

# Náš domov

Číslo 2/2023



Autorka obrázku: Mirka Musilová



# Léto 2023



Léto přišlo do kraje,  
louka plná květů je.  
Všechno kvete, všechno zraje,  
na louce si čmelák hraje.  
Bručí, bzučí, poletuje,  
přitom volá: „léto tu je.“



autor obrázku: Josef Lada, zdroj: Rodinný kalendář, l.p. 1941

Zdroj:

[https://m.facebook.com/story.php?story\\_fbid=pfbid0pvML5YWgs5iL3hSoqww9JhxoEqBdDPkxBVY5Fa32jdqxt8CTJpoiLzwUXHMSSTmKl&id=100044259197845](https://m.facebook.com/story.php?story_fbid=pfbid0pvML5YWgs5iL3hSoqww9JhxoEqBdDPkxBVY5Fa32jdqxt8CTJpoiLzwUXHMSSTmKl&id=100044259197845)

## Co v tomto čísle najdete

|                                                                       |    |
|-----------------------------------------------------------------------|----|
| Léto přišlo do kraje .....                                            | 2  |
| Pozvánka na společné setkání .....                                    | 4  |
| Úprava dokumentů domova .....                                         | 5  |
| Stáže pokračují .... ..                                               | 8  |
| Zvelebování prostor domova .....                                      | 9  |
| Jak se Vám žije v našem domově?.....                                  | 14 |
| Oslava 106 let.....                                                   | 17 |
| Letní sen .....                                                       | 19 |
| Jahody.....                                                           | 20 |
| Výlet do Častolovic .....                                             | 21 |
| Závody hasičů.....                                                    | 23 |
| Májové koulení.....                                                   | 24 |
| Koutek trénování paměti .....                                         | 25 |
| Kdo je kdo v našem domově? .....                                      | 27 |
| Přehled akcí konaných v našem domově ve 2. čtvrtletí 2023.....        | 36 |
| Správné řešení úkolů z Koutku trénování paměti ze stran 25 - 26 ..... | 38 |
| Svoje narozeniny budou slavit .....                                   | 39 |
| Noví obyvatelé našeho domova .....                                    | 40 |
| S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili.....                     | 40 |



# POZVÁNKA

na společné setkání

Domova pro seniory Heřmanův Městec, U Bažantnice 63

s

*rodinnými příslušníky, příbuznými a známými klientů domova.*

Setkání se uskuteční v sobotu **2. 9. 2023 od 13:00 hodin**  
v zahradě domova.

## **Program:**

**V rámci setkání se můžete těšit na pěvecké vystoupení souboru Heřmánek, hudební vystoupení cimbálky Kobylka z Pardubic, k občerstvení pro Vás budou připraveny opékané špekáčky a klobásy a sladký zákusek.**

Těšit se na Vás bude kolektiv zaměstnanců  
Domova pro seniory Heřmanův Městec.

V Heřmanově Městci dne 26. 6. 2023

Z organizačních důvodů Vás žádáme o potvrzení účasti a počtu návštěvníků (do 25. 8. 2023).

Svoji účast potvrďte na tel. čísle **469 660 268** nebo **774 710 576**,  
popř. e-mailem na adrese **socialni@dshm.cz** nebo při návštěvě **na recepci**.

Z této akce budou pořizovány záznamy.



## Úprava dokumentů domova

Od 1. června 2023 dochází k úpravám dokumentace Domova pro seniory Heřmanův Městec, které se týkají Domácího řádu a Veřejného závazku. Oba dokumenty byly aktualizovány z důvodu změny názvu webových stránek, mailových adres a zapracování dodatků pro lepší přehlednost. Dalším důvodem byla změna věkové hranice pro přijímání klientů, která byla snížena na 60 let věku.

Domácí řád včetně příloh je k dispozici na nástěnkách oddělení a také na všech pokojích. Veřejný závazek naleznete také na nástěnkách oddělení. Oba dokumenty je možné si přečíst i na nových webových stránkách:

**[www.domov-senioru-bazantnice.cz](http://www.domov-senioru-bazantnice.cz)**

Součástí Domácího řádu je příloha Ceny za celodenní stravu, ve které došlo k přepočtu mezi hodnotou potravin a režijními náklady. Celková cena se nemění. Přepočet má vliv pouze na vypočítávání vratek při pobytu klienta mimo domov. Další změnou v oblasti stravování je to, že pokud jsou klienti v domově pro seniory přítomni, odhlašovat stravu si nemohou. Jídlo si mohou odhlásit pouze tehdy, pokud jsou v domově nepřítomni.

Ke dni 30. květnu 2023 byl aktualizován další dokument, a to **Garantovaná nabídka služeb**, která je pro klienty a jejich příbuzné k dispozici na nástěnkách jednotlivých oddělení a na webových stránkách.

Novinka, která vstoupila v platnost 1. června 2023, je zavedení **fakultativních služeb a doplňkové činnosti**.

**Fakultativní služby**, které jsou nabízeny klientům domova, jsou činnostmi poskytovanými nad rámec povinností domova, tudíž jsou zpoplatněné. Cena odpovídá reálným nákladům bez výdělku.

**Doplňková činnost** je služba nabízená širší veřejnosti a zahrnuje některé služby a činnosti jako například půjčování kompenzačních pomůcek, prodej obědů atd.

Ceníky obou služeb naleznete přiloženy níže, dále potom na nástěnkách domova a webových stránkách. Ceník fakultativních služeb je přílohou nového Domácího řádu.

*Mgr. Petra Linhartová  
vedoucí sociálního oddělení*

**CENÍK**  
**FAKULTATIVNÍCH SLUŽEB**  
platný od 1. 6. 2023

| <b>Fakultativní služba</b>                                                                              | <b>Cena</b>                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| Kopírování formát: A4 – černobílý tisk<br>A4 – barevný tisk<br>A3 – černobílý tisk<br>A3 – barevný tisk | 2 Kč<br>3 Kč<br>3,50 Kč<br>5 Kč                 |
| Zapůjčení TV/kalendářní měsíc                                                                           | 200 Kč                                          |
| Označení oděvů + osobních věcí/jednorázově při nástupu do DPS                                           | 500 Kč                                          |
| Nabíjení baterie do skútru/měsíční poplatek                                                             | 180 Kč                                          |
| Revize soukromých elektrospotřebičů/ 1 ks                                                               | 85 Kč                                           |
| Telefonní hovory – pevná linka O2                                                                       | Dle<br>ceníku<br>operátora<br>a délky<br>hovoru |

