějícímu bezbariérovému přístupu restaurací v Heřmanově Městci. K diskuzi je možné využití zahrádky u některé z restaurací v letním období. Bylo by to jako za starých časů.

Setkání se účastnilo 18 klientů z celkových 25. Jsem ráda, že většina těch, kteří mohli, na setkání dorazili.

Při kávě, čaji a slaných dobrůtkách čas rychle uběhl a my se loučili s tím, že setkání budeme opakovat za dva měsíce. Těším se!

Iva Zitová

klientka oddělení O





Pohled a informace od organizátorky srazu:

Za prvotní myšlenkou vzniku této akce stál zájem nově příchozích obyvatel se vzájemně setkávat, sdílet své vzpomínky, zážitky a vzájemně se podporovat. Této iniciativy si velice vážíme, a jelikož zde žijí přes třicet let, velice ráda jsem se ujala role pořadatele za pomoci kolegyně ze sociálního oddělení Lenky a Ilony.

Mohu s radostí sdělit, že prvního heřmanoměsteckého setkání se až na pár výjimek účastnili téměř všichni pozvaní, za což jsme velice rádi. U jednoho stolu se sešli kamarádi, známí, sousedé či spolupracovníci. Povídání si o společných zážitcích, známých osobnostech či místech přineslo spoustu krásných vzpomínek.

Všichni účastníci srazu obdrželi kalendář s fotkami z Heřmanova Městce, jehož autorem je pan Otakar Volejník. Díky jeho fotografiím jsme měli možnost se opětovně vrátit ve vzpomínkách do míst, kde jsme v mládí, dospělosti či stáří sami kráčeli či jinak trávili čas. Některé části našeho města se sice pomalu mění, společnými silami jsme však i bez nápovědy identifikovali všechny fotografie

v kalendáři a vyprávění zážitků s nimi spojenými bylo pro nás příjemným bonusem.

Naše první setkání bylo primárně informativní, abychom zmapovaly zájem ze strany klientů a vytvořily program co nejvíce dle jejich přání a představ. Rádi bychom posezení do budoucna opakovali v pravidelném intervalu dvou měsíců, jak jsme se společně domluvili.



Na příštím srazu **dne 10. dubna 2024** uvítáme prvního hosta – již zmíněného **pana Otakara Volejníka**, jenž je významnou osobností našeho města. Na program bude promítání fotografií a krátkých filmů z Heřmanova Městce a okolí, proběhne krátká beseda pro naše obyvatele. Rádi bychom pojali tuto akci jako tzv. „Toulky Heřmanovým Městcem a okolím prostřednictvím fotografií a filmu“.

Již máme dotazy od obyvatel našeho domova, jenž pochází z Chrudimi či z Pardubic, zda by bylo možné uspořádat setkání také pro ně. Životní příběhy našich klientů jsou pro nás cenné a rádi budeme nápomocni při organizaci akcí či setkání, která budou „šitá na míru“ obyvatelům našeho domova. Nejprve však musíme zmapovat, o kolik lidí se předběžně jedná, a podle toho sraz uspořádat. Tato setkání bychom však z organizačních důvodů mohli realizovat například jednou či dvakrát ročně – dle domluvy.

Chtěla bych velice poděkovat všem zúčastněným, včetně mých kolegyn z sociálního oddělení, za pomoc a podporu při realizaci této akce a již se těším na další společná setkání – ať již s heřmanoměsteckými, chrudimskými nebo pardubickými obyvateli. Děkuji za Váš zájem!

*Mgr. Martina Honková
vedoucí aktivizačního úseku*

Filipojakubská noc – pálení čarodějnic

Filipojakubská či Valpuržina noc představuje v lidových zvycích důležitou dobu večera a noci před prvním květnem, spojenou s magickými úkony a rituály na ochranu dobytka a úrody. Váže se k ní také zvyk "pálení čarodějnic", ten se však začal v českých zemích šířit až v polovině 19. století.

Tato noc je však spjata i s dalšími pradávnými rituály, které mají kořeny ještě u Keltů.

Tradice oslav této magické noci vychází ze starých keltských zvyků, jimiž se v rámci svátku Beltain žehnilo půdě, aby dobře rodila, a stromům, aby dávaly zdravé plody. Keltové v tento den konali mnoho očistných obřadů, v noci se veselilo, tančilo a zpívalo. Podle tradic se pálily ohně, které měly živé tvory zbavit všeho nečistého, co se nashromáždilo v temném zimním období, a zároveň zajistit ochranu pro období nadcházející.

