

Náš domov

číslo 4/2020



Foto: Pavel Hubáč: U Paláce



Zima 2020

**Vážené klientky a klienti,
vážené pracovnice a pracovníci domova pro seniory,**

jestliže jsem si v loňském roce posteskl, že píšu už po sedmnácté úvodník v závěrečném čísle roku časopisu Náš domov a že mám problém s tím, abych se stále neopakoval a vymyslel pokud možno něco originálního, psát tento osmnáctý úvodník je pro mě ještě těžší než v letech předchozích. Když už jsme si mysleli, že se blýská na lepší časy a že jsme před prázdninami zdárně překonali první vlnu koronaviru, zemřel mi v měsíci červnu otec. Sice byl už natolik nemocný, že to bylo pro něho vysvobození, ale to víte – táta je táta. Letní měsíce jsme si užili všichni jakž takž v poklidu, ale co přišlo během podzimu, to jsem si nepředstavoval ani v tom nejhorším snu. Druhá vlna koronaviru byla pro náš domov natolik zničující, že sám osobně řadím toto období k nejhoršímu, co jsem kdy prožil. Onemocněla řada zaměstnanců, onemocněl velký počet klientů, a co je nejhorší – velký počet klientů na následky tohoto onemocnění i zemřel. Není snad nic horšího pro ředitele takového domova, jako je ten náš, než bezmocně přihlížet takové situaci. Přestože jsme ve spolupráci všech pracovníků domova udělali všechno, co bylo v našich silách, abychom se prostřednictvím všech možných opatření tak velkému rozšíření nemoci COVID-19 v domově vyhnuli, jde o virus tak zákeřný, že se nám to nepovedlo.

Přesto je nutné na tomto místě poděkovat všem zaměstnancům domova bez rozdílu (a to bez rozdílu bych několikrát podtrhl) za to, jak tuto těžkou dobu zvládají a dělají všechno pro to, aby dopady tohoto neutěšeného stavu byly na Vás klienty co nejmenší. Můj obdiv a velké poděkování patří pracovnícím na jednotlivých odděleních, jejichž již tak náročná práce jak po fyzické, tak v tomto případě především po psychické stránce byla (a stále je) ztížena ještě nutností pracovat v ochranných pomůckách, ve kterých je omezená pohyblivost, velké teplo a s respirátorem se nedá dost dobře dýchat. A po takto náročné směně čeká tyto pracovnice „druhá směna“ doma – zajištění rodiny, úkoly s dětmi, které více času tráví doma než ve škole, a vůbec vytváření domácí pohody, která by měla ve všech domácnostech panovat. Je obdivuhodné, jak se s těmito náročnými podmínkami vypořádaly, a to i díky vzájemné pomoci pracovníc napříč jednotlivými odděleními. **Ne nadarmo se říká, že teprve krizové okamžiky ukážou, jak na tom kdo je. V našem případě se ukázalo, že máme dobrý kolektiv, který se v době krize dovede semknout a navzájem si pomoci. Díky Vám všem!**

Mně osobně tato doba přinesla potvrzení jednoho pravidla, které všichni tušíme, ale ne vždy se jím vždy řídíme. Daleko víc než majetek, honba za penězi a luxusem je důležité mít kolem sebe příbuzné, přátele a známé, s kterými se můžeme setkat, kdykoliv se nám chce, na které se můžeme obrátit, kdykoliv potřebujeme, a sdílet s nimi každodenní radosti, ale i starosti. Pokud mám možnost mluvit s lidmi kolem sebe, řada z nich je stejně jako já už unavena z neustálého přílivu negativních zpráv, kolik lidí se včera nakazilo, kolik bylo hospitalizováno či kolik zemřelo, jsou znechuceni z neustálého sváření politiků, zda opatření byla brzo nebo dlouho, zda byla přehnaná nebo nedostatečná, zda bylo dobře udělat to či ono... Jistě, kritizovat je snadné, obzvláště když je kritizující bez postavení a bez odpovědnosti.

Nechci dál šířit negativní náladu. Stačí si vzpomenout, co jsme dělali vloni touto dobou – plánovali, bavili se, těšili se na Vánoce a oslavy narozenin, na návštěvy kin, na setkání s příbuznými a přáteli – toto přece z našeho života nesmí zmizet. Ano – bude to asi ještě chvíli trvat, budeme čekat na účinnou a prověřenou vakcínu na COVID-19, ale musíme věřit, že doba čekání na „normální“ život bude co nejkratší a že všichni z nás dojdeme k tomuto cíli ve zdraví a v dobré kondici.

Vážené klientky a klienti domova, přeji Vám prožití radostných chvil při setkání s členy rodiny, kteří Vás budou moci za dodržení nastavených podmínek a pravidel od 18. prosince navštěvovat.

Vážení zaměstnanci, přeji Vám, abyste prožili letošní Vánoce ve zdraví a co možná nejpoklidněji v kruhu svých nejbližších.

Nám všem přeji, aby ten nadcházející rok 2021 byl zase optimistický a abychom se v něm opět vrátili k normálnímu životu se vším, co přináší.

**Ing. Petr Mazura
ředitel domova**

Co v tomto čísle najdete

Vážené klientky a klienti, vážené pracovnice a pracovníci domova pro seniory .	2
Nákaza COVID-19 v našem domově	5
Poděkování všem, co nám pomohli a pomáhají	8
Poděkování.....	13
Vzkaz Zdeňka Svěráka	14
Výsledky dotazníků spokojenosti rodinných příslušníků a přátel.....	15
Cestujete s námi – Výstup na Dívčí hrady	15
Jaký strom tradičně patří k českým Vánocům	18
Jak se slaví Vánoce ve světě.....	20
Pověry, tradice a zvyky v Čechách.....	23
Zapomenutá legenda o vzniku sněhu.....	24
Fejeton o sněhu: Už zase padá!	27
Vzpomínka na Štědrý večer s Bertíkem a Čertíkem.....	29
Vánoční vtípky pro usmání	30
Koutek trénování paměti	32
Správné řešení úkolů z Koutku trénování paměti	34
Svoje narozeniny budou slavit.....	35
Noví obyvatelé našeho domova.....	37
S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili.....	38

Nákaza COVID-19 v našem domově



Jarní měsíce tohoto roku jsme ustáli bez nákazy COVID-19, přestože v některých jiných domovech pro seniory řešili tento problém již tehdy. Zajisté to bylo díky tomu, že všichni zaměstnanci si uvědomovali velké riziko ohrožení klientů a byli proto disciplinovaní, omezovali sociální kontakty na minimum a střežili se veškerých aktivit, které by mohly být potenciálně ohrožující.

Od počátku září 2020 začala statistika nákazy narůstat napříč společností. Od 24. září 2020 jsme byli nuceni přistoupit k zákazu návštěv a od 14. října 2020 byl vládou nařízen i zákaz vycházení mimo domov. My zaměstnanci jsme se opět snažili nebýt přenašeči infekce, chodili jsme pouze na nutné nákupy a domů, setkávali se pouze s nejbližšími členy rodiny, omezovali své životy. Vzhledem k velkému výskytu počtu případů ve všech okresech ČR, tedy i v okrese Chrudim, však nebylo reálné, abychom se nákaze úplně ubránili. Na počátku listopadu 2020 byl COVID-19 diagnostikován u některých pracovníků. V této době se nám také vrátily dvě klientky z nemocnice, které se nakazily při hospitalizaci. I my jsme se přesvědčili, v čem spočívá zrádnost nemoci COVID-19 – v tom, že nakažený člověk může být v počátcích nemoci bezpříznakový, tudíž se virus šíří na ostatní. Až ve chvíli zjištění nákazy se aplikují ochranné postupy (nošení ochranných pomůcek, zvýšená dezinfekce), ale to už může být v daný moment pozdě.

V pátek 13. listopadu 2020 započalo povinné antigenní testování klientů i zaměstnanců, které nám umožnilo zmapovat, jak na tom v domově jsme. Pozitivní výsledek testu bohužel potvrdil přítomnost viru, zpočátku zejména u klientů na oddělení D3 a D4, později plíživě po jednotlivcích, ale s následným narůstajícím počtem i na odděleních L1 a L2. Zejména zvládnutí tíživé situace na odděleních D3 a D4 v době, kdy bylo v karanténě vedení domova včetně vrchní sestry a staniční sestry oddělení D, bylo náročnou zkouškou pro staniční sestry Miluši Magerovou a Ivanu Mejstříkovou, zbývající zdravotní sestry i všechny pracovnice oddělení včetně pracovníků úklidu. Oblékání do všech ochranných pomůcek, intenzivní pravidelné dezinfikování a specifické postupy zacházení s nakaženými klienty, ale třeba i s infekčním materiálem, se staly denním náročným chlebem. Zdravotní problémy klientů, personální oslabení, ztížená práce v ochranných pomůčkách, ve kterých se špatně dýchá, omezeně pohybuje a neomezeně potí. Nastavení nového pracovního režimu, improvizace a rozhodování se v situaci, která byla pro všechny nová,

v atmosféře obav o zdraví všech. Klienti potřebující psychickou oporu – strádající nemožností stýkat se s rodinou či ostatními obyvateli, obávající se o své zdraví, potřebující opakovaně vysvětlení, proč je vše jinak. To vše byl velký nápor na psychickou i fyzickou stránku zaměstnanců.

Výpadek personálu jsme byli nuceni řešit oslovením studentek a dobrovolníků přes Červený kříž a ve spolupráci s Pardubickým krajem. Na výpomoc dorazili čtyři studentky a jeden profesionální hasič.