V Heřmanově Městci dne 15. 5. 2023

PhDr. Eva Kunátová Holečková, MBA  
ředitelka



**CENÍK SLUŽEB**  
**platný od 1. 6. 2023**  
**IČO: 751 23 932**

| Služba                                        | Poznámka                         | Cena                       |
|-----------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------|
| Polední menu                                  | polévka, hlavní chod, džus/šťáva | 110 Kč                     |
| Ubytování ve vile v areálu parku DPS          | Dvoulůžkový pokoj*               | 400 Kč/osoba/noc           |
| Zapůjčení kompenzační pomůcky                 |                                  |                            |
| • Polohovací lůžko mechanické včetně matrace  |                                  | 110 Kč/den<br>800 Kč/měsíc |
| • Mechanický invalidní vozík                  |                                  | 50 Kč/den<br>400 Kč/měsíc  |
| • Chodítko čtyřbodové/čtyřkolové/nízké/vysoké |                                  | 50 Kč/den<br>330 Kč/měsíc  |
| • Toaletní křeslo                             |                                  | 50 Kč/den<br>321 Kč/měsíc  |
| • Toaletní a sprchovací křeslo                |                                  | 50 Kč/den<br>360 Kč/měsíc  |
| Káva v automatu                               |                                  | 15 Kč                      |

\*vybavení pokoje: dvě jednolůžkové postele, šatní skříň, noční stolek, židle, stůl, WC a sprchový kout, ručník. Samostatný vstup. Vila se nachází v areálu parku DPS, přibližně 20 m od budovy DPS. Cena zahrnuje spotřebu elektrické energie, vodu, úklid, ložní prádlo.

V Heřmanově Městci dne 15. 5. 2023

PhDr. Eva Kunátová Holečková, MBA  
ředitelka

Připomínáme klientům a jejich rodinným příslušníkům

nové webové stránky našeho Domova

**[www.domov-senioru-bazantnice.cz](http://www.domov-senioru-bazantnice.cz)**

Na těchto stránkách v sekci Kontakty také najdete kontakty  
na personál našeho domova a nové e-mailové adresy.

### **Stáže pokračují....**

V minulém článku jsem slíbila, že Vám přiblížím poznatky ze stáží na jiných pracovištích sociálních služeb.

Ve všech zařízeních se starají o klienty, kteří potřebují dvacetičtyř hodinovou péči. Každý domov má své postupy práce při vykonávání péče, zvyklosti a celkový individuální ráz.

Z *Lanškrouna* si naše stážistky přivezly poznatek, že vyprané a vyžehlené prádlo vozí roztríděné na oddělení pracovnice prádelny. Tím ušetří čas pracovnícím v přímé péči, které se pak mohou věnovat více samotným klientům. Naše paní ředitelka je žena činu a do týdne se začalo vozit prádlo z prádelny i u nás.

Velkým bonusem *Lanškrouna* je kuchyň s nápaditou vedoucí paní kuchařkou, je to moderní zařízení, má prostorné terasy a zákoutí.

V *Hlinsku* jsme strávili nejvíce času. Mají jiný harmonogram práce i podávání oběda – nejprve chodí zaměstnanci, poté až klienti. V tomto celkem novém domově mají výhodu, že jsou velké prostorné koupelny, chodby, kuchyň i knihovna. Součástí kaple je i zpovědnice. Na 80 klientů je 8 aktivizačních pracovníků.

Samozřejmě se ukázaly i negativa – pracovnice přímé péče slouží pokaždé na jiném oddělení, což si tady neumíme představit. Myslíme si, že navázání bližších individuálních vztahů mezi pracovníky a klienty na

jednotlivých odděleních, kdy službu konající personál zná obyvatele svého oddělení dlouhodobě, vnímá jejich potřeby, ale třeba i životní příběh, je pro naše klienty jedinečným přínosem.

Každopádně za možnost porovnání naší služby, poznání jednání zaměstnanců jinde, zhlédnutí zázemí pro práci a nahlédnutí na další aspekty v jiných pobytových sociálních službách jsme vděční. Stáž má pro naše pracovníky velký přínos, jsou rádi za tuto zkušenost.



*Alena Vitvarová  
vedoucí přímé péče*

V Hlinsku mají jednoho kočičího  
mazlíčka 😊

## **Zvelebování prostor domova**

Od jarního vydání časopisu *Náš domov* došlo k dokončení některých avizovaných akcí a byly zahájeny další práce směřující ke zvelebení vnitřních i vnějších prostor domova.

- 1) Na třech místech domova byly instalovány plechové sestavy určené na tříděný odpad. Každý box je označen barevně – takže modře označený je určen na papír, zeleně označený na sklo, žlutě označený na plast a hnědě označený na komunální odpad.





- 2) V kavárně na oddělení D3 vedle kulturní místnosti byla odstraněna léta nepoužívaná vzduchotechnika, čímž zde vznikl krásný prostor pro setkávání, posezení klientů s rodinnými příslušníky apod.



- 3) Byly dokončeny práce na vybudování bezbariérových WC na odděleních L0, L1 a D3.
- 4) Byla dokončena rekonstrukce a zvětšen prostor na pokoji č. 522 na oddělení D3.



- 5) Z kuřárny na oddělení L2 byla vybudována místnost určená k cvičení, relaxaci a posezení.







6) Byla opravena část parkoviště u kotelny v místech, kde stál dříve komín.



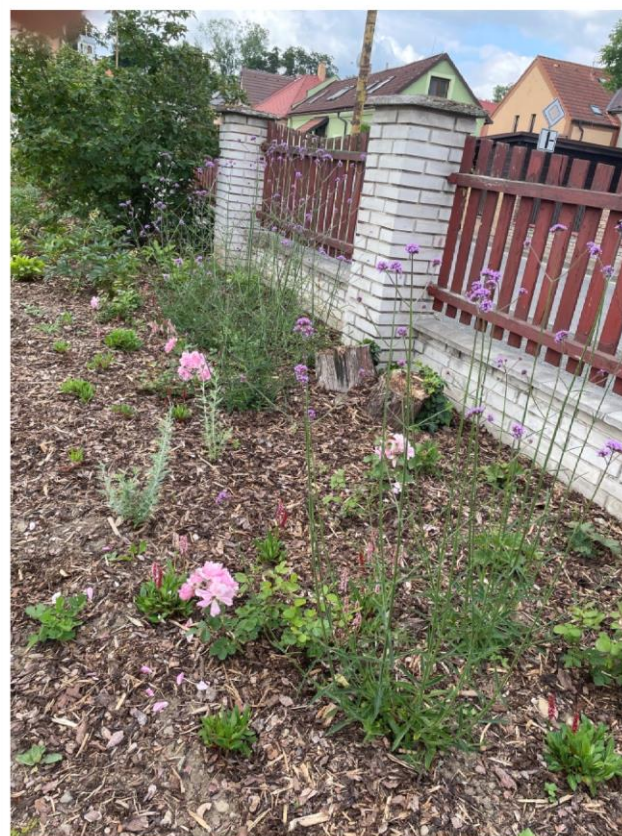


- 7) Na oddělení D4 byla provedena injektaž zdiva pokojů, kde vzlíná vlhkost. Navrtné prostory byly vyplněny speciální hmotou, která by tuto vlhkost měla pohltit. Teprve čas ukáže, zda tento zásah bude dostačující.
- 8) Na žádost pracovníků domova byl přístřešek na kola před hlavním vchodem domova rozšířen o další uzamykatelný box.