Zvyky Keltů se později staly i součástí slovanských lidových tradic: mezi oblíbené patřily třeba soutěže mládenců ve vyhazování zapálených březových košťat do výše, stavění a hlídání májek, očistné koupání či alespoň symbolické namáčení do potoka, čištění chlévů, řezání proutků jivy, polykání květů kočiček a další.

Později církve této magické noci přisoudila temné síly d'ábla, který člověku prostřednictvím čarodějnic škodí.



A kde se vlastně "pálení čarodějnic" vzniklo? Podle lidové víry získávají čarodějnice a zlé kouzelnice noc před svátkem svatého Filipa a Jakuba zvláštní moc; přilétají na košťatech na své slety na kopcích a křižovatkách, škodí dobytku, vycházejí na cizí pole a kravám odebírají mléko.

Skutečné historické tradice se tak po staletí soustředily spíš než na oheň na zabezpečování statků různými "magickými úkony", aby do něj čarodějnice nemohly.

Do vzduchu se házela zapálená košťata, jejich ohořelé zbytky se poté sbírali a lidé si je nosili domů, neboť věřili, že je ochrání před zlými silami. A proč vlastně zapálená košťata metat do vzduchu? Protože je to jediný způsob, jak vidět a srazit k zemi čarodějnic, kroužící nad našimi hlavami a hledajícími své oběti.

Uklízelo se celé hospodářství včetně chlévů. Čarodějnice podle pověr škodily nejenom lidem, ale i dobytku a drůbeži, a proto si lidé před práh stavení či před maštale umísťovali hromádky větviček s trny, o které se měla čarodějnice poranit a utéct. Kromě trnů se používaly také svazky stébel nebo drny s co nejvíce stébly, protože se věřilo, že čarodějnice jsou povinny všechna stébla spočítat. Čím více stébel váš svazek či drn měl, tím spíše nestihla

čarodějnice vše spočítat do svítání, kdy ztrácela svou magickou moc a nemohla vám již uškodit.

Proti kouzelnému vlivu čarodějnic dle českých tradic chránil květ z kapradí, který jste měli mít při sobě. Stejně tak však lidé používali i hostii, svěcené předměty a tak dále. Nad vrata, dveře dávali ochranné byliny - černobýl, šalvěj či ratolesti lípy. Ochranu měla zajistit čára nebo tajuplný nápis svěcenou křídou.

V předvečer pálení čarodějnic obcházela mládež všechna stavení, jelikož na stavbu hranice bylo zapotřebí 9 druhů dřeva. Nikdy přitom nesměl scházet jalovec. Samotný oheň zapaloval ten muž z vesnice, který se jako poslední oženil.



Starým zvykem, který pochází ze slovanských tradic, je i skákání přes oheň.

Jakkoli máme z posledních let pálení ohňů zažité jako poměrně rozšířenou tradici, jeho původ moc dávný není. Začal se šířit až v polovině 19. století, a to nejdříve v českých a německých lokalitách jihozápadních a severních Čech.

Pálení ohňů již o Filipojakubské noci se nicméně začalo přece jenom rozmáhat a koncem 19. století bylo již rozšířené po celých Čechách a na západní a střední Moravě. Východněji se udržel zvyk zapalovat ohně spíše až o Svatojánské noci.

V některých krajích se místo pálení čarodějnic upaluje Morana - pohanská bohyně smrti. Uctívali ji staří Slované a Baltové. Ta symbolizuje také zimu, které na jaře končí vláda, proto se topí nebo upaluje.

Zvyk se ovšem dočkal během uplynulých 150 let také celé řady zákazů. Po svém vzniku v polovině 19. století byl odsuzován jako pověrečná praktika a za druhé světové války se nesměl konat kvůli nočnímu zatemnění. V letech reálného socialismu zase panovala velmi silná tendence přizpůsobit lidové zvyky komunistickému výkladu dějin, což se dotklo více tradic a obyčejů - například svatomartinské průvody se změnily na lampionové pochody k oslavě "Říjnové revoluce" a pálení čarodějnic zase na "vatry míru".



Nové obluby a všeobecného rozšíření tak doznalo "pálení čarodějnic" až v pozdním 20. století. Funkce obyčej je dnes ale jiná než v obrozenecké tradici. Nejde už o symbolickou obranu před zlou mocí, ale spíše o společně trávený čas a zábavnou atrakci spojenou s občerstvením, při níž se scházejí dospělí i děti.