Bohužel nákaza COVID-19 zkrátila život některým obyvatelům našeho domova. Ačkoliv jsme profesionálové a s faktem smrti se v domově pro seniory musíme vyrovnávat běžně, v této situaci nás úmrtí přeci jenom zasáhla jinak, a o to více. Kdyby nebylo viru, mohli zde s námi žít ještě delší dobu, někteří z nich zde žili mnoho let a byli takovými ikonami domova.

V průběhu nemoci se virus i u nás projevil jako nepředvídatelný. S nákazou se museli vypořádat někteří naši již do té doby ležící a velmi málo soběstační klienti a zvítězili (i když následky nemoci se nadále projevují v únavě, nechutenství, zhoršené mobilitě). Máme však několik jedinců, u nichž se příznaky nemoci neprojevily, a nebýt testování, nic by se neodhalilo. Naopak jiné virus bohužel oslabil významně...

Těší nás, že v době, kdy píšeme tyto řádky, máme již poměrně dost uzdravených obyvatel, kteří onemocnění úspěšně překonali. Stejně tak zaměstnance vracující se do směn.

Stále nám všem komplikuje život nákaza, která je ještě přítomna na odděleních L1 a L2. Také nás trápí, že ustalo povinné testování klientů, díky kterému jsme měli průběžný a rychlý přehled o výskytu nemoci. Testy odhalily nutnost včasného použití ochranných pomůcek, což nám umožňovalo podchytit šíření nemoci dále mezi klienty a zaměstnance.

Pevně věříme, že na lepší cestě je otevření dveří domova pro návštěvy rodinných příslušníků. Pokud nedojde k závažnému zhoršení epidemiologické situace, od 18. prosince byste měli mít možnost se při splnění nastavených pravidel a podmínek vidět se svými blízkými.

Všichni budeme rádi, že Vám tato možnost bude po tak dlouhé době dopřána v období adventu a Vánoc, kdy lidé a rodiny mají být pohromadě. Uvědomujeme si, že psychická stránka se významně podepisuje na zdraví člověka a její oslabení může mít kolikrát významnější vliv na zdravotní vývoj než jakýkoliv bacil.

Mrzí nás, že v rámci prevence šíření nákazy jsme museli omezit pohyb klientů pouze na pobyt na pokoji. Omezení kontaktů s rodinami jsme se snažili nahradit alespoň videohovory, což jste někteří z Vás využili. V době šíření nákazy se však i to muselo na čas přerušit.

Omlouváme se, pokud Vy, rodinní příslušníci, jste v určitém období měli pocit, že s Vámi nesdílíme informace, případně jste se nemohli telefonicky dovolat. Situace byla v určité době hodně vypjatá a zaměřovali jsme se zejména na to, abychom poskytli tu nejlepší péči samotným nemocným. Nicméně stále dodržujeme pravidlo, že ve chvílích vážnějšího zhoršení stavu Vašich blízkých kontaktujeme zástupce rodiny a informujeme o situaci, oznamujeme hospitalizaci, nabízíme možnost návštěvy v případě terminálního stadia, což nám umožňuje výjimka udělená vládou.

Obyvatelé domova i my zaměstnanci jsme byli zvyklí mít zpříjemněný adventní čas hezkými akcemi v podobě vystoupení sborů či dětí ze školy, Mikulášem, zpěvem koled. To vše padlo. Naše pracovnice se snaží zlepšit náladu alespoň vyzdobením chodeb vánočními dekoracemi tak, jak si pamatujeme z předchozích let.

Rády bychom na tomto místě poděkovaly všem zaměstnancům domova, kteří byli zvláště v posledních měsících vystaveni velkému pracovnímu náporu, ať fyzickému či psychickému. Hlavně díky Vašemu úsilí, nasazení a disciplinovanosti jsme situaci zvládli, jak bylo popsáno výše, a budeme věřit, že se postupně budeme vracet k „normálnějšímu“ životu, jak jsme zde zvyklí.

I v dalších měsících nás nečeká pravděpodobně období klidu. Zvláště teď je pro nás všechny důležité, abychom nezapomínali sami na sebe, snažili se držet v dobré psychické i fyzické kondici, dělali si radost každodenními maličkostmi (hezká píseň v rádiu, přečtení dobré knížky, telefonní hovor s někým blízkým), neztráceli smysl pro humor.

Přejeme Vám všem, klientům i zaměstnancům, Vaším rodinám, abyste si o vánočních svátcích užili sváteční pohodu a atmosféru se vším, co Vánoce přináší. Abyste přišli na jiné myšlenky při sledování pohádek, z plna hrdla si zazpívali koledy a přibrali i těch pár kil navíc po konzumaci pochutin – letos to potřebujeme. Více než kdy jindy si asi letos uvědomíme, co obnáší přání zdraví a spokojenosti do nového roku. O to více srdečně Vám všem toto přejeme a věříme v úspěšné vykročení do roku 2021.

Držme si navzájem palce, ať dobře zvládáme situace, které nám život přináší. Důležité je, že na to nejsme sami.



Mgr. Lenka Kellerová, sociální pracovnice

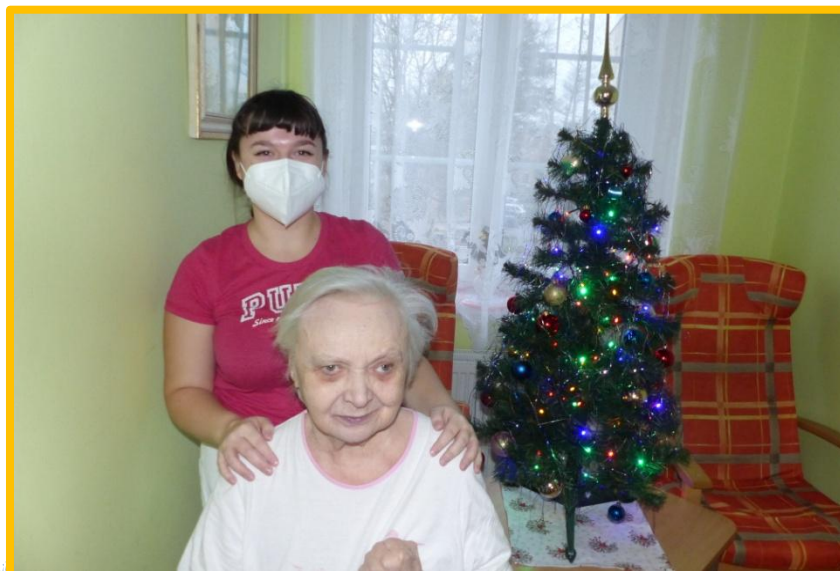
Alena Vitvarová, vrchní sestra

Poděkování všem, co nám pomohli a pomáhají

Personální podpora

Dlouhodobou velkou posilou je pro nás výpomoc našich bývalých zaměstnanců, kteří jsou ve chvílích potřeby ochotní nastoupit do směn a vypomoci nám. Děkujeme jim všem za ochotu a za to, že se mezi nás vrací! – Olze Vomočilové, Evě Kvapilové, Iloně Tlapalové, Bohumilu Vaníčkovi, Ludmile Tatíčkové, Aleně Novákové.

V době největšího náporu nemoci covid se u nás projevila personální krize, kdy jsme měli problém pokrýt služby na některých odděleních. Oslovili jsme proto Červený kříž Chrudim a Pardubický kraj, jež nám zprostředkovali kontakt na šest studentek a jednoho profesionálního hasiče. Děkujeme tímto studentkám Veronice Mandysové, Veronice Rajové, Tereze Kotěrové, Anetě Markové, Kláře Tůmové, Kristýně Zemanové a také pánům – profesionálnímu hasiči Jakubovi Morávkovi a dobrovolníkovi Markovi Zajíčkovi za výpomoc při nejtěžších chvílích zvládání náporu nemoci.



Finanční a další podpora

Děkujeme všem, kteří vyslechli naši výzvu a přispěli nám prakticky nebo i finančně k posílení zásob ochranných pomůcek. Ve chvílích, kdy byl velký počet osob v domově nakažených, se těchto pomůcek spotřebovalo opravdu velké množství a zásoby nám rapidně slábly. Nelze všechny dárce jmenovat, ale věříme, že se toto poděkování k jednotlivým dotyčným dostane.

Vážíme si také slov díků a podpory, která zazněla od některých rodin a dalších lidí, i za děkovný pozdrav z rádia, který objednala dcera jedné naší klientky.

V letošním roce se obzvláště ukázalo, jak je důležité, aby různé instituce i lidé navzájem spolupracovali a pomáhali si. Jsme rádi, že se opět potvrdilo, že atmosféra vzájemné pomoci v Heřmanově Městci opravdu panuje a funguje. Musíme poděkovat panu starostovi Josefovi Kozlovi za průběžnou podporu, paní ředitelce ZŠ Mgr. Janě Šindelářové za jarní výpomoc při personální krizi v kuchyni, Marku Výbornému a místním hasičům za doplnění ochranných pomůcek a dalším dárům.