- 9) Nadále pokračují práce na instalaci elektrické požární signalizace.
- 10) Mnozí z Vás, hlavně návštěvníci spojovací chodby, si také jistě všimli, že změny probíhají také v prostorech mezi oddělením B a hlavní budovou. Všechny kroky směřují k tomu, abyste tento prostor mohli využívat Vy, naši klienti, a Vaši rodinní příslušníci. Byly vykáceny tůje a proběhla výsadba nových dřevin a rostlin u plotu a terasy oddělení L0. Již nyní můžete využít laviček u oddělení B.





*Ing. Petr Mazura  
vedoucí provozního úseku*

## **Jak se Vám žije v našem domově?**

V jarních měsících, v průběhu dubna a května 2023, proběhlo v našem domově dotazníkové šetření spokojenosti klientů, do kterého se zapojilo 60 obyvatel domova. Všem, kteří jste se dotazníkem zabývali, vyplnili a vyplněný vrátili, děkuji za cennou zpětnou vazbu. Ráda bych Vás touto cestou informovala o tom, co jsme se prostřednictvím dotazníků od Vás dozvěděli, zda jste či nejste spokojeni s kvalitou poskytovaných služeb.



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

### ***Oblast poskytované péče.***

S poskytováním péče, vystupováním a chováním personálu jste vyjádřili spokojenost. Nespokojenost s přístupem personálu se objevila dvakrát. Jedna připomínka se týkala přístupu paní doktorky a požadavku na zlepšení její péče o pacienty a druhá připomínka upozorňuje na nedostatek času ošetřovatelek na rozhovor s klienty. Při poskytování péče oceňujete zejména ochotu, pečlivost, vlídnost, příjemné a profesionální vystupování a chování personálu včetně úsměvu. Většinou také vnímáte kladně snahu personálu o individuální přístup při poskytování péče. Z dotazníků také vyplynulo, že podpora Vaší soběstačnosti má svůj přínos a smysl, že je pro Vás důležitá nejen podpora samostatnosti při běžných denních činnostech ze strany personálu na oddělení, ale že nemalým dílem k tomu přispívají také pracovnice relaxačního centra, které vám nabízí skupinové cvičení, jízdu na šlapacím kole, nácvik chůze v chodítku a nácvik vstávání u žebřin, individuální cvičení na lůžku, ale i další aktivity. Existují objektivní příčiny, kvůli kterým se nedaří Vaši soběstačnost zlepšit či udržet – často je důvodem zhoršení zdravotního stavu, někdy úraz, a někdy i vlastní lenost.

Většina z Vás uvedla, že nemáte narušen pocit soukromí ani pocit ztráty lidské důstojnosti a cítíte se bezpečně. Oceňujete možnost využití návštěvní místnosti k setkávání se svými blízkými, kde máte dostatečný pocit soukromí. Tři dotazovaní uvedli, že pocit ztráty své lidské důstojnosti zažívají při převlékání, při poskytování hygieny anebo při výměně inkopomůcek.

Většinou se cítíte být dostatečně informováni o dění v domově. Většina z Vás také ví o možnosti stěžovat si a kam se se svou stížností obrátit.

### ***Oblast poskytovaných služeb.***

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

Ubytování je pro Vás velmi důležité a jste s ním spokojeni. Oceňujete zejména ubytování na jednolůžkovém pokoji. Většina z Vás je s úrovní úklidu v Domově spokojena. V oblasti úklidu jste jmenovitě pochválili za pečlivou práci paní Hubáčovou. K úklidu směřovala i jedna výtku, která se týkala ředění a koncentrace úklidových prostředků. S chodem prádelny jste spokojeni. Některým z Vás narušila ztráta věcí, kalhot či polštářku důvěru v systém nakládání s prádlem v domově.



Velkou pozornost jste v dotaznících opět věnovali oblasti stravování. S časem podávaných jídel jste spokojeni. K velikosti porce jste uváděli, že jsou spíše větší, nedostatečnou porci jídla nepocítuje nikdo. Nelze vyhovět všem klientům – někdo má rád tohle, a jiný tamto. Někdo by chtěl méně pomazánek a kaší, polévku ne k večeři, jiný více zeleninových salátů nejen k obědu, ale i k svačině nebo k večeři, někdo by přivítal restovanou zeleninu jako přílohu k masu a někomu chybí syrové krouhané zelí třeba jako příloha anebo pití mléka. Přes všechny výhrady je většina z Vás se stravováním spokojená. Někteří jste připojili i poděkování všem, kteří se o přípravu stravy starají.

### ***Oblast mezilidských vztahů***

Téměř všichni jste s celkovým prostředím domova spokojeni. Někteří se cítíte v domově jako doma a prostředí domova je Vám příjemné. Jiní oceňujete čistotu, hezké prostředí a také bezbariérovost domova. Někteří sledujete aktuální změny ve výzdobě domova a vnímáte je pozitivně. Rádi se účastníte aktivit a kulturních akcí, které se v domově konají – setkávání s dětmi z mateřské školy, vystoupení cimbálovky, bohoslužby v kapli, půjčování knih z knihovny, setkávání v zahradě. Někteří byste přivítali v zahradě více laviček ve stínu. K rozšíření kulturní nabídky by někdo chtěl pozvat harmonikáře Jirku Příhodu s Rudou Novákem, MTO Vladimíra Berana z Klešic a harmonikáře Josefa Pecku z Hošťalovic. A někteří jsou natolik spokojení v domově, že jim nechybí nic.

Co se týká kontaktu a komunikace mezi obyvateli domova, tak zde se potřeby různí. Většinou máte dostatek uspokojivých kontaktů. Ale občas se najde někdo, kdo se cítí osamělý a byl by rád, kdyby ho někdo na pokoji navštívil častěji. Ale někteří o kontakt s druhými nestojí a nemají zájem si povídat.

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

Je potěšující, že většině z Vás se v domově žije dobře a jste spokojení a rádi se do domova vracíte, i když samozřejmě „doma je doma“. Vaše kladná odezva nás těší a zároveň zavazuje, proto neváhejte a nebojte se i příště využít možnost dotazníku k tomu, abyste nám s důvěrou sdělili to, co Vás těší i trápí. Ještě jednou Vám děkuji za povzbudivou zpětnou vazbu a za čas, který jste věnovali dotazníkům, a přeji Vám další spokojené dny prožité v našem domově.

*Bc. Helena Plecháčková*  
*sociální pracovnice*

## Oslava 106 let

V pátek 28. dubna 2023 jsme v našem domově zažili významnou událost. Naše klientka, paní Marie Lizánková, slavila neuvěřitelné sto šesté narozeniny. Dle dostupných informací je paní Marie jistojistě nejstarší žijící ženou v Heřmanově Městci a v rámci Pardubického kraje byla v prosinci 2022 jednou ze dvou nejstarších žen.

Řadu gratulantů kromě personálu domova rozšířila také paní Vendulka Jozífová. Zástupkyně Sokola Pardubice přijela v dobovém sokolském kroji a přišla připomenout oslavenkyni její mládí, kdy dlouhá léta sama jako cvičenka a cvičitelka v Sokole působila.