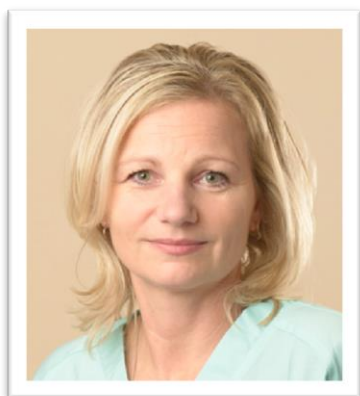
*Bc. Ilona Bínová
sociální pracovníce*

Zdroj:

KRUPKA Jaroslav. Filipojakubská noc: v minulosti byla plná magie, tajemných rituálů i čarodějnic. In: *deník.cz* [online]. 30.4.2021. [cit. 23.3.2022]. Dostupné z: https://www.denik.cz/z_domova/filipojakubska-noc.html.

TÁBORSKÁ Olina. Filipojakubská noc je plná magie a splněných přání. In: *Novinky.cz* [online]. 30.4.2008. [cit. 23.3.2022]. Dostupné z: <https://www.novinky.cz/zena/vztahy-a-sex/clanek/magicka-filipojakubska-noc-splnenych-prani-40196233>.

HOOS Michal. České tradice – pálení čarodějnic. In: *stips.cz* [online]. [cit. 23.3.2022]. Dostupné z: <https://stips.cz/ceske-tradice-paleni-carodejnic/>.



Kdo je kdo v našem domově?

Se zdravotní sestrou **Danuší Petříčkovou** (46 let, bydlí v Poběžovicích u Přelouče) se setkávají zejména klienti oddělení 2. Jak se dostala k práci zdravotní sestry a kdo je jejím miláčkem si přečtete v následujícím rozhovoru.

Jak dlouho a v jaké funkci v domově pracuješ?

„V domově pracuji od roku 1995, letos tu budu dvacet devět let. Vystudovala jsem rodinnou školu při zemědělské škole v Chrudimi a v osmnácti letech jsem nastoupila sem. Tenkrát tady v přímé péči pracovala jako pečovatelka ještě i moje maminka. Dělala jsem si půlroční sanitární kurz v Pardubicích,

abych mohla dělat pečovatelku. Tehdejší staniční sestra Dáša Kolářová nás ještě s kolegyní Markétou Zrůstovou přesvědčila, abychom si začaly dělat zdravotní školu. Ten rok však neotevírali obor v Chrudimi, ale až v Trutnově, dělaly jsme to dálkově. Ježdění tak daleko bylo dost náročné, tak jsem studium přerušila a počkala na další rok, kdy otevírali večerní zdravotní školu v Chrudimi.“

Jak dlouho ti trvalo studium?

„Pět let, dvakrát týdně. Studium bylo náročné, po noční směně jsem musela do školy, pořád jsem se učila. Ve čtvrtém ročníku jsem navíc otěhotněla a jezdila do školy s břichem. Maturovala jsem, když jsem měla skoro roční Nikolku. Po mateřské dovolené jsem se do domova vrátila už jako zdravotní sestra. Chodila jsem brigádně ještě při mateřské a pak, když bylo Nikolce asi dva roky a tři měsíce, jsem nastoupila naplno, protože bylo zrovna volné místo. Doba studia pro mě nebylo jednoduché období, ale určitě se to vyplatilo. Práce zdravotní sestry mě baví, i když v domově té odborné zdravotní práce není tolik, jako třeba v nemocnici. Moje dcera se inspirovala a studuje teď bakalářské studium v oboru zdravotní sestra.“

Jak se tvůj život vyvíjel dál?

„Vdávala jsem se ve čtyřiaadvaceti letech a pak jsme se odstěhovali do Poběžovic u Přelouče, odkud pochází můj manžel. Tam teď bydlím, mám to do práce dvanáct kilometrů, dojíždím. Předtím bylo jednodušší, že jsem sedla na kolo nebo šla pěšky. Někdy závidím pracovnícím, které bydlí v místě a nemusí dojíždět.“



Z čeho máš v práci radost?