Návštěvy se zvířaty

Olga Němcová a Radka Pátková nás pravidelně navštěvují se svými zvířecími svěřenci. Některým z Vás dělá zvířecí návštěva obzvlášť radost, proto za Vámi chodíme i pravidelně. Koronavirová doba přinesla i našemu domovu rozvoj spojení on-line, které jsme zprovoznili i k propojení s canisterapeutkami. Nevěřily jsme, že i pouhý pohled přes obrazovku displeje na zvířata, která Vás jindy navštěvují osobně, pro Vás může být tak potěšující. Velký zájem byl také o program mobilního zvěřince, který se v červnu uskutečnil na zahradě pod naší novou pergolou. V srpnu jsme byli svědky nevídaného zážitku, kdy na pokoje některých z Vás doputoval malý poník. Velmi kladně hodnotíme velké nasazení a empatii zvířecích terapeutek, které jsou schopny se na Vás naladit a povzbudit Vás. V letošním roce i ony prožívají existenciální tíhu kvůli rušení programů, nicméně zvířátka jíst musí. Klienti i zaměstnanci je proto podpořili drobnou finanční částkou. Pracovnice oddělení si dávají tu práci a suší zbytkové pečivo, což zvířátka jistě také ocení a pěkně si na něm pochroupávají.

Paní Němcová s námi také prožívala situaci v době covidové a zaměstnancům chtěla udělat radost alespoň vánoční dekorací do kanceláře, kterou sama z přírodních materiálů vytvořila a následně nám darovala.

Pevně věříme, že i v dalších letech budou moci zvířata přinášet radost do našeho domova.



Plnění přání

A zase po roce, máme tu Vánoce...

Již po třetí nás oslovila paní Lenka Králová z místní restaurace *Maple* s projektem *Vraťme společně úsměv tam, kam patří*. Organizátorce akce byla zaslána přání klientů, kteří nemají nikoho, kdo by jim přání vyplnil. A teď už jen čekáme na Ježíška, jaká přáníčka přinese, a co si klienti pod stromečkem rozbalí. Moc děkujeme paní Králové za zorganizování této vánoční nadílky a všem dárcům, kteří se rozhodli vrátit úsměv tam, kam patří. ☺





Dárkové balíčky pro všechny klienty

Radost všem klientům domova chce již tradičně udělat také paní Milada Svobodová z Klešic s dalšími ochotnými lidmi, kteří se pravidelně finančně skládají na drobné balíčky. V nich většinou nacházíte drobné pochutiny a drogerii, kterou využije každý z Vás. Za dobu, kdy sem paní Svobodová dárky přináší, jste s ní někteří již navázali přátelství. V letošním roce Vás bohužel nebude moci obdarovat osobně, ale dárčky Vám předají na Štědrý den naše pracovnice. Paní Svobodové děkujeme za energii, kterou do této akce dlouhodobě vkládá, a dalším přispěvatelům za to, že na Vás nepřestávají myslet.



Spolupráce s místními skauty

Díky iniciativě vedoucího skautů pana Aleše Jelínka jsme již v roce 2019 navázali spolupráci s místním oddílem nejmenších skautíků a v letošním roce spolupráce úspěšně pokračovala. V únoru 2020 nás dvakrát navštívili, povyprávěli o svých aktivitách. Vzpomínali jste společně na skautské zážitky, děti Vám sehrály pohádku *O Zlaté rybce*. Později již osobní návštěvy nebyly možné. On-line spojení jsme zprovoznili i ke spojení se skauty. Díky videím pana Jelínka jste se mohli téměř „živě“ zúčastnit jejich číhané na srnky nebo jste společně s dětmi prožívali zážitky na letním skautském táboře. Na svatou Barboru na chodby oddělení a k některým z Vás na pokoj doputovaly třeshňové větvičky a z místního rozhlasu jste si mohli vyslechnout povídání o tradici spojené se svatou Barborou namluvené skauty. Těsně před Vánocemi máme přislíbenou i donášku větviček jmelí. Vážíme si mezigeneračního přátelství, které se mezi námi (Vámi) a skauty navázalo, a děkujeme, že nás zahrnují do svých plánů a programů aktivit.



Den laskavosti

Velmi nás potěšilo – a tímto bychom chtěli poděkovat žákům 3. A Základní školy Heřmanův Městec pod vedením paní učitelky Moniky Pickové – že na *Den laskavosti*, který je vyhlášen na 13. listopadu, si pro naše klienty nachystaly krásné obrázky a výrobky, které našim seniorů přinesly světlo a naději, že v tom nejsou sami a že i neznámí lidé si pro ně najdou čas, aby je poveselili.

Poděkování

Ráda bych touto cestou poděkovala všem, kteří nám v této nelehké době přišli pomoci na naše oddělení. Nebudu všechny jmenovat, nerada bych na někoho zapomněla. Tyto řádky se mi nepíší vůbec lehce. Je mi líto klientů, kteří museli s touto zákeřnou nemocí bojovat sami, bez svých blízkých. I když jsme se jim snažili ze všech sil pomoci, rodiny jim bohužel nenahradíme. Na jaře jsme o této nemoci slýchali jen z médií a neuměli jsme si představit, co dokáže. Nyní nás velmi citelně zasáhla. Postihla jak personál, tak naše obyvatele. Bohužel mnozí klienti této nemoci podlehlí. Čest jejich památce a upřímnou soustrast jejich blízkým. Myslím si, že se s touto situací budeme ještě dlouho vyrovnávat. Budeme doufat, že prožijeme klidnější svátky, klienti uvidí své blízké. **Přeji nám všem hlavně hodně zdraví, aby nás již nic takového nepotkalo. Ještě jednou DĚKUJI.**

Gabriela Ilková
staniční sestra oddělení L1

Den laskavosti

Velmi nás potěšilo – a tímto bychom chtěli poděkovat žákům 3. A Základní školy Heřmanův Městec pod vedením paní učitelky Moniky Pickové – že na *Den laskavosti*, který je vyhlášen na 13. listopadu, si pro naše klienty nachystaly krásné obrázky a výrobky, které našim seniorů přinesly světlo a naději, že v tom nejsou sami a že i neznámí lidé si pro ně najdou čas, aby je poveselili.



Poděkování

Ráda bych touto cestou poděkovala všem, kteří nám v této nelehké době přišli pomoci na naše oddělení. Nebudu všechny jmenovat, nerada bych na někoho zapomněla. Tyto řádky se mi nepíší vůbec lehce. Je mi líto klientů, kteří museli s touto zákeřnou nemocí bojovat sami, bez svých blízkých. I když jsme se jim snažili ze všech sil pomoci, rodiny jim bohužel nenahradíme. Na jaře jsme o této nemoci slýchali jen z médií a neuměli jsme si představit, co dokáže. Nyní nás velmi citelně zasáhla. Postihla jak personál, tak naše obyvatele. Bohužel mnozí klienti této nemoci podlehlí. Čest jejich památce a upřímnou soustrast jejich blízkým. Myslím si, že se s touto situací budeme ještě dlouho vyrovnávat. Budeme doufat, že prožijeme klidnější svátky, klienti uvidí své blízké. **Přeji nám všem hlavně hodně zdraví, aby nás již nic takového nepotkalo. Ještě jednou DĚKUJI.**

Gabriela Ilková
staniční sestra oddělení L1



Poděkování

Ráda bych touto cestou poděkovala všem, kteří nám době přišli pomoci na naše oddělení. Nebudu všechny jmenovat, bych na někoho zapomněla. Tyto řádky se mi nepíší vůbec kvůli klientům, kteří museli s touto zákeřnou nemocí bojovat s blízkých. I když jsme se jim snažili ze všech sil pomoci, bohužel nenahradíme. Na jaře jsme o této nemoci slyšeli a neuměli jsme si představit, co dokáže. Nyní nás velmi cizí. Postihla jak personál, tak naše obyvatele. Bohužel mnozí z nemocí podlehli. Čest jejich památce a upřímnou soustrast. Myslím si, že se s touto situací budeme ještě dlouho vyrovnávat, doufám, že prožijeme klidnější svátky, klienti uvidí své blízké.

Poděkování

Ráda bych touto cestou poděkovala všem, kteří nám v této nelehké době přišli pomoci na naše oddělení. Nebudu všechny jmenovat, nerada bych na někoho zapomněla. Tyto řádky se mi nepíší vůbec lehce. Je mi líto klientů, kteří museli s touto zákeřnou nemocí bojovat sami, bez svých blízkých. I když jsme se jim snažili ze všech sil pomoci, rodiny jim bohužel nenahradíme. Na jaře jsme o této nemoci slýchali jen z médií a neuměli jsme si představit, co dokáže. Nyní nás velmi citelně zasáhla. Postihla jak personál, tak naše obyvatele. Bohužel mnozí klienti této nemoci podlehlí. Čest jejich památce a upřímnou soustrast jejich blízkým. Myslím si, že se s touto situací budeme ještě dlouho vyrovnávat. Budeme doufat, že prožijeme klidnější svátky, klienti uvidí své blízké. **Přeji nám všem hlavně hodně zdraví, aby nás již nic takového nepotkalo. Ještě jednou DĚKUJI.**

Gabriela Ilková
staniční sestra oddělení L1

Gabriela Ilková
staniční sestra oddělení L1

Děkuji všem svým spolupracovníkům

za úsilí při nelehké práci,

že vydrželi psychické vypětí a ztížené podmínky

při péči o klienty.

I v oslabených směnách jsme vše ustáli.

Opravdu moc si vážím

Vašeho přístupu a spolupráce.

Přeji klidnější nadcházející rok 2021.

Alena Vitvarová

Vzkaz Zdeňka Svěráka

Milí vrstevníci,

požádali mě, abych Vám napsal nějaké moudro, které by se hodilo do tohoto podivného času. Nejsem mudrc, ale vím jistě, že tělo a duše jsou spojeny tak těsně, že jedno bez druhého není. Když se ublíží duši, odnese to hned taky tělo a naopak.