Byli jsme rádi, že neopakovatelnou atmosféru tohoto okamžiku přišel zdokumentovat i místní fotograf Jan Kočičák Kočí. Přinesl paní Marii jako dárek fotografii z loňské oslavy, kde drží vlastní portrét z mládí, a která získala v nedávné době i ocenění v rámci mezinárodní fotosoutěže Czech Art Photo. Paní Marie poznala na fotografii svoji mladistvou tvář.

Pro oslavenkyni a gratulanty bylo přichystáno pohoštění, dort z dílny místní cukrářky paní Plecháčkové nejen paní Marii moc chutnal.

Přejeme srdečně naší nejstarší obyvatelce, aby se jí v našem domově nadále dobře dařilo. Poděkování za spokojený život paní Marie bezesporu patří staniční sestře a personálu oddělení D3, který se o jubilantku s obětavou péčí stará.

*Mgr. Lenka Kellerová  
sociální pracovnice*







Autor fotografií:

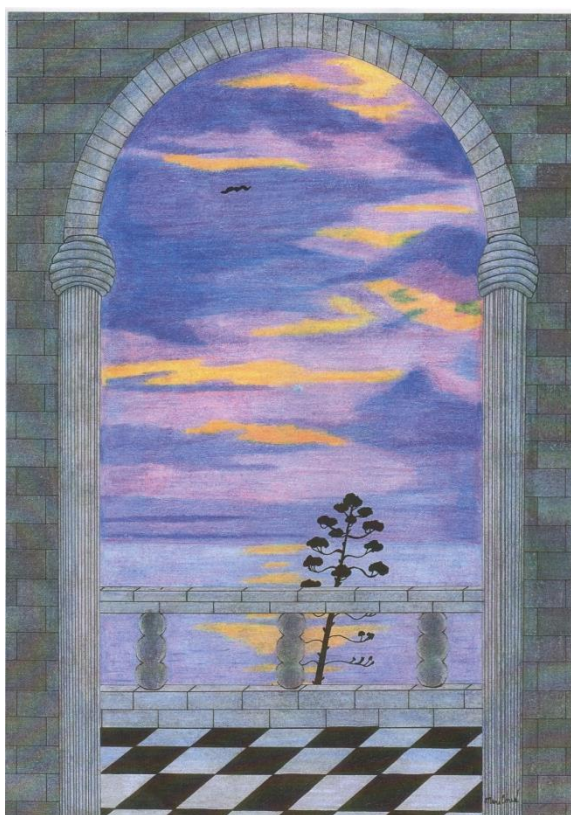
Jan Kočičák Kočí

## Letní sen

Jako mezi hvězdami vesmírných drah,  
po perličkách z listoví rosa stéká,  
z růžence truskavců je brož horoucího léta,  
kalužinka krůpějí vpíjí se v prach.

Na Zemi jak na nebi pohrává si vánek,  
toužebně ohlížející se po kometách i vlasaticích,  
odrážejících se v očích snících  
a k zemi se tiše snáší umořený spánek.

Za třpytu hvězd, těch očí nebe,  
z mísy vesmíru budoucnost vysype  
proroctví k Zemi z hlubiny temné.  
Co komety přinesly a co vezmou sebou,  
zpět do nekonečnosti nesmírné,  
se souhlasem Luny s tváří něžnou.



*Autorkou básně i kresby je naše klientka z oddělení L2,  
paní Mirka Musilová.*



## Jahody

Nejcharakterističtější ovocem začínajícího léta jsou bezesporu jahody. Krásná barva, chuť a vůně. Existuje téměř 3000 odrůd jahodníku, včetně lesních jahůdek. Krom toho, že jsou výborné, jsou také výtečným pomocníkem při střevních potížích. Obsahují totiž katechiny, které působí protizánětlivě, vážou na sebe těžké kovy ve střevech a tím pomáhají proti trávicím obtížím. Jsou bohaté na kyselinu listovou, která je důležitá pro krvetvorbu. Dále na vitamín C a draslík. Jahody obsahují na rozdíl od jiných druhů ovoce malé množství cukru, a naopak velké množství stopového prvku manganu. Ten zasahuje do celého organismu, vyživuje nervy a mozek, podporuje libido a v neposlední řadě podporuje činnost štítné žlázy. Jahody patří mezi nízkokalorické ovoce, jsou velmi přínosné pro ženy v těhotenství. Neměly by tedy chybět na zdravém, dietním jídelníčku. V době, kdy jsou dostupné čerstvé jahody, neváhejte je jíst co nejčastěji a načerpat tak důležité živiny.

Přejeme všem zaměstnancům i klientům krásné léto plné slunce.

*Za kolektiv oddělení L2*

*Ivana Mejstříková*

*staniční sestra*



Informace čerpány z <https://mamci.cz/jahody-lecive-ucinky/>

## Výlet do Častolovic

Náš domov seniorů se 1. června vydal na výlet, a sice do Častolovic, kde jsme navštívili zámek. Moc se nám líbil. Visely tam krásné obrazy, které byly i na stropěch, krásný dětský pokojíček plný hraček, úžasná hodovní síň, kde bylo prostřeno pro víc jak dvacet lidí. Prošli jsme si taky rytířský sál, který je největší v českých zemích. Ze zámku jsme šli do zahrady. Chtěli jsme se jít podívat do ZOO, ale zvířata byla schovaná, protože bylo horko. A tak jsme se radši najedli. Řízek nám chutnal a pomalu jsme se s tím krásným místem loučili a šli na autobus, který už na nás čekal. A tak jsme zase prožili krásný výlet a těšíme se na další.

*Emilie Fidrová  
klientka oddělení B*





Výletní parta se po vyloštění z nízkopodlažního autobusu rozdělila na dvě skupiny, kdy ta kultury chtivá pod vedením paní ředitelky navštívila zámeckou expozici. Druhá skupinka se šla kochat přírodními a zvířecími krásami častolovické minizoo. U pokladny jsme zakoupili pytlíčky s krmivem a pak už obcházel areál s výběhy a voliérami. Zpoza plotu na nás hleděl pštros Emu, lamy, poníci, oslíci, kozy, ovečky a prasátka. Ve voliérách jsme viděli rozmanité druhy papoušků a bažantů, holoubky a perličky. Zajímavou podívanou nám nabídli místní pávi, kteří vzlétali a zase se snášeli z vysokého smrku uprostřed areálu. Na čerstvém vzduchu nám přirozeně vyhládlo, takže jsme si řádně pochutnali na řízkách s chlebem, kterými nás vybavili zaměstnanci naší kuchyně, za což jim vřele děkujeme. Při posezení ve stínu zámeckého nádvoří někteří výletníci ochutnali také kafičko, zmrzlinu či zákusek z místní cukrárny. Do Heřmanova Městce jsme přijeli lehce znaveni, ale v dobrém rozpoložení díky hezkým zážitkům.