„Těší mě, když jsou zde klienti spokojení a rodiny jsou spokojené. Mívám dobrý pocit, když k nám nastoupí klient zdravotně zhoršený a tady se jeho stav zlepší. Hodně lidí tady třeba začalo chodit, začnou jakoby znovu žít. Naopak mě mrzí, pokud třeba nejsou klienti či rodiny spokojení, taky se takových pár najde, ale myslím, že u většiny je ten pohled spíše pozitivní. Někdy se dozvídám, že se o nás mluví, že tady je dobrá péče, to mě těší. Od doby, co jsem nastoupila, se toho mnoho změnilo včetně různých pomůcek – například i inkontinenčních (v době mého nástupu se ještě používaly látkové pleny). Klientům se zde v současné době nabízí spousta možností, jak trávit volný čas, do čeho se zapojit. Líbí se mi, že se tady zásluhou paní ředitelky upravuje a zlepšuje prostředí, tvoří se nové věci (například se plánuje kantýna s posezením apod.)“

„Mám také radost, že máme na oddělení 2 dobrý kolektiv, že spolu dobře vycházíme, že se někdy i zasmějeme. Je důležité, jak je člověk v práci celkově spokojený.“

Jaké máš plány a cíle pro svoji práci?

„Myslím, že můžu mluvit za všechny zaměstnance, že práce tady je fyzicky i psychicky náročná. Takže si často říkáme, hlavně, abychom to zde zdravotně vydrželi až do důchodu. Dřív sem nastupovalo více chodících lidí, dnes už se staráme o většinu klientů ležících, což je velká zátěž pro naše záda, během směny se za den i hodně naběháme.“

Co Tě baví ve volném čase, čím si takzvaně dobíjíš baterky?



„Máme pejska rasy Jack Russell, se kterým chodím ráda na procházky - sama nebo i s dětmi. Ted' nám přibyl na hlídání ještě další pejsek od dcery - druhu Husky. Takže máme o zábavu postaráno, protože často hlídáme místo vnoučat.“

„Občas vyrážíme s rodinou někam na výlet. V létě jezdíme hodně na Mělice, kde manžel se synem rybaří, je to jejich velký koníček. Syn je docela úspěšný, takže ryby

v jídelničku máme často. Manžel získal před rokem ještě průkaz myslivce, k rybám nám přibyl les a divočina.“

„Když je čas, rádi si vyjedeme někam na kole. A aspoň jednou za rok někam na dovolenou - jsem ráda, že jsme pohromadě.“

„Jezdím se do Heřmanova Městce starat také o maminku, které je ted' 76 let.“



Co bys vzkázala nebo přála našim klientům?

„Aby byli co nejvíc zdraví a spokojení. Aby se jim tady líbilo a aby měli milující rodinu, která za nimi bude docházet. Je mi moc líto klientů, kteří rodinu mají, ale nikdo se o ně nezajímá, nebo přijdou jen jednou za čas.“

Co bys vzkázala nebo přála našim zaměstnancům?

„Hlavně spokojenost, zdraví, milující rodinu, a aby byli v životě šťastní.“



Máš nějaké přání? Chceš, aby se ti ještě něco splnilo?

„Před osmi lety lékaři u našeho syna Jéni našli poměrně závažnou zdravotní diagnózu. Musel kvůli tomu podstoupit již několik operací v Paříži a další nás bohužel ještě čekají. Od té doby si nepřejeme nic jiného než, aby byl Jéňa v pořádku, byl zdravý a spokojený. Jsem stále vděčná za to, že v těžkých začátcích nás podpořilo hodně lidí včetně kolegů z práce a z tehdejšího vedení domova. Byl zorganizován benefiční koncert, jehož výtěžek nám pomohl financovat vysoké náklady na operace. Všem ještě jednou moc děkujeme. Jéňu teď čekají přijímací zkoušky na střední školu. Od malička ho baví zemědělství, takže mu přejeme, aby se dostal na vytouženou školu a dělal to, co ho baví. Jinak pro celou rodinu bych si přála, abychom byli spokojení a v životě se nám dařilo.“

Děkuji za rozhovor.



Paní Miloslava Štěpánková je devátou nejstarší obyvatelkou našeho domova a pochází z Pardubic.

Při jejím vyprávění jsem si uvědomila, jak někteří lidé, žijící v první polovině dvacátého století, neměli jednoduchý život. Nejdříve přišla o rodinného příslušníka v druhé světové válce a pak následně v důsledku represí komunismu. Ona byla však silnou ženou, která nejenže tyto strasti v mládí ustála, ale vypracovala se i v profesní oblasti. Lidé, kteří na sklonku života mohou říct, že jejich život byl naplněný a měl smysl, jsou pro mě velkým vzorem.