Z toho plyne, že dobrá nálada tělu prospívá víc, než si myslíme. To je ta hlavní moudrost. A tak nám (i sobě) radím, abychom k sobě byli laskavější než jindy.

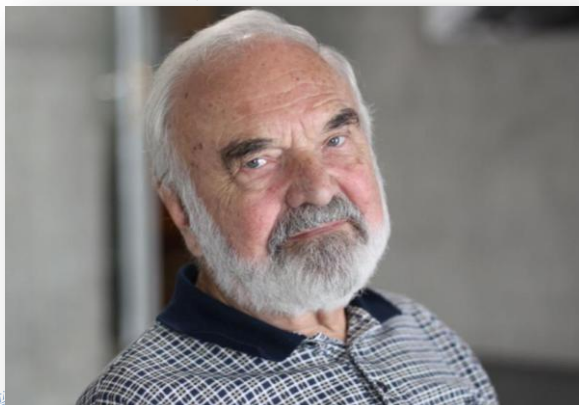
Když se Vám zdá, že to dámě sluší, řekněte jí to. Máte-li na jazyku něco veselého, ven s tím. Udělat někomu radost je zdraví prospěšné.

A taky radím optimismus. Není možné, aby se na ten neřád nenašlo koště.

To Vám vzkazuje

Zdeněk Svěrák (84 let)

Čerpáno z i60.cz.





Výsledky dotazníků spokojenosti rodinných příslušníků a přátel

V podzimním čísle jsme avizovali, že výsledky dotazníkového šetření spokojenosti rodinných příslušníků a přátel budou zveřejněny v zimním čísle časopisu *Náš domov*.

Bohužel vzhledem ke koronavirové situaci a zákazu návštěv nebyl zájem o jejich vyplňování, což je pochopitelné. I příbuzní měli jiné starosti, než vyplňovat dotazníky. Dotazník vyplnila pouze jedna osoba, z čehož se bohužel nedají vyvozovat závěry. Pevně věřím, že pokud jste měli nějaký problém k řešení, že jste se obrátili s Vaším návrhem nebo požadavkem na kompetentní osobu, ať již osobně či telefonicky. Stejným způsobem tak můžete činit i nadále. V letošním roce již dotazníky distribuovány nebudou, a pokud se situace zlepší, v což pevně věříme, předávali bychom je opět v příštím roce.

Mgr. Petra Linhartová
vedoucí sociálního oddělení

Cestujete s námi – Výstup na Dívčí hrady



V jarním čísle časopisu jsem Vám popisovala krásy jižní Moravy, cestování na kolech po tamních památkách a psala o dosažených a nedosažených místech. Jedním z míst, které jsme zatím nepoctili svou návštěvou, byla zřícenina hradu Děvičky. A tak bych se nyní s Vámi chtěla

podělit o zážitek, který se letos nakonec uskutečnil. Do závěrky letního čísla jsem to již bohužel nestihla napsat, ale ono v zimě to taky není špatné čtení.

Cesta nejen na Děvičky nebyla v letošním roce úplně jednoduchá a málem se ani nekonala. A to nemám na mysli cestu jako cestu fyzickou, ale hlavně tu přípravnou.

Vše nám od začátku hatil covid. Stále kolem nás kroužil a my si říkali: „Chytneme ho, nechytneme ho, budeme moci odjet, nebudeme.“ No, nakonec jsme se mu vyhnuli, nebo on nám, to už je nyní jedno, ale hlavní bylo, že jsme mohli odjet. Když jsme vyrazili na cestu, stále jsme tomu ještě nevěřili, že se to děje. Cesta ubíhala, občas jsme zastavili na protažení, ale když už se kolem nás začínaly objevovat první vinice, byli jsme natěšeni ještě víc.

Když jsme přijížděli k penzionu, již z dálky bylo vidět, že je tam něco jinak. Čím víc jsme se blížili, nevěřila jsem vlastním očím. „Co to tam stojí? Tam snad postavili lunapark!!!“ Před penzionem vyrostlo od minulého roku obří ruské kolo. Takový kýč jsem snad v životě neviděla. Uprostřed tak malebné krajiny ruské kolo. Přemýšlela jsem, co mi to připomíná. Pak jsem si vzpomněla. Byla to scénka z filmu s Bolkem Polívkou *Dědictví, aneb...*, jak tam ti opilci jezdili před hospodou na labutích. Říkám si: „Jestli to tady po večerech vypadá zrovna tak, to bude legrace.“ Bylo mi jasné, že hlavním důvodem je vyhlídková jízda a krásné pohledy na Pálavské vrchy. Nebylo to stejně nic pro mě. Výšek se bojím, hlavně těch, kde nemám pevnou půdu pod nohama. Rozdýchali jsme ten příšerný kolotoč, ubytovali se, první den se rozkoukali u skleničky burčáku a plánovali další dny. Bylo mi jasné, že na ten kopec se zříceninou musíme vyrazit hned v prvních dnech, aby si to přítel nerozmyslel. On by se mu ten kopec, na který je odevšud vidět, mohl zdát den ode dne vyšší a pak bych ho tam už nemusela dostat vůbec.

A tak jsem to pojala nenápadně. Druhý den jsme si na kolech objeli naše známé cíle, a jelikož bylo na návrat na penzion ještě brzo a Pavlov, odkud se vychází na hrad, byl nedaleko, doporučila jsem výstup spáchat teď, nebo nikdy. K mé radosti drahá polovička souhlasila, i když s poněkud kyselým výrazem. Naštěstí na úpatí kopce prodávali výbornou smetanovou zmrzlinu, tak jsme si od paní zmrzlinářky nechali každý natočit plný kelímek a ještě přizdobit čokoládou. To se pak kyselý výraz přeměnil ve sladký a nám cesta vzhůru pěkně utíkala. Co krok, to líznutí, a než jsme se nadáli, byli jsme uprostřed kopce. Potkávali jsme mnoho dalších turistů, kteří to také zvládli, i bez zmrzliny. Nebyli jsme v tom sami.

Po výstupu na zříceninu se nám otevřela krásná panoramata. Na jedné straně výhledy na novomlýnské nádrže, kde se to hemžilo sportovními vodními nadšenci na všelijakých přibližovadlech, a na druhé straně se rozprostíraly

vinice a byl vidět v dáli i lednický zámek. Foukal tam sice vítr jako blázen, ale byla to nádhera. Samozřejmě jako každý hrad je Dívčí hrad opředen pověstmi. Děvičky ne jednou, ale zrovna třemi. Ani zde nebyla v pověstech nouze o čerty a vodníky. A nechyběl ani král, co měl tři dcery. Po probádání všech zákoutí hradu a pořízení fotodokumentace jsme se odebrali na zpáteční cestu. Nakonec jsem si od drahé polovičky vyslechla, že to za ten výstup stálo a že to zas taková hrůza nebyla. To mě potěšilo. Při srovnání s výstupem na Svatý kopeček v Mikulově, který jsme již absolvovali několikrát, to opravdu byla příjemná procházka.

Takže vytyčeného cíle bylo pro letošek dosaženo. No a příští rok? Kdo ví... ☺

*Mgr. Petra Linhartová
vedoucí sociálního oddělení*



Jaký strom tradičně patří k českým Vánocům a jak ho kdysi zdobily naše prababičky?

*Odpovědi na tyto otázky vám prozradí
historický článek z roku 1929.*



Byť by celý téměř rok pohyboval se náš život v mezích reálnosti, v posledním měsíci v roce — v prosinci — obestřeni jsme kouzlem vánoční poesie.

Vždyť je tak nesnadno ubrániti se tomu, neboť nálada vánoční vane na nás odevšad, hledí na nás z výkladních skříní obchodů, z dětských očí, z obličejů dospělých a silou neodolatelnou nutí nás ke koupi dárků, a především — ke koupi vánočního stromku.

Jaké by to byly Vánoce, zejména kde jsou malé děti, bez vánočního stromku? Vždyť ten je vlastně doplňkem štědrovečerní slavnosti — je milou a hřejivou vzpomínkou nám, dospělým, a sladkou radostí dětí.

Obvyklým stromkem vánočním je smrkový stromeček, není sice tak uhlazený jako stromek jedlový, ale je levnější a dětem vykoná tu danou službu, neboť jim nezáleží, je-li to smrček nebo jedlička, jim jde hlavně o to, aby stromek byl hodně vysoký, moc hezký, aby těch sladkostí na něm bylo co možno nejvíce a aby na sobě nesl pečeť nebes.

Proto, strojíme-li stromek dětem, tedy co možno rozmanitý — děti mají rády pestrost a barevnost a třpytivé, lesknoucí se věci. Všechny těžší věci, jako jablka, pomeranče a mandarinky, zavěsíme nejdříve na větve spodní, a to co nejbliže ke kmeni. Tytéž věci můžeme zavěsiti i na další horní větve, ale zase jen ke kmeni — tím stromek jaksi upevníme a zatížíme. Ostatní lehčí věci rozvěsíme střídavě po větvích, ale ne toho rozvěsit zase tolik, až by se větve stromku pod tíhou mnoha věcí ohýbaly a pokazily tím nadobro vzhled stromku. Třpytivé věci dáváme navrch a na každou větévku hodně světla, aby při osvětlení stromek jen zářil.