*Mgr. Lenka Kellerová  
sociální pracovnice*





## Závody hasičů

V sobotu 20. května 2023 pořádali hasiči z Heřmanova Městce na malém hřišti v Bažantnici závody. Pár klientů z našeho domova se přišlo podívat. Někdo sám, někdo s rodinou a někdo s personálem. Akce byla zdařilá, počasí přálo.

Takové hezké vytržení ze všedních dnů.

*Vanda Běloušková  
pracovnice v soc. službách LO*





## Májové koulení

25. května 2023 jsme se zúčastnili již 17. ročníku Májového koulení, které pořádá sousední domov pro seniory - Zámek. Hned na začátku bych chtěla pochválit perfektní organizaci celé akce, bohaté pohoštění, krásné ceny pro všechny zúčastněné a přátelský přístup zaměstnanců a dobrovolníků ze Zámku.

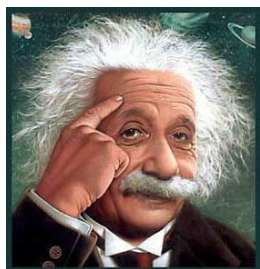
Náš domov reprezentovali paní Bohumila Moškaničová, pan Milan Polínek a pan Václav Havel. Sportovci se poctivě připravovali již pár týdnů dopředu a bylo to na jejich výkonech znát. V prvním kole byli našimi soupeři sportovci z Domova pro seniory Skuteč a ze Sanatoria Topas Seč. Z obou her jsme vyšli jako vítězové, proto nás po obědě čekal boj o medaile. A víte, jakou dobrotu jsme měli k obědu? Uzenou kýtu s chlebem a kyselou okurkou. No, měli jsme co dělat, abychom takovou porci snědli. S plným břichem se sice špatně sportuje, ale i tak odpolední klání s Domovem U Fontány Přelouč a Domovem Nová Slunečnice dopadlo skvěle. Vykouleli jsme si krásné druhé místo. Vyhlášením vítězů zábava nekončila. K tanci a poslechu hrál Harmonikář Tom – pan Tomáš Duspiva.

Krásně strávený den, korunovaný stříbrnou medailí.



*Bc. Ilona Bínová  
sociální  
pracovnice*

## Koutek trénování paměti



Ne všechny letní dny je vzhledem k vysokým teplotám dobré trávit venku. Až takové dny přijdou, vezměte do ruky náš časopis a zkraťte si dlouhou chvíli.

1.

Níže uvedené obrázky se pokuste rozdělit do dvojic tak, jak by k sobě svým významem mohly logicky patřit.





2.

Ke tvarům, uvedenými v horní části listu písmeny abecedy, přiřaďte z dolní části listu tvary k nim odpovídající (označené číslicemi). Odpovědi запиште na volné řádky.



Zdroj: MGR. SUCHÁ, JITKA. *Cvičte si svůj mozek 3. Pracovní karty pro pacienty s kognitivní poruchou.* Gerontologické centrum, Praha 8 – Kobylisy.

Úkoly k potrápení mozkových závitů pro Vás připravila

Bc. Ilona Bínová  
sociální pracovníce

Správné odpovědi hledejte na straně 38.

## Kdo je kdo v našem domově?



**Erika Vrkoslavová** (dříve z Prachovic, nyní bydlí v Heřmanově Městci) je jednou z důležitých osob, které zajišťují, abyste v našem domově netrpěli hladem. Je hezké slyšet, že vaření jí pořád baví, a to nejen v práci. Možná i díky tomu, že si k práci pouští oblíbenou rockovou hudbu.

### **Jak dlouho a v jaké funkci v DPS pracuješ?**

*„Pracuji zde jako kuchařka od roku 2016.“*

### **Jaké byly Tvoje předchozí pracovní zkušenosti?**

*„Po základní škole jsem šla studovat obor elektrotechnik. V osmnácti letech jsem otěhotněla a šla na mateřskou. Pak jsem dělala ve Večerce paní Novákové v Prachovicích, kde byl krám i hospoda. Tam jsem vařila i roznášela pivo. Později jsem měla hospodu v Kraskově. Jezdili sem na turnusy nádražáci, takže se vařilo dost obědů. Jenže pak to tam zrušili a mně ubylo dost zákazníků. Měla jsem pak hospodu, krám a vinárnu s názvem Bučina v Prachovicích. Rodina mi hodně pomáhala. Jezdili ke mně na obědy z cementárny, jenže pak jim to zakázali. V roce 2014 jsem musela zavřít. Byla jsem na úřadu práce a pak se mi ozvala Jana Karelová s nabídkou místa v domově.“*

### **Takže jsi ve vystudovaném oboru nikdy nepracovala?**

*„Ne. Vždycky mě strašně bavilo vaření - sice na to nemám papír, ale mám 24 let praxe. A baví mě to pořád. I teď ještě chodím vypomáhat do místní restaurace U Slunce, jsem ráda mezi lidmi. Ráda dochucuji, vymýšlím, experimentuji. Lidi říkají, že umím dobře uvařit omáčky, třeba svíčkovou, rajskou, guláše. Sama maso už nemůžu vidět, raději si udělám nějaký salát.“*

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

*„Mám radost třeba z toho, když mě pochválí klienti. Nebo když poznají, že jsem to vařila já. Řeknou: "V kuchyni je dnes Erika." Každý kuchař uvaří jedno jídlo nějak jinak. Každý má jinou recepturu, bude nás deset kuchařů a každý udělá třeba svíčkovou jinak, dochutí to podle sebe. Já se to snažím někdy zpestřovat - když mají být po sobě třeba dvě hnědé omáčky, přidám tam smetanu, aby to bylo*



*trochu jiné. Důležité je, aby se to povedlo, aby to chutnalo. Práce v kuchyni je velká zodpovědnost – když by se něco nepovedlo, musíme to zaplatit. “*

*„Když jsem sem nastoupila, tak pro mě bylo neštěstí vaření knedlíků, protože předtím do restaurací, kde jsem vařila, byly knedlíky dováženy. Kolegyně Hanička (pozn. red. Kubištová) mně perfektně zaučila, takže teď už to zvládám všechno, ale začátky tady byly krušný. Neuměla jsem třeba vařit v tolika porcích - v hospodě jsem vařila třeba jen po dvaceti porcích pět druhů jídel. A teď jsem spadla sem, kde se vaří 200 jídel denně. Je někdy těžké odhadnout, kolik čeho dát, aby toho nebylo málo nebo zas hodně. Chvilu trvalo, než jsem se to naučila, a to díky Haně, že mně to všechno naučila a vysvětlila. Také jsem se nově učila s vybavením, které je tady a je to hrozně moc šikovný (pánve, konvektomaty) – nastaví se to a ono se to v tom dělá samo. Taky se nám osvědčil velký tyčový mixér. “*

**Je něco, co by se mohlo změnit, mohlo být jinak, aby se Ti lépe pracovalo?**

*„Například tady taháme těžké kbelíky s bramborama – nejdříve je musíme v něčem uvařit, pak je do něčeho přesypat, kde se to našlehá – bolí nás z toho záda, ruce, ramena. V kuchyni je docela vše dřina, ale nestěžuji si - každá práce něco obnáší. Víím, že ve škole mají kotel, ve kterém se brambory uvaří a zároveň se to v něm i rozšlehá. “*