Kde jste se narodila a kde jste žila?



„Narodila jsem se 2. února 1928 v Ostřešanech, kde jsme bydleli s rodiči. Tatínek byl truhlář a maminka dámská švadlena. Maminka měla hodně učednic, byla to mladá děvčata. Zpívaly si často různé písničky, které se normálně hrály při tanci, všechny jsem se je naučila a pak jsem je zpívala ostatním zákazníkům, kteří k nám chodili.“

„Měla jsem bratra, který byl o pět roků mladší. Když se měl bratr narodit, rodiče se báli, abych na bratra nežárlila. Tatínek mi vyrobil malé žehlicí prkno a malou stoličku a já jsem pak mamince pomáhala při žehlení a cítila jsem se užitečná.“

„Chodila jsem často k sedlákům Kloučkovým a pomáhala jsem jim na poli nebo jim chodila nakupovat různé drobnosti. Měli dvě dcery, maminka jim šila šaty. Jejich nastávající ženiši mě naučili písničky, takové odrhovačky, některé i "lechtivé". Jedné z dcer jsem šla za družičku na svatbě. Na svatebním posezení po mně chtěli, abych zazpívala ty různé veselé písně. Byl tam i pan farář. Později, když nás učil ve škole na náboženství, si vždycky vzpomněl, že jsem na té svatbě zpívala.“

Jak se vyvíjel Váš život dál?

„Do obecné školy jsem chodila v Ostřešanech. Ve škole se mi hrozně líbilo, o vše jsem se zajímala. Potom jsem začala chodit do osmiletého gymnázia ve Štěfánikově ulici v Pardubicích. Byla jsem strašně šťastná, studium

mě bavilo. Chodila jsem pěšky tam a zpátky, celkem čtrnáct kilometrů, tehdy ještě nic nejezdilo.“

„Za války tatínek pracoval v odboji, já jsem tomu tehdy nerozuměla. Jen jsem slyšela, když maminka tatínkovi říkala, ať toho nechá - bála se, co by se nám mohlo stát. Já jsem musela mlčet a nic jsem nikomu neřekla, jen kamarádce Libě, která to nikomu dál nesměla říct. Tatínek byl od roku 1939 zavřený, nejdříve byl v Terezíně, potom v táboře v Ambergu a Norimberku, kde nakonec zemřel. Protože byl truhlář, tak tam vyráběl nábytek, domů posílal různé nákresy. Psala jsem žádosti o zmírnění tatínkova trestu na různá místa – na kancelář Hitlera a kancelář K. H. Franka. Tatínek čekal na vyřízení žádosti od září, ale nakonec kolem Vánoc 1944 na obecní úřad přišel kus papíru, že byl popraven. Bratra pak zavřeli do vězení komunisti, zemřel v roce 1952 a my zůstaly s maminkou samy. Musela jsem jí být oporou.“



„Chtěla jsem jít studovat na vysokou školu, ale nebylo to možné. Vymyslela jsem si tedy, že bych chtěla pracovat v oboru chemie. Přijali mě v Rybitví ve výzkumném ústavu jako pomocnou dělnici a pak jsem povýšila na laborantku – byli se mnou spokojeni a už mě nechtěli pustit. Absolvovala jsem různé kurzy a zdokonalovala se v oboru. Chemie mě bavila, pracovala jsem tam až do důchodu. V práci jsem poznala manžela. Zabývali jsme se výzkumem, měli jsme hodně společných pracovních zájmů.“

„Když jsem se provdala, bydleli jsme ještě necelý rok v Ostřešanech. Manžel pak dostal možnost postavit družstevní byt v ulici Rosická v Polabinách, kam jsme se pak přestěhovali i s mojí maminkou, bydlela jsem tam donedávna. Měli jsme jednu dceru Alenu. Ta se v životě zajímala o spoustu věcí, stejně jako já.“

„Když manžel zemřel, zůstala jsem sama s kočičkou, mým oblíbencem, bude jí teď asi patnáct let. Je celá bílá a říkáme jí Sněhulka. Vzpomínám na jednu historku s ní. Byla zvyklá sedat na židli na novinovém papíru. Manžel ještě chodil do práce a doma dělal nějaký projekt. Musel vytvořit obrovský nákres a pracoval na tom snad týden. Kočka si ušklábla na projektu a manžel to musel celé předělávat, ale vůbec se nezlobil.“

Co jste ráda dělala ve volném čase?