K zavěšování cukroví upotřebí se všechny zbylé kousky zlatých a stříbrných nitek, bavlnek apod. Velmi pěkně působí stromek ozdobený pouze v barvě stříbrné a bílé, která se v zeleni větví velmi hezky vyjímá. K tomu účelu hodí se sněhové cukroví nebo čokoládové kousky balené ve stříbřitém

staniolu, bonbony v bílém papíru nebo staniolu s trásněmi, sněhové šišky a koule z vaty, obé arabskou gumou natřené a práškem a jemnými krystalky kamence posypané, vše na bílých nitkách zavěšené a bílými svíčkami doplněné. Co radosti způsobí dětem takový vánoční stromek, dovede si každý představit.

Nejkrásnější ze všech stromků bude stříbrná jedlička, s bohatými větvičkami barvy stříbřitě modravé, příjemné vůně jedlové. Je ovšem drahá a rozhodně se nevyplácí kupovati ji snad dětem – těm postačí prostý smrček anebo obyčejná jedlička.

Ale kdo z dospělých chtěl by mít ve svém bytě stromek, ať nelituje několika korun a rozhodne se pro stříbrnou jedličku nebo stříbrný smrček, a zasadí si takový stromek do ozdobného vkusného květináče, třeba pískem vyplněného, a mechem nebo papírem pokryje povrch písku.

Tyto a jiné vzácné jehličnaté stromky jsou bohaté již svými huňatými větévkami, proto odpadá zde všechno kráslení, jedinou ozdobou mohou býti bílé svíce.



Cukroví a ostatní sladkosti, které jsme na stromek chystali, srovnáme na mísy a z nich nejen mlsáme, ale i nabízíme. Také malý stromek borovičky není špatný — může nekráslený, tak jak je pouze světly ozářený, nebo ozdobený malými mandarínky zavěšenými na stromku nesterpně dlouhými lesklými nitkami, doplněnými třeba svícemi v barvě mandarínků.

Má-li kdo doma několik drobnůstek z jemného porcelánu, umělecké věcičky, jako jsou např. ptáčci, motýli, brouci apod. z rosenthalského porcelánu,

může ozdobiti stromek těmito věcmi — přiváže je pevně k větvičkám nebo ku pni a ozáří stromek barevnými svícemi. Celek působí velmi dekorativně.

Vůbec je celá řada možností, jak okrášlit vánoční stromek. Hlavně dbáti, aby celková úprava takového stromku byla vkusná a působila pěkným dojmem. Vyvarujme se všech zbytečností, které činí dojem přeplácánosti, a pamatujme, že jednoduše vypravená věc působí vždy pěkně.

Tedy, mnoho zdaru a bohatého Ježíška!

*Původně vyšlo v: Hvězda čsl. paní a dívek 1929, autorka Vlasta
Na internetové stránce www.bejvavalo.cz pro Vás objevila*

*Bc. Kateřina Murinová
sociální pracovnice*

Jak se slaví Vánoce ve světě

Vánoční svátky jsou již na dosah ruky, většina z nás se těší na tu zvláštní atmosféru, která k Vánocům neodmyslitelně patří – návštěvy kostelů, setkávání se s blízkými, strojení stromečků a těšení se na dárky pod nimi. Určitě nezapomeneme potěšit i naše chuťové pohárky smaženým kaprem s bramborovým salátem, rozmanitým cukrovím a jinými různými dobrotami, kterých je nespočet. Nesmím zapomenout i na zvyky, jako je rozkrajování jablka, lití olova, pouštění skořápek se svíčkou po vodě a další. To vše a ještě mnohem víc je spojeno s našimi tradičními Vánocemi. Ne všude je tomu také tak. Každý národ má své vlastní tradice a zvyky, kterých se drží, a věřte, že některé jsou opravdu prapodivné. Ale proti gustu žádný dišputát. Pojdme se proto s některými seznámit.



Vánoce na kolečkových bruslích? Ve Venezuele tradicí!

Ve venezuelském Caracasu se na Štědrý den pořádají setkání městských obyvatel v místních kostelech. Že na tom není nic divného? Pozor, obyvatelé se do kostela dopravují na kolečkových bruslích. Tradice je zavedená natolik, že ulice měst jsou uzavřeny už od osmi hodin ráno.



Islandská lidožravá kočka

Jedna z nejpodivnějších vánočních tradic pochází z Islandu. Tam se v období svátků toulá lidožravá vánoční kočka. Aby byli Islandčané v bezpečí, musí pod vánočním stromčkem najít něco nového na sebe.



Vánoce mezi pavouky? Na Ukrajině ano!

Nejpodivnější sváteční tradice Ukrajiny? Nic pro arachnofobiky! Stromček, který bychom běžně zdobili pozlátkem a hvězdami, na Ukrajině zdobí přirozenou nápodobou pavučin, které se třpytí rosou. Tradice sahá k legendě o chudé vdově, která si nemohla dovolit ozdobit strom pro své děti. Pavouci soucítili s rodinnou situací a po celém stromě začali točit krásné pavučiny. Pavučiny jsou v ukrajinské kultuře považovány za symbol štěstí.



Norské ukrývání úklidových prostředků před zlými čarodějnicemi

Podle norského folklóru je Štědrý den dnem, kdy se zlomyslní duchové a čarodějnice vypravují dělat neplechu do nebe. Protože čarodějnice často používají jako preferovaný způsob dopravy košťata, je pro norské rodiny tradicí skrývat veškeré úklidové prostředky připojené k tyčím tam, kde je čarodějnice nebudou moct najít.



Švédsko

Vánoční svátky zde začínají 13. prosince – oslavou dne sv. Lucie. V tento den se koná průvod za doprovodu zpěvu koled. V čele jde vybraná dívka s korunou a svíčkami na hlavě, která je oblečena do dlouhé bílé košile s rudou stuhou. Na štědrovečerní tabuli nesmí chybět sušená treska s bílou omáčkou a kořeněný chléb s hřebíčky a zázvorem, kterému se říká *Vörtbröt*. Dárky tu po večeři naděluje dědeček *Jultomten* s pomocí skřítků *Julnissarö*.



Finsko

Na Štědrý den se ke snídani podává rýžový nákyp, ve kterém je zapečená mandle. Kdo ji najde, bude mít podle pověsti v následujícím roce svatbu. Večer se rodina sejde u bohatě prostřeného stolu, kde nechybí zeleninový salát a vánoční šunka. Hodným dětem nosí dárky *Joulu Pukki*. Toho doprovázejí vánoční skřítki, kteří odnášejí všechny zlobivé děti do ledového

království. Svátky ve Finsku probíhají v uvolněnější atmosféře, než je u nás zvykem. Dokonce je téměř povinností dojít si odpočinout do finské sauny.



Řecko

Vánoční stromeček zdobí Řekové teprve několik desetiletí, v minulosti totiž v přímořských oblastech zdobili hlavně lodě. Na Vánoce se zpravidla připravuje vepřové maso, klobásy nebo závitky plněné mletým masem. Celou atmosféru podtrhují malí koledníci, kteří brázdí ulice s melodickými skladbami a trianglem. Dárky naděluje dětem *Svatý Mikuláš* do jejich postelí.



Dominikánská republika

V této exotické destinaci se kromě latinskoamerických melodií setkáte i s neobvyklým vánočním zvykem Angelitos – Andílci. Dodržuje se obvykle mezi přáteli, ve škole nebo ve firmách. Jména lidí se napíše na papírky, zamíchají se a každý si vylosuje osobu, které bude každý adventní týden tajně nadělovat dárky. Kdo byl jejich andílkem, se dozví až na konci svátků.



Rusko

Pravoslavné Vánoce jsou v Rusku kombinací lidových zvyků, rituálů, koled a pohanských pověr. Koledníci obcházejí domy a zpívají písně, kterými do domu přinášejí štěstí a hojnost. V dřívějších dobách dostávaly děti dárečky pod polštář, dnes se však již tradičně schází celá rodina u ozdobeného stromečku, kde společně rozbalují dárky a zpívají koledy. Podle tradice by mělo být na vánoční tabuli celkem dvanáct postních jídel, které jsou bez masa. Rozhodně nikdy nesmí chybět *kuťja* nebo *syř*, což je vánoční varianta pšeničné kaše vařené s medem, mákem a ořechy, a *vzvar*. Tradičním jídlem je pak také nákyp z pšeničných zrn s mandlemi, rozinkami, mákem, švestkami a cukrem. Jako sladký zákusek se nejčastěji podává medový perník. Právě hodování pak začíná od 7. ledna, kdy se všechny rodiny vzájemně navštěvují a podává se husa nebo kachna. Ruské Vánoce jsou plné lásky, klidu a pohody.

Tak co na to říkáte? Slavit Vánoce u moře asi není špatné, ale mně by pobyt v teplých krajích ve vánočním období připadal zvláštní. V severských zemích je zase moc velká zima. A toho sněhu! Kdo by ho pořád vymetal? Tak jsem nakonec usoudila, že doma je doma, a tak to také zůstane. ☺

Pověry, tradice a zvyky v Čechách

Nyní se ještě vrátíme do českých luhů a hájů. Jelikož jsou i naše svátky spojeny s různými pověrami a zvyky, pojďme si některé z nich připomenout.



Večer před Štědrým dnem si položte k posteli ořech. Po probuzení ho rozlouskněte a snězte. Po celý rok by vám měly dát pokoj blechy, štěnice.
Dnes už možná i komáři a klíšťata.

Kdo si pod štědrovečerním stolem bos šlápne na sekeru, toho nebudou bolet nohy a celý rok zůstane zdrav.

Řetězem ovázaná noha stolu ochraňuje rodinu před zlými duchy.