*„Taky nám dost často v kuchyni vypadávala elektřina. Teď snad díky novým kotlům už to bude dobrý. Máme celkem tři kotle, a když se rozbijí dva a zůstane jen jeden, tak pak se dost těžko uvaří dvě různá jídla. Když se dělají například palačinky či bramboráky, chybí nám ještě jedna velká pánev. Před rekonstrukcí kuchyně jsme mívali dvě a bylo to lepší. “*

*„Byla jsem nedávno na stáži v domově v Hlinsku a tam jsem viděla vakuovačku na maso. Maso se v tom dělá přes noc a je takové šťavnatější a lepší. “*

**Máš nějaké plány či cíle pro další práci?**

*„Nutriční terapeutka nám do jídelníčku vnesla nové recepty, takže to jsou novinky i pro mě. Najdu si recept, jak se to dělá, ale dochutit to musím stejně podle sebe, aby to mělo nějakou chuť, případně tam přidám ještě něco jiného, čím bych to obohatila. “*

**Co ráda děláš ve volném čase? Čím si takzvaně dobíjíš baterky?  
Jak se odreagovááš od práce?**

*„Mám jednoho syna a od něj čtyřletého vnoučka. Syn si koupil baráček ve Skoránově, předělávají ho, tak tam za nimi s mamkou jezdíme. “*

*„Moc ráda sbírám houby. Usuším je a pak z toho vařím. Dávám to pod maso, uvařím nudle s houbami, chlupaté knedlíky s houbami nebo smetanovo-houbovou omáčku, to je taky dobré.“*

*„Jezdíváme s mamkou na Mělice, kde jsme koupily karavan. Je tam pláž, zaplaveme si, u vody je moc hezky. Někdy grilujeme a někdy tam pomáhám v kiosku, který zde má majitelka restaurace U Slunce.“*

*„Někdy vařím i ve volném čase, třeba na svatbu. Na jedné svatbě si mě nevěsta vzala mezi sto hostů, kteří byli přítomni,*



*a řekla: "Tahle kuchařka nám uvařila." To jsem se skoro rozbředla.“*

*„Baterky mi dobíjí hudba. Poslouchám hlavně rock, chodím ráda na koncerty (například kapely Odyssea). Hudbu mám puštěnou pořád. Ráno vstanu a něco si pustím. I tady v kuchyni aspoň rádio, jde mi u toho práce lépe od ruky.“*

*„Chodím ráda do kina a taky se mi líbilo na Travesti show.“*



### **Na pracovních večírcích se ukazuje, že nezkazíš žádnou legraci?**

*„Jo, jo, mám ráda legraci. Teď jsme byly s kolegyněmi z práce na Moravě kousek od Zaječí, chodily jsme na túry a samozřejmě do sklípků, bylo tam veselo. Mám Moravu ráda – lidi jsou tam takoví milí a vstřícní, váží si hostů. Dlouho jsem na dovolené nebyla a tady jsme si to užily. Jsem ráda, že mě holky vzaly s sebou. Prošly jsme se kolem nádrže Nové Mlýny. Cizina už mě nijak neláká, líbí se mi Čechy, máme to tady krásné.“*

### **Co bys přála (vzkázala) našim klientům?**

*„Hlavně zdravíčko, a ať se mají rádi, a ať za nimi dětičky jezdí.“*



*„Občas zajdu mezi klienty, znám tady dvě paní z Prachovic. Zeptám se, jak jim chutnalo, pohladím je. Jedné paní jsem slíbila, že ji vezmu na vozíku ven. Jsem ráda mezi staršími lidmi, starala jsem se pět let sama o babičku.“*

**Co bys přála (vzkázala) našim zaměstnancům?**

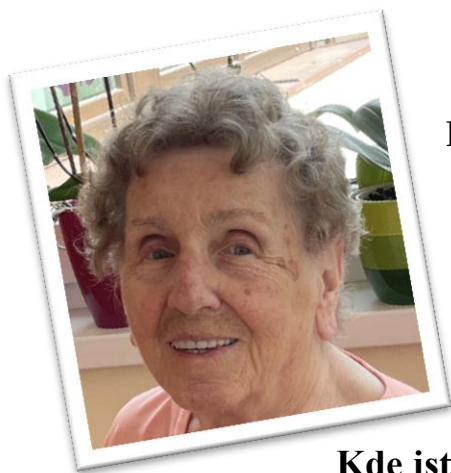
*„Že je mám všechny ráda. Dobře se mi tady pracuje.“*

**Máš nějaké přání?**

*„Abych měla zdravou rodinu. Zdraví je nejpřednější. Měla jsem v poslední době různé zdravotní problémy, byla jsem na operaci s očima. Také se mi pořád opakovaly záněty žil.“*

*„Ještě jsem nebyla na koncertech kapely Harley a Škwor, ty bych ráda viděla naživo.“*

**Děkuji za rozhovor.**



Paní **Eva Dašková** (89 let, z Pardubic) měla život zpestřený tím, že jeho třetinu prožila v emigraci ve Švýcarsku. Zajímavé pro mě bylo dozvědět se, jak vlastně proběhl odchod jejich rodiny z Čech a jak se zvládla se vším novým a neznámým vypořádat.

**Kde jste se narodila a kde jste žila?**

*„Narodila jsem se v Pardubicích. Rodiče měli pronajatý dům v Pardubičkách*

s velkou zahradou. Bylo to tam moc hezký. Měla jsem sestru o tři roky starší, která ve stáří bydlela také tady v domově, jezdili jsme sem za ní. Když mi bylo deset let, rodiče se rozvedli. Táta byl alkoholik, byl agresivní. Druhý den sice klečel a odprošoval, ale co je to platné, když maminku mlátil. Já na něj nevzpomínám dobře. S maminkou jsme se odstěhovali do Sladkovské ulice, kde dostala byt. Bylo to naproti evangelickému kostelu a dneska je v tom domě sex shop. “



sestra Helena Kašparová

klientka domova do roku 2014

### **Kam jste chodila do školy a do práce?**

„Vychodila jsem obecnou školu a pak měšťanku. Chodila jsem pak taky do učňovské školy. Učila jsem se tam psát na psacím stroji. To mi moc nešlo. Že jsem dobře počítala, tak jsem šla do Tesly dělat dílenskou výplatní. Nebylo to vůbec jednoduché. Pracovalo se tam úkolově – muselo se spočítat, jak určitou práci dlouho dělali. A když byli zaměstnanci nemocný, tak se to strhávalo, když šli k doktorovi, tak se to odpočítávalo všechno z platu. Bylo to dost složitý, ale bavilo mě to.“