„V mládí jsem nechodila do tanečních, ale často jsem chodila v Ostřešanech tancovat, kde jsem se to naučila. Nacvičili jsme českou, moravskou a slovenskou besedu a tancovali to při různých příležitostech, třeba o dožínkách.“

„Chodila jsem cvičit do Sokola. Sokol jsem tak milovala, že jsem to tam pak dokonce i vedla, přestože jsem neměla žádné kurzy. Ještě v roce 1994 jsem byla na sokolském sletu.“

„Před svatbou jsme s manželem jezdili občas na hory - do Vysokých a Nízkých Tater, do Malé Fatry. Ústav v Rybitví tam měl svoji chatu. Cestovali jsme tam hlavně v létě, lyžovat jsem neuměla. S dcerou jsme pak navštěvovali Krkonoše - Velkou Úpu. Jezdili jsme většinou vlakem nebo bývaly organizované autobusové zájezdy od podniku.

Podívala jsem se i do zahraničí - třeba do Německa. Ono je všude krásně. Ráda na to vzpomínám - vždy jsem říkala, že je potřeba využít možností, které se nabízí.“

„Od maminky jsem se naučila šít, takže jsem si sama na sebe šila oblečení. Ráda jsem také pletla, třeba svetry. Dozvěděla

se to jedna moje spolupracovnice, tak jsem pletla i pro ni.

„Chodili jsme do divadla a za kulturou. Bylo to vše úžasné, vzpomínky se mi vracejí.“

„Hrozně ráda jsem četla. Naučila jsem se číst brzy - uměla jsem to, už když jsem šla do školy. Měla jsem hodně ráda francouzské autory - Baudelaira, Chateaubrianda.“



„Přímo u domu jsme měli květinovou i zeleninovou zahrádku, pěstovali jsme úplně všechno.“

Co se Vám v životě podařilo, na co jste hrdá, z čeho jste měla radost?

„Byla jsem vždy hrdá na to, když jsem udělala něco dobře, když to někomu udělalo radost nebo mu to pomohlo.“

„To, co jsem chtěla v životě umět, snažila jsem se vždy naučit a zvládnout to. Nebála jsem se, přestože jsem nebyla třeba v dané věci školená. Všechno mi něco dalo a nějak mě to posílilo. Měla jsem takovou kuráž, byla jsem zvědavá. Chemie mě celým životem provázela, přestože jsem ze začátku vůbec nic neuměla a neměla jsem vzdělání. Myslím, že byl můj život naplněný.“



Jaký máte recept na vitalitu?

„Měla jsem hodně pohybu – byla jsem zvyklá pracovat, cvičit, tancovala jsem.“

Jak jste spokojená v našem domově pro seniory?

„Líbí se mi tady. Doma už jsem sama nemohla být. Je to tady zajímavé – vidím snahu pomoci ze všech stran, včetně cvičení.“

Co byste popřála nebo vzkázala ostatním klientům?

„Ať se jim tady líbí a aby se snažili cvičit, když se jim to tady nabízí.“

Co byste popřála nebo vzkázala zaměstnancům?

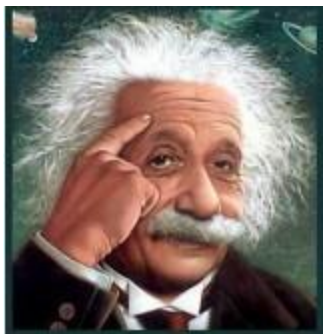
„Aby vydrželi všechno to, co je tady na ně nastraženo.“

Máte nějaké přání, co byste chtěla, aby se Vám ještě splnilo?

„Co se týče zdraví, abych už nebyla ve stresu, který člověk mívá, když si sám neví rady. To jsem zažívala doma a tady už to naštěstí nemusím řešit, jsem ráda, že mi tady pomohou. Jinak si přeji jen zdraví, zdraví, zdraví.“

Děkuji za rozhovor.

Koutek trénování paměti



Nastal nám jarní čas, kdy se příroda probouzí, začínají se zelenat stromy, květiny se derou ven a těší nás svými květy. Chceme i Vaše mozkové závity jarně naladit.