Podle tradice mělo být na štědrovečerním stole devatero pokrmů.

Sníš-li při štědrovečerní večeři kousek okoralého chleba, bude tě držet štěstí.

Kdo nosí u sebe tři šupiny ze štědrovečerního kapra, toho se drží peníze.

Na ubrusu záleží! Plachta pokrývající stůl měla magickou moc. Na jaře z ní hospodář rozséval obilí, aby bylo pěkné a nebylo potlučené od krup.

Rozlité víno znamená do roka křtiny.

Pro hojnou úrodu bylo třeba sníst nejprve lžici hrachu. Jestli tedy nejíte rybí polévku, zkuste hrachovku.

Někde vařili polévku s dlouhými nudlemi, aby mělo žito dlouhé klasy.

Večeře se začínala a končila modlitbou, ve které se vzpomínalo na zemřelé členy rodiny.

Česnek a med pojišťují zdraví, hrách dodává sílu.

Hospodyně by neměla vstávat od stolu, jinak jí nebudou sedět slepice na vejcích.
Může prostřít a nandat, ale pak už obsluhují ostatní.

Zbytky jídla byly zakopány do země, aby byla úrodná.

Když hospodyně připálí vánočku, bude o Vánocích stonat.

Při štědrovečerní večeři přivolávají pokrmů z čocky a jáhel bohatství.

Čerpáno z internetových stránek stips.cz, vanoce.chytrazena.cz.

Mgr. Petra Linhartová, vedoucí sociálního oddělení



Zapomenutá legenda o vzniku sněhu

Jak vzniká sníh? V článku z roku 1925 pro Vás máme dávnou legendu o jeho vzniku, kterou jistě neznáte. K tomu navíc velké množství lidových pranostik, které předpovídají sníh na Vánoce. Myslíte, že budou platit i letošní zimu?

Sněží... se zimou přichází sníh.

O původu sněhu vypravuje lid v některých krajinách takto:

„Kdysi utekl prý žid z pekla s peřinou a přišel do nebe. Když přeskočil plot, který se táhne kolem rajske zahrady, spatřil ho svatý Petr, chytil jej a roztrhl mu peřinu, ze které se chumelí a chumelí sníh.“

Jinde představují si sníh jako bílého koně v oblacích, jehož srst na zemi lítá. A ježto sníh přichází nejčastěji v měsíci listopadu, lid určil si jezdcem na bílém tom koni sv. Martina, jehož památka spadá v prvé dni listopadové. Dosavad se říká: *„Svatý Martin přijede na bílém koni a zabílí celý svět.“*

Český lid očekával od nepaměti svatého Martina na bílém koni a padal-li sníh v den památce jeho zasvěcení, říkával: *„Svatý Martin přijel na bílém koni (na brůně). Nepřijde-li sníh dříve, jistě přijede Martin na brůně,“* jak pranostika potvrzuje.

„Nepřijde-li sníh na vše svaté v noci, přijde na Martina s celou mocí.“

Zahajoval tudíž svatý Martin období zimní. Pranostika lidová dokládá:



„Přijde-li svatý Martin na bílém koni, metelice za metelici se honí.“ Země pokrývá se bílým hávem, neboť *„Přišel k nám bílý kůň, zalehl nám celý dvůr.“*

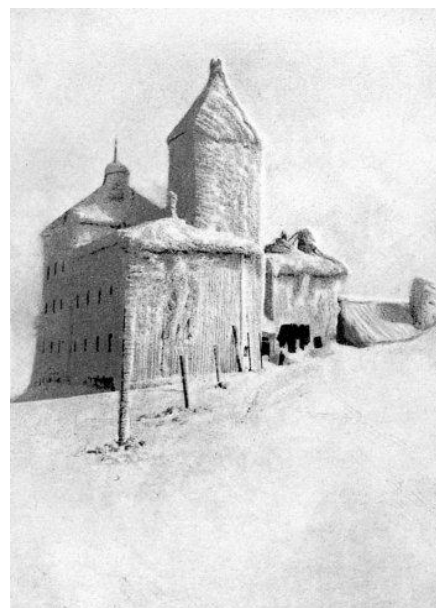
A *„Cikán prý raději okuje Jiřímu koně zadarmo, než Martinu za peníze“,* což znamená, že milejší mu den svatého

Jiří než den svatého Martina.

Dobře tudíž radí přísloví: *„Na svatého Martina drž se, synku, komína.“*

Počasí a zjevy v den svatého Martina byly starým hospodářům pro příští zimu význačnými. Zejména soudili v ten den podle kobyly martinské husy na sníh a říkali: *„Je-li kobylna martinské husy hnědá, bude prý málo sněhu, je-li však bílá, bude hodně sněhu.“*

Někdy však přichází sníh také dříve. I toužili mnohdy staří hospodáři vědět, jak brzy přijde sníh, jak mnoho ho napadne i jak dlouho potrvá. V Čechách o svatém Jakubovi (25. července) hledávali na oblaka a bylo-li mnoho



Krkonošský hotel Sněžných jam

beránků, říkali, že bude mnoho sněhu v zimě.

Někde, když se v den svatého Jakuba bílé mraky na nebi objevovaly, říkal lid: „*Sníh kvete pro blízkou zimu.*“ A jinde: „*Je-li na svatého Jakuba mnoho mračen, spousty sněhu toho roku napadnou; je-li celý den jasno, bude zima beze sněhu.*“

Pověra dí: „*Roste-li v létě hodně hřibů nebo vůbec hub, bude prý v zimě hodně sněhu.*“ V Krkonoších říkají: „*Mnoho lišek (= hub) v létě, mnoho sněhu v zimě. Když houby brzy růsti přestanou, nezůstane sníh ležeti dlouho; naproti tomu, rostou-li houby dlouho, bude dlouho sněživo.*“

„*Je-li horko v srpnu za prvních dnů, bude dlouho bílo za zimních dnů.*“

„*Srpen-li z počátku hřeje, zima se pak sněhem skvěje.*“

Často přichází sníh již na počátku podzimu; odtud přísloví: „*Podzim na strakaté kobyle jezdí*“. Padá-li první sníh do bláta, bude nestálá zima. Pořekadlo dí: „*První sníh v blátě, zima ve ztrátě.*“

V říjnu dosti často již sněžívá a pověra dí: „*Kolikátý den v říjnu první sníh napadne, tolikráté prý bude za zimu sněžit,*“ nebo podle jiného verše: „*tolikráté na zimu rozmrzne*“. Padne-li první sníh na zelený list, bude jistě dlouho teplo. Podle pranostik „*Sněží-li brzy v říjnu, pak bude měkká zima.*“ Jinde zase: „*Padne-li na podzim sníh na list, padne na list na jaře.*“

Pranostiky tomu chtějí, že na svatého Havla nebo na svatého Lukáše již rádo sněžívá. Když křížový pavouk v říjnu se ukrývá a nevylézá, není daleko do sněhu. Když letí divoké husy na jih, bude za čtrnáct dní sníh. Krákají-li havrani časně zrána nebo slétne-li se v zimě hejno vran na poli, bude co nejdříve padat sníh. Odtud přísloví: „*Vrány nesou sníh.*“

„*Přileť-li straka na strom, bude se chumelit.*“ „*Jde-li Kateřina po sněhu, půjde s Barborou Mikuláš po blátě.*“ Padají-li veliké vločky sněhové, nebude sníh dlouho ležet. *Sníh na svatého Ondřeje (31. 11.) padlý, celých sto dní prý poleží.* Místy věří, že „*padá-li na svatého Mikuláše (6. 12.) sníh, nebude po celý týden sněžit*“. Jinde říkají: „*Sněží-li na svatého Mikuláše, bude o Vánocích bláto.*“



„Bouřky v září zvěstují mnoho sněhu o Vánocích.“ Podle jiné verze ukazují ne mnoho sněhu v únoru a březnu. „Roste-li v létě mnoho žaludů, padne o Vánocích sníh.“ Není-li o Vánocích sněhu, ale mnoho bláta, přijdou sněhy teprve až o Veliké noci. „Zelené Vánoce, bílé Velikonoce.“

Jsou-li Vánoce světlé, napadne ještě mnoho sněhu: „Vánoce v jeteli, letnice ve sněhu.“

Původně vyšlo v: Lidové noviny, 1925, autor Jan V. Krekar.

Na internetové stránce www.bejvavalo.cz pro Vás objevila

Bc. Kateřina Murinová
sociální pracovnice



Fejeton o sněhu: Už zase padá!

Rozdíl mezi člověkem venkovským a městským v zimě je v jejich vztahu ke sněhu. Zatímco obyvatel paneláku po probuzení přistoupí k oknu, položí ruku na horký radiátor a kochá se pohledem na vložky snášející se na kapoty aut zaparkovaných po obou stranách ulice, přistoupí obyvatel chalupy na vsi k oknu, položí ruku na studený radiátor a při pohledu na vložky snášející se na bílý dvůr pocítí svaly zmožené od včerejšího odhazování sněhu.

Člověk městský se oblékne, sjede výtahem dolů a s uspokojením zkonstatuje chodník prohrnutý technickými službami (v lepším případě, v horším pak na technické služby zanařádá, protože jestli budou vůbec prohrnovat, tak to bude v poledne). Z auta vytáhne smetáček, odmete vrstvu sněhu z čelního a zadního skla, ti pilnější pak i ze střechy a kapoty, nastartuje a odjede po relativně uklizených ulicích do práce.