### **Vyprávěla jste mi, že jste měla v mládí zajímavý koníček?**

„Chodila jsem od malička cvičit do sokola. Když mi bylo patnáct, sháněla jsem, kam bych mohla chodit cvičit blíže k bydlišti. Přišel ke mně jeden pán, jmenoval se pan Kekštejn, a říkal: „Já sháním děvčata a kluky na motocykly.“ Měl asi tři garáže s různými motorkama (Zet 125, na té jsem jezdila já, pak Jawu 250 a další různé velké motorky.) Měl dceru, která na tom ale nechtěla jezdit, tak sháněl jinou mládež. Naučil nás na těch motorkách dělat akrobacii - postavila jsem se na šlapky a zdvihla jsem jednu nohu. Pak jsme jezdili i ve dvojicích. Jezdili jsme předvádět akrobacii po celé republice. Hrozně mě to bavilo.“

### **Nepřišlo Vám to nebezpečné?**

„Když cvičíte a jste mladá, tak Vám to nepřijde. Upadla jsem jen jednou a bylo to naštěstí na trávníku. Učili nás padat na stranu.“

### **S manželem jste se seznámila taky na motorkách?**

„No, vlastně ano. Kamarádka Hana, kterou jsem poznala na motorkách, se vdávala a pozvala mě za družičku. Na svatbě za družbu byl i Milan, do té doby jsem ho neznala. Tak jsme nějak povídali a on se mě





*ptal: „Co děláš?“ A já mu řekla: „Jezdím na motorkách.“ A on říká: „Vždyť já taky!“ On jezdil akrobacii ve skupině. Měla jsem udělané takové krásné album z tohoto období, které jsem dala vnučce, ale ta ho pak bohužel vyhodila.“*

*„S Milanem jsme se přesně na Čarodějnice, 30. dubna v roce 1955 vzali. A krásně jsme se doplňovali. Byl moc hodný. V listopadu se nám narodila dcera Radka. Když jí byl rok, z Tesly mi sehnali jesle, protože potřebovali, abych se vrátila do práce. A v roce 1963 se nám pak narodil syn Milan. Byli jsme spolu krásných devětapadesát let. Pak zemřel, což mi je líto.“*

### **Jak to proběhlo, když jste odcházeli do zahraničí?**

*„Milan byl z pěti kluků a do roku 1945 měli kluci Daškovi v Pardubicích na Zavadilce velkou autodílnu. Komunisti jim pak tu dílnu sebrali. Milan tam pak pracoval dál, ale byl naštvaný a říkal: „Na to se můžu vykašlat, utečeme pryč.“ Nevím přesně, v kterém roce to bylo, že jsme odjeli. Malému Milanovi nebylo ani šest roků, nechodil ještě do školy. Manžel měl krásný starý auto - Tatru, dvacátý pátý ročník výroby. Původně to byl už starý rozbitý auták, který jim někdo nechal v dílně, že už ho nechce. Milan ho celý opravil, nastříkal, dal nové pneumatiky. A udělal mu takovou krásnou modrou a bílou barvu, aby to vypadalo jinak a hezky. Jeli jsme na výlet na automobilové závody, které se měly konat v Rakousku. Ale dřív to jen tak nešlo za hranice, to jste musela mít vízum, jinak by vás nepustili. My jsme žádné vízum neměli, tak jsme ani nepočítali, že by nás pustili. A oni na hranicích řekli: „Jééé, tady se jedou závody starých aut. Vy tam jedete?“ A manžel řekl: „Jedeme.“ Vzadu jsem seděla já a vepředu dcera. Já měla kluka na klíně. A oni řekli: „Přejeďte tady, tamhle jsou komunisti, ať Vás nevidí.“ Oni věděli, že utečeme, když máme děti. Měli jsme s sebou jen věci na ty závody, jinak nic. Všechno zůstalo doma. Manžel byl hodně pobožný, byl evangelík, tak si vzal s sebou Bibli a tu mám dodnes. A taky budík, který jsme cestou koupili, protože jsme ho potřebovali, aby nás budil do práce.“*

### **Co se dělo dál?**

*„Zúčastnili jsme se té automobilové rallye. Závodu se účastnili i Švýcaři. A když viděli manželovu Tatru, tak šli, sehnali tlumočníka, protože my jsme německy neuměli, a ten tlumočník přišel a překládal Milanovi. Ptali se ho, jak dlouho má tu Tatru a jak to opravoval. On jim vypravoval, z jaké je familie, že měli tu velkou autodílnu, poznali, že je na auta šikovnej. Jejich vedoucí, pan Haltr, to byl bohatej člověk, řekl: „Když tu zůstanete, já vám seženu byt v Zurichu, třípokojový se zařízením.“ To jsme měli takový štěstí. Dal nám taky sto švýcarských franků, abychom si mohli koupit, co bylo potřeba. Pro děti jsme si koupili postel a další věci. Jeho manželka nám dala povlečení a oblečení.“*

*„Manžel pak opravoval auta u toho Švýcara, co nás pozval. Později si založil svoji autodílnu. Já chodila do dvou rodin uklízet, abych se naučila německy. Když jsem se to trochu naučila, řekla jsem si, že bych mohla dělat zase účetní. A*

*představte si, že mě vzali za účetní na doktorské pokladně. Já tam byla za jedničku, protože v roce 1974 začínaly počítače. Ze Ženevy poslali pána, který nám to měl vysvětlit a naučit nás s tím pracovat. Já jsem si to vše zapisovala, ale česky, abych tomu rozuměla. Byla jsem první, která to uměla, a nakonec jsem zaučovala já ty ostatní Švýcarky, jak se dělá na počítači. Práce mě strašně bavila. Něco jsem se naučila a vypracovala jsem se. Později jsem tohle zaměstnání opustila a šla jinam, ale nikdy jsem se nebála, že bych se někde neuchytila – byla jsem mladá a dovedla jsem si poradit.“*

### **Jak se Vám líbilo ve Švýcarsku?**

*„Moc se nám tam líbilo. Je tam hodně čisto a pořádek. Nesmíte zahodit papír na zem. Když jste šla se psem, tak jste ho musela jenom venčit na místech pro psy. Je tam moc hezká příroda, hlavně hory. V zimě tam je hodně sněhu a lyžařů.“*

*„Po roce 1945 do Švýcarska uteklo hodně Čechů. Oni tam pro nás udělali dvakrát týdně kurz němčiny, abychom se učili německy, a my jsme pak šli vždycky po tom kurzu do hospody nebo na pivo a povídali si česky. Švýcaři jako lidi jsou odtahitý, než si na vás zvyknou, ale pak jsou příjemný. Musíte teda mluvit jejich řečí, která je teda dost těžká. Němčinu už teď nepoužívám a rychle se to zapomene, ale když přijede dcera s manželem, se kterým mluvím německy, tak se do toho třeba po dvou hodinách zase dostanu.“*

### **Vy jste se nakonec ale vrátili v roce 1993 do Čech.**

*„Manžel trochu onemocněl a řekl, že chce umřít doma v Čechách a že chce být pohřbený tady – měli jsme tady koupenou hrobku. Dcera se synem zůstali ve Švýcarsku, byli už dospělí. Ona se tam vdala, má moc výborného manžela. Se synem jsme bohužel ztratili kontakt a vůbec nic o něm nevím. On se k nám nehlásí, vůbec neumí česky, protože ve škole se učil už jen německy, naučil se další řeči a češtinu zapomněl.“*