Zkuste najít v textu 22 názvů rostlin a zavzpomínejte, jak vypadají.

NÁKKROTLITERASKYWEORKTUSHERNRJNARCISLTGLWO
VURZERKGESLUPETRKOSTMARHVOZDÍKKDKAFOLNEGOA
WEMBNSUHFKFJDIFELWŮEOSTROŽKAJEHLEDÍKWNGJMEN
NWAZALKA EKREJKQRFARNGLWQKWERQKEDNATULIPÁN
JLNADFJDRENETKANWETNCHRYZANTÉMAFÁTEL RNAKRŘ
ŠÍĚKŠWKNWRŮŽEDEFAREAE LGNÍNWEKTNAWEŠČEŠENAK
NOHORTENZIEFDSPRIENGFIELD DDFAKJELOVJJIŘINADALPA
NANERKEJTAKSEKWMACEŠKALKJASEHWNÁKKROTLITER
ASKYWEORKTUSHERKANALTGOVURZERKGESLUAZALKA
PETRKOSTMGFAGSAKDKAFOLNEGOAWEMBNSUHFKFJDIF
ELPELARGONIEJEDFADF WNGJMENNWA FRIKÁNLWQKWER
QKEDKOTOULPÁNTOPOLOVKAETKANWETASPARÁTFÁTEL
RNAKRŘŠÍĚKNWLEKNÍNAREAE LGNÍNWEKTNAWEŠENAKN
OŠEŘÍKDSPRIENGFIELD DDFAKJELOVKOSATECALPANANER
KEJTAKSEKBLEDULESEHWFDAKF WHANGUHŮADRTBDFK
AFMAGNÓLIEJFAKFAHFAKANFLILIEOVNÍK



*Bc. Kateřina Murinová
vedoucí sociálního oddělení*

zdroj: www.bavsen.cz, obrázky www.pixabay.cz

Správné odpovědi hledejte na straně 33.

Přehled akcí konaných v našem domově v 1. čtvrtletí 2024

Leden

8. 1. 2024	Canisterapie
10. 1. 2024	Canisterapie
22. 1. 2024	Kino - Velká kanadská jezera a prerie
22. 1. 2024	Poníci
23. 1. 2024	Narozeninové posezení
24. 1. 2024	Trénink paměti
24. 1. 2024	Canisterapie

Únor

1. 2. 2024	Sraz obyvatel Heřmanoměstecka
6. 2. 2024	Kavárna
7. 2. 2024	Canisterapie
8. 2. 2024	Trénování paměti
9. 2. 2024	Trénování paměti
12. 2. 2024	Hudební vystoupení s harmonikou – p. Příhoda a p. Novák
12. 2. 2024	Canisterapie
14. 2. 2024	Tvoření s mateřskou školou
15. 2. 2024	Čtení v mateřské škole s paní Dubskou
15. 2. 2024	Pěvecký sbor Heřmánek
19. 2. 2024	Animoterapeutické zkoušky
21. 2. 2024	Canisterapie
21. 2. 2024	Retropárty na oddělení 2
26. 2. 2024	Kino - film
26. 2. 2024	Canisterapie
29. 2. 2024	Divadlo - K Vaším službám

Březen

4. 3. 2024	Narozeninové posezení
5. 3. 2024	Trénování paměti
7. 3. 2024	Trénování paměti
6. 3. 2024	Canisterapie
8. 3. 2024	Oslava MDŽ - Retroband
11. 3. 2024	Kino - cestopis
17. 3. 2024	Velikonoční jarmark - p. Eisová, p. Augustinová
18. 3. 2024	Děti z DDM - velikonoční tvoření
20. 3. 2024	Filmový kvíz s panem Nevečeřalem
21. 3. 2024	Hudební vystoupení – cimbálovka Kobylka
22. 3. 2024	Canisterapie
25. 3. 2024	Mobilní zvěřinec - mláďata
26. 3. 2024	Deskové hry
27. 3. 2024	Návštěva žáků speciální základní školy