Člověku venkovskému studený radiátor připomene, že musí zatopit, pokud neodchází hned ráno do práce. Je nucen uchopit hrablo a prohrnout si alespoň cestu z garáže k vratům, což samozřejmě trvá o poznání déle, než odmetení sněhu z venku parkujícího auta. A zatímco hlavní starostí městského člověka po příjezdu z práce je hledání volného místa na zaparkování svého vozu, venkovan tohle neřeší. Pokud za dobu strávenou v pracovním procesu nepřípadl další sníh, zacouvá ráno uhrabanou cestičkou do garáže. V případě další várky bílé nadílky musí udělat nejprve totéž, co ráno – vyházet sníh z cesty od vrat ke garáži, uklidit auto a pak už si může pořadí dalších činností vybrat. Logika velí nejprve zatopit, čili vybrat včerejší popel, hrablem prohrnout cestu k popelnici, vysypat popel, připravit dřevo na podpal, zapálit, po důkladném rozhoření nasypat uhlí a pro dnešek je o teplo postaráno.

Další činností pak je úklid dvora. Není dost dobře možné sníh na dvoře ujezdit nebo ušlapat a proti uklouznutí jej pak posypat popelem, tak se chovají pouze barbari, přistěhovavší se na ves v pozdním věku svého života. Našinec vybere sníh pěkně na povrch dvora, ať už jej tvoří zámková dlažba, zatravnovací tvárnice anebo jiný materiál.

Po dokončení úklidových prací je v chalupě krásně teplo, což člověk venkovský, ve své podstatě spořivý, neboť palivo musí nejen zaplatit, ale také složit (uhlí), koupit, nařezat a složit (dřevo), kvituje jako zbytečnost, protože jej zahřála práce na čerstvém vzduchu. A teprve nyní může usednout k televizním zprávám a při pohledu na různé stroje na uklízení napadaného sněhu jenom smutně pokývat hlavou. Něco takového by se mi taky hodilo...

Zimní víkend očekává obyvatel města s obavami – jestlipak sníh na horách vydrží, abych si mohl pěkně zalyžovat, zatímco obyvatel vesnice s nadějí sleduje předpověď počasí, kdy už konečně začnou ohlašovat teploty nad nulou a konec té nekonečné zimy. A taky s obavami přemýšlí, jak rychle sníh roztaje a kam odeče voda... Ale to už je o něčem jiném.

A když se oba lidé náhodou potkají a pohovoří o zimě, nestačí se ten z města divit. „Taková to byla krásná zima a tobě se nelíbila?“ „Inu nelíbila,“ odpoví ten z venkova, „ale v létě, až tobě v paneláku ani průvan neochladí rozpálený beton domu, chodníků a ulic, budeme u nás na venkově užívat si chládku starých chalup a stínu košatých stromů“. A oba budou mít pravdu.

Veselé čtení na portálu i60.cz objevila a nám zprostředkovala

*Gabriela Ilková
staniční sestra oddělení L1*

Vzpomínka na Štědrý večer s Bertíkem a Čertíkem

Náš Štědrý večer začíná příjezdem dcery s rodinou, do které ještě patří velký pes – boxer Bertík – a krásný černobílý kocour Čertík. Po hlavních přípravách na večeři odcházíme na náměstí, kde bývá každoroční setkávání u vánočního stromu. K doplnění sváteční atmosféry přichází několik muzikantů z místní kapely a po 16. hodině vystupují na věž kostela sv. Bartoloměje a vyhrávají do čtyř světových stran naše české vánoční koledy a vítr dál odnáší vánoční pozdravy do okolí města. V té době se přesunuje na náměstí dav lidí na tu stranu, kde se hraje – je to zábavná podívaná. Pomalu se rozcházíme, známým ještě přání hezkých Vánoc, zdraví do nového roku a do dalšího setkání. Doma dolaďujeme štědrovečerní večeři, která bývá zakončena rozkrajováním jablíček. Děti netrpělivě čekají, jestli Ježíšek splní – nesplní. Ježíšek se nezapomněl zastavit, oznámil na chodbě zazvoněním, že nadělování může začít. Nejdříve u dětí. Bertík je ale nervózní, čekat se mu nechce, najednou popadne jeden z té kupy dárků a míří radostně ke svému pelíšku – ale nedošel. Ostré pronikavé zvonění ho strašně vyděsilo, začal pobíhat sem tam, dárek zůstal na zemi a Bertík našel klidné útočiště pod stolkem. My se také lekli, takové hlasité zvonění známe z ranního buzení. Jen pachatel se usmíval. ☺ Dárek, což byl velký červený budík, natočil na zvonění – jeho záměr se podařil. Budík to přežil, šlape dodnes bezporuchově a přesně odměřuje svůj čas.



Rozdávání dárků končí, děkujeme Ježíškovi. Nastává pohodový večer, kdy televize vysílá pohádky. Děti ještě prohlíží dárky. Bertík se uklidnil, i ochutnal mlsoty, které dostal, a na svém místě kouše velkou umělou kost. Kocour Čertík na zemi postrkuje a vyhazuje dvě myšky, které jsou od živých k nerozeznání. Nám zůstává ještě kupa hezkých papírů z dárků, které je škoda vyhodit. A na tu malou příhodu každé Vánoce vzpomínáme. Jen zvířata snad dovedou vždy pobavit...

Vzpomínala klientka z oddělení LO

Vánoční vtípky pro usmání

Dvě ženy se baví nad kávou: „Včera jsem vzala muže na vánoční trhy,“ nadhodí jedna. Druhou to zaujme: „Nepovídej, a chtěl ho někdo koupit?“

Jeden kapr se zamyšleně zeptá druhého: „Ty, věříš v život po Vánocích?“



Nevím proč tak uklízíš? Ježíšek se přece narodil ve chlévě...

Dvě blondýny bloudí lesem a hledají nějaký hezký vánoční stromeček. Po hodinách mrznutí a odhánění vlků jedna blondýna našťavaně zasekne sekeru do nejbližšího smrku a prohlásí: „Tak, a dost. Bereme příští stromek, který bude mít tu správnou výšku, a kašlu na to, jestli bude ozdobený, nebo ne!“



Tchýně slíbila, že půjde domů po rozbalení dárků, tak jsme je rozbalili hned po snídani.

Vlčák se dívá na vánočně vyzdobenou jedličku v obýváku a zasněně si povzdechne: „Můj pán je jednoduše nejlepší. Který pes může říct, že má doma záchod, a ještě s elektrickým osvětlením?“

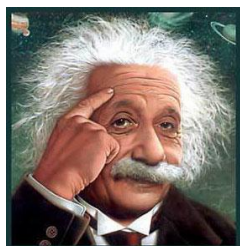
„Šéfe, mohl bych zítra dostat volno? Žena potřebuje doma pomoci s vánočním úklidem,“ ptá se Rudolf v práci. „To ses zbláznil, Rudo? Víš, jak jsme na tom před Vánoci. Kvůli takové pitomosti ti volno dát nemůžu!“ „Díky, šéfe,“ uleví se Rudovi, „já věděl, že je na tebe spolehnutí!“

Kubík se ptá celý nadšený pod vánočním stromečkem svých rodičů: „Tohle všechno mi přinesl Ježíšek?“ „Ano, Kubičku.“ Na to si dá Kubík ruce v bok a načureně se zeptá: „A co jste mi teda koupili vy?“



To je pro tebe miláčku...

Zdroj: <https://mirekvostry.cz/node/vtipy-na-zimni-obdobi>
<https://vtipe-vylez.cz/>



Koutek trénování paměti

Přečtěte si následující text a odpovězte na otázky níže:

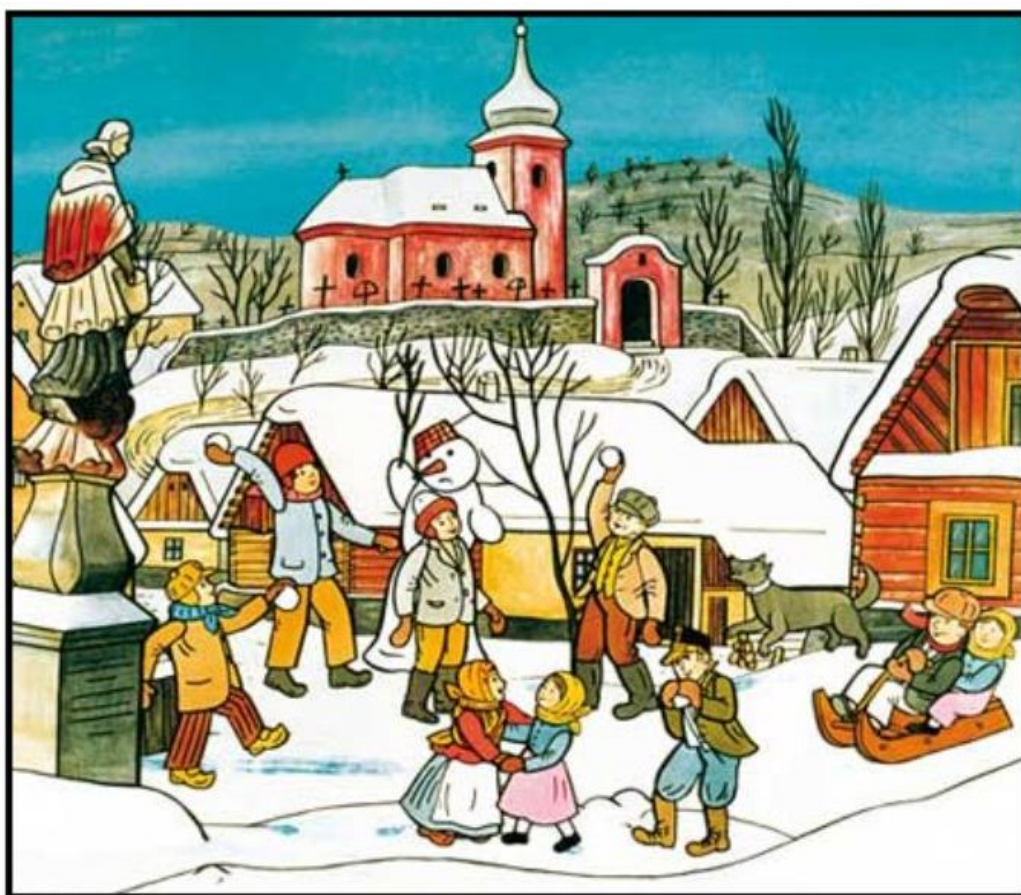
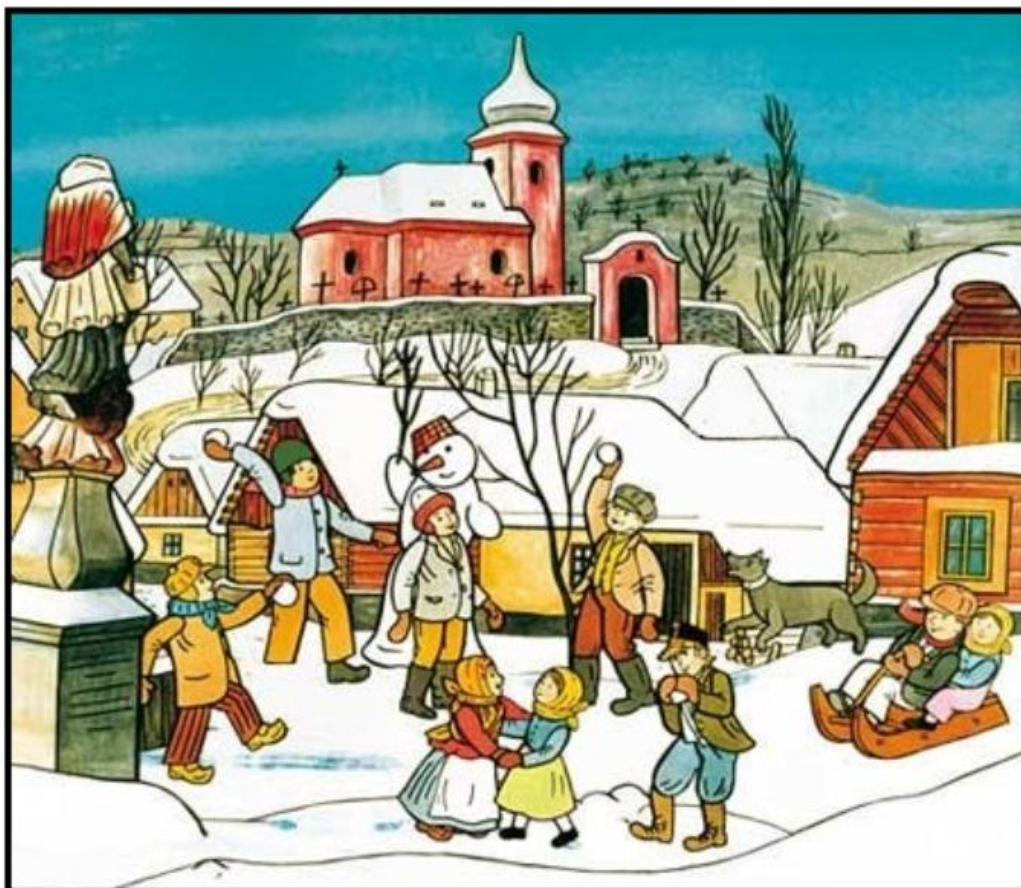
V sobotu ráno u nás před domem zastavilo auto a z něho vystoupila teta Lada. Dělá to tak pravidelně 15. července, v den, kdy má můj tatínek narozeniny. Letos je mu již 63 let. Tento den se pokaždé sjede celá rodina. Babička Míla a babička Věra, dědové František a Hugo, sestřenice Otýlie se strýcem Štěpánem, maminka, sestra Bětko a já. Babička Míla přinesla svou specialitu – kremrole s vanilkovým krémem.

- Který den v týdnu přijela teta?.....
- O jaké konkrétní datum se jednalo?.....
- Jak se teta jmenovala?.....
- Proč přijela?.....
- Čím přijela?.....
- Kolik je tatínkovi letos?.....
- Kdo další přijel na oslavu?.....
- Jak se jmenovali babičky a jak dědové?.....
- Jak se jmenovala sestřenice a strýc?.....
- Jak se jmenovala moje sestra?.....
- Jakou specialitu přinesla babička?.....

Zdroj: Dobrá myslivna, Veronika Nešporová

Správné odpovědi naleznete v textu nebo na straně 34.

Najděte 10 rozdílů mezi obrázky



Zdroj: <https://kvizy.qizy.cz/obrazove/najdi-10-rozdilu/>

1. v sobotu, 2. 15. července, 3. Lada, 4. na oslavu narození mého tatínka, 5. autem, 6. 63, 7. babičky, dědové, sestřenice, strýc, 8. babičky – Míla a Věra, dědové – František a Hugo, 9. sestřenice Otýlie, strýc Štěpán, 10. Bětka, 11. kremrole s vanilkovým krémem



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. Jozka František	15. 1. 1949
p. Votava Stanislav	21. 1. 1942
pí Školoudová Růžena	23. 1. 1930
p. Šimek Ladislav	25. 1. 1952

pí Tlustá Marie	5. 2. 1936
pí Zelenková Jana	5. 2. 1943
pí Danielová Ludmila	6. 2. 1932
pí Moškaničová Bohumila	6. 2. 1948
pí Korečková Ludmila	9. 2. 1931
pí Vaisová Věra	9. 2. 1942
pí Ryšavá Eliška	11. 2. 1934
pí Sekerková Marie	12. 2. 1928
p. Synek Jan	13. 2. 1942
pí Šedová Jaroslava	14. 2. 1930
p. Šulc Vladimír	16. 2. 1939
pí Nováková Jana	19. 2. 1943
pí Rousková Jaroslava	19. 2. 1933

pí Rošková Julie	24. 2. 1930
pí Beranová Ludmila	25. 2. 1933
pí Hrušová Jana	25. 2. 1942
pí Málková Pavlína	26. 2. 1939
pí Hiadlovská Valerie	27. 2. 1933

pí Kožená Vlastimila	1. 3. 1926
pí Těšíková Tatiana	5. 3. 1934
p. Bednář Josef	11. 3. 1939
pí Marvanová Božena	14. 3. 1934
pí Kačová Marta	25. 3. 1950
pí Trsková Anežka	25. 3. 1927
pí Svatoňová Jaroslava	28. 3. 1941

Přejeme všechno nejlepší!



Noví obyvatelé našeho domova

pí Měkotová Emilie	7. 10. 2020
p. Linhart Josef	12. 10. 2020
pí Salavová Hana	12. 11. 2020
pí Kokešová Vladimíra	19. 11. 2020
pí Černická Jolana	17. 12. 2020

Přejeme příjemný pobyt!

S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili

pí Fafková Miroslava 30. 9. 2020

pí Kinclová Blažena 5. 10. 2020

pí Paulová Libuše 19. 10. 2020

pí Jadwischczoková Marie 22. 10. 2020

pí Zimová Blanka 24. 10. 2020

pí Malá Anna 26. 10. 2020

pí Adamírová Marie 28. 10. 2020

pí Paulusová Marie 30. 10. 2020

p. Stýblo Josef 31. 10. 2020

pí Jičínská Hana 31. 10. 2020

pí Fríblová Olga 6. 11. 2020

p. Krejčí Jaromír 9. 11. 2020

p. Vašák Josef 18. 11. 2020

pí Záleská Irena 20. 11. 2020

p. Pitra Jaroslav 20. 11. 2020

pí Doležalová Drahoslava 21. 11. 2020

pí Baránková Edeltrauda 22. 11. 2020

p. Bureš Stanislav 23. 11. 2020

pí Hájková Věra 23. 11. 2020

p. Vlček Jan 26. 11. 2020

p. Starý Miroslav 28. 11. 2020

p. Fuksa Petr 29. 11. 2020

pí Příbylová Hedvika 30. 11. 2020

pí Konečná Marie 30. 11. 2020

pí Málková Anna	3. 12. 2020
pí Gregorová Marie	3. 12. 2020
p. Holub Lubomír	4. 12. 2020
p. Horálek Josef	5. 12. 2020
pí Chaloupková Miroslava	5. 12. 2020
pí Sladká Květa	7. 12. 2020
p. Slavík Vladimír	7. 12. 2020
p. Štros Miloš	8. 12. 2020
p. Švadlenka Ladislav	9. 12. 2020
p. Staněk František	11. 12. 2020
pí Dospělová Irena	12. 12. 2020
pí Škarková Růžena	13. 12. 2020
pí Trojanová Radislava	18. 12. 2020

Čest jejich památce!





V zahradě domova pro seniory (autor fotografie Pavel Hubáč)



Náš domov

4/2020

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 Vitvarová
Jaroslava Rousková
Mgr. Petra Holubová
Mgr. Lenka Kellerová

Šéfredaktorka:

Mgr. Petra Holubová