Správné řešení úkolů z Koutku trénování paměti ze stran 30



NÁKKROTLITERASKYWEORKTUSHERNRJNARCISLTGLWO
VURZERKGESLUPETRKOSTMARHVÓZDÍKKDKAFOLNEGOA
WEMBNSUHFKEJDIFELWŮĚOSTROŽKAJEHLEDÍKWNGJMEN
NWAZALKAEREKJQRFARNGLWQWERQKEDNA TULIPÁN
JLNADFJDRENETKANWETNCHRYZANTÉMAFÁTELRNAKRŘ
ŠĚKŠWKNW RŮŽEDEFAREAEELGNÍNWEKTNAWEŠČEŠENAK
NOHORTENZIEFDSPRIENGFIELDFAKJELOVJJIRINADALPA
NANERKEJTAKSEKW MACEŠKALKJASEHWNÁKKROTLITER
ASKYWEORKTUSHERKANALTGOVURZERKGESLU AZALKA
PETRKOSTMGFAGSAKDKAFOLNEGOA WEMBNSUHFKEJDIF
ELPELARGONIEJEDFADF WNGJMENNW AFRIKÁNLWQWER
QKEDKOTOU LPÁNTOPOLOVKAETKANWET ASPARÁTFÁTEL
RNAKRŘŠĚKNWLEKNÍNAREAEELGNÍNWEKTNAWEŠČENAKN
OŠĚŘÍKDSPRIENGFIELDFAKJELOVKOSATECÁLPANANER
KEJTAKSEKBLEDULESEHWFDAKFWHANGUHŮADRBTBDFK
AFMAGNÓLIEJFAKFAHFAKANF LILIEOVNÍK



Svoje narozeniny budou slavit

v dubnu 2024

p. Kalousek Bohumil
p. Pleskotová Věra
p. Šimák Josef
p. Bíbusová Jana
p. Špůr Jan
p. Pithart Vladimír
JUDr. Příbyl Bohumír
p. Wolfová Marie
p. Kaiml Jiří
p. Englicová Helena
p. Vyskočil Jan
p. Polínek Milan
p. Kovaříková Marie
p. Švadlenková Marie
p. Měkotová Emilie
p. Dašková Eva
p. Tóthová Olga
Mgr. Kissová Zdeňka
p. Podaná Bohumila

v květnu 2024

p. Hyršl Jiří
p. Mraček Zdeněk
p. Tichá Olga
p. Mošnerová Marie
p. Havránková Václava
p. Havlová Zdeňka
p. Kosinová Danuše
p. Pavlíčková Jana

p. Šulcová Jana
p. Šimová Jiřina
p. Michal Miroslav
p. Petr Ladislav
p. Kokešová Vladimíra
p. Zdražilová Dagmar
p. Zrůstová Zdeňka
p. Koubková Jarmila
p. Průša Miloslav
Mgr. John Jiří

v červnu 2024

p. Musilová Zdeňka
p. Heřmanová Marie
p. Beranová Marie
p. Blažková Eliška
p. Czibarová Markéta
p. Čapková Libuše
p. Komárková Drahomíra
p. Růžičková Helena
p. Fišer Bedřich
p. Řeháková Jana
p. Ondrušová Marie

Přejeme všechno nejlepší!



Noví obyvatelé našeho domova

leden 2024

p. Mastíková Marie
p. Ondrušová Marie
p. Truncová Jana
p. Moravcová Marie

únor 2024

p. Koutná Marie
p. Podaná Bohumila
p. Jirásek Zdeněk
p. Konířová Jaruše
Mgr. Kissová Zdeňka

březen 2024

p. Svobodová Marie
p. Vašková Libuše
p. Gaňová Drahoslava
p. Michal Miroslav
p. Vyskočil Jan
p. Beranová Marie
p. Beran Vladimír

Přejeme příjemný pobyt!

Odchod do jiného domova

Mgr. Valentová Marie

Slitostí oznamujeme, že nás navždy opustili

v lednu 2024

p. Horáková Božena
p. Sliacká Jana
p. Danielová Ludmila

v únoru 2024

p. Vomáčková Alena
PhDr. Šebek Vlastimil
p. Pecinová Anna
p. Lizánková Marie
p. Košťál Miloslav
p. Palečková Božena
p. Nálevková Věra

v březnu 2024

p. Vopršál Josef
p. Mikulčík Antonín
p. Kubelková Hana
p. Šindlerová Danuše
p. Beranová Marta
p. Urbanec Ladislav
p. Bláhová Marie

Čest jejich památce!





Náš domov

1/2024

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@dshm.cz

Fotografie na titulní straně: Pavel Hubáč

Redakční rada:

PhDr. Eva Kunátová Holečková, MBA

Mgr. Martina Honková

Mgr. Lenka Kellerová

Bc. Ilona Bínová