*„V Čechách jsme se neměli kam vrátit, všechno nám sebrali poté, co jsme utekli do ciziny. Když jsme se vrátili, dali nám za to jedenáct tisíc. V Pardubicích na Dubině jsme měli pronajatý byt, pak jsme se přestěhovali do bytu na Dašickou, který jsme si koupili.“*

*„Já jsem si v Čechách nemohla zvyknout a po Švýcarsku se mi stýskalo. Když manžel zemřel, lidi mi říkali, proč se nevrátím za dcerou. Jenže já už jsem si zvykla zase tady. Navíc nevidím, mám problémy s očima. V osmdesáti jsem byla na operaci se šedým zákallem, ale zjistilo se, že mám poškozenou sítnici a jsem prakticky nevidomá.“*

### **Co jste ráda dělala ve volném čase?**

*„Hrozně ráda jsem šila. A pěkný věci, i blůzičky. Jeden Švýcar se dozvěděl, že ráda šiju, tak mi daroval starý šicí stroj. Ještě, když byly děti malé, jsem z larisy,*



*kerou jsme přivezli z Čech, ušila Radce kabát podle stříhu z nějakého časopisu. Měla jsem stříhy i z Rakouska – Rakušáci mají krásné oblečení. Já šila už jako malá oblečky pro panenky. Moje maminka byla vyučená švadlena a já jsem to od ní okoukala. Teď pořád ještě pletu, i když jsem slepá. Napletla jsem se tolik, že na to nemusím vůbec koukat.“*

*„Taky jsem hodně pekla a vařila. Švýcarům jsem upekla třeba buchty se švestkami nebo uvařila houskové knedlíky – to oni tam vůbec neznali. Chutnalo jim to. Nemají tam hrubou nebo polohrubou mouku, Češi to tam začali vozit. Nemohli jsme tam sehnat kvasnice, pekař nám je nechtěl prodat, že by přišel o kšeft. Já jsem se zas od nich naučila italskou pizzu a lasagne (pozn. red. pokrm z těstovinových plátů). Těstoviny jsem si dělala sama z mouky a vajíčka – ty jsou nejlepší.*



*Péct jsem naučila i vnučku Kristýnu, která bydlí ve Francii a kterou jsme vychovávali. S tou máme hezký vztah a jsme v kontaktu, volá mi. Má holčičku, ale dala jí takový strašný jméno – Serena. Já jí říkám: ‚Kdes to vzala, to je v češtině hrozný slovo?‘ A ona říká: ‚Ale ve francouzštině krásný.‘ “*

### **Jste na něco ve svém životě hrdá?**

*„Na to šití – nebyla jsem vyučená a dovedla jsem ušít i kabát. Dělala jsem si stříhy přes kopírák na balicí papír.“*

*„Taky na to, že jsme měli s Milanem hezké manželství. Oba jsme sportovali, to nás spojovalo. A on mi rozuměl – co jsem udělala, to on uznal, nikdy mi neřekl nic, co by mi vadilo. Na manžela nemůžu zapomenout. Mám na pokoji pověšenou jeho fotku. A každý večer mu řeknu Dobrou noc a každé ráno Dobré ráno, Milane. A tak se s ním zdravím.“*

### **Myslím, že můžete být hrdá na to, že jste v životě zvládla všechny ty výzvy, které Vám osud předkládal....**

*„To je pravda. Šla jsem do všeho s tím, že to prostě chci zvládnout a snažila jsem se dosáhnout toho, co jsem si vytýčila. Nedělala jsem si dopředu obavy, ale říkala jsem si, že to prostě nějak zvládnou.“*

### **Jaký máte recept na vitalitu?**

*„Vždycky jsem to dělala tak, abych co nejvíc věcí zvládala sama. Snažila jsem se co nejvíc chodit. Měla jsem takovou výbornou hůl a procházela jsem se s ní na konec baráku a zase zpátky. Taky jsem se vždycky udržovala, abych vypadala dobře - navštěvovala jsem každé tři týdny holiče. A udělala jsem si hlavu třeba i doma. Ráda jsem se hezky oblékala díky tomu, že jsem uměla šít. Je důležité, aby*

*se člověk cítil dobře, a zároveň chtěl, aby se mu dobře vedlo – nějak si to tak nastavit i v hlavě. I když jsem stará, chci se cítit dobře. Teď jsem taky objednaná na trvalou. Mám peníze na kontě, tak je ještě můžu využít.“*



Nemá ráda houby, ale každý rok je chodila sbírat.

### **Jak jste spokojená v našem domově pro seniory?**

*„Líbí se mi tady. Najíst dostaneme, vyspíme se, je tu čisto. Máme sprchu u pokoje, máme to moc pěkný. Na nás je, abychom se udržovali. Už jsem si tady trochu zvykla. Mně to tu vyhovuje, co víc by člověk mohl chtít. Stejně vím, že tady musím dožít. Hlavně, abychom se snesly s mou spolubydlící na pokoji. Ona chce chodit dřív spát než já, zhasínat večer, kdežto já bych ještě ráda pletla.“*

### **Co byste vzkázala nebo popřála ostatním klientům?**

*„Těm, co se sem chtějí dostat, aby si taky uvědomili, že musí dodržovat pořádek.“*

### **Co byste vzkázala nebo popřála zaměstnancům?**

*„Aby s námi měli trpělivost, protože nejsme všichni stejný a někdo je třeba prudší povahy. To jsem třeba já, ale já si to nedovolím na sestřičku, protože vím, že nám pomáhají.“*

### **Nezdá se mi, že byste byla prudší povahy....**

*„Jsem, ale vím, kdy to mám použít. To zase nejsem ještě tak blbá (smích). Když na mě někdo vyjede, tak se nedám. Umím si říct svůj názor. Dokud to půjde (smích).“*

### **Máte nějaké přání?**

*„Pánu Bohu děkuji, že jsem se dožila těchto let, nikdo z naší rodiny se toho nedožil. Hlavně si přeji, až budu umírat, abych neměla velké bolesti.“*

**Děkujeme za rozhovor.**



## Přehled akcí konaných v našem domově ve 2. čtvrtletí 2023

### Duben

- 1. 4. 2023 prodej velikonočních dekorací paní Eisové
- 2. 4. 2023 biblické čtení s Charitou
- 4. 4. 2023 zpívání pěveckého sboru Heřmánek
- 6. 4. 2023 Velikonoční vystoupení pana Víznera
- 10. 4. 2023 Velikonoční pomlázka hasičů z Klešic
- 14. 4. 2023 canisterapie
- 11. 4. 2023 akce Charity „*Kdo si hraje, nezlobí*“
- 12. 4. 2023 keramika s dětmi z MŠ Jiráskova
- 17. 4. 2023 přednáška paní Macháčové „*Významné předbělohorské rody*“
- 20. 4. 2023 přednáška Ing. Jedličky „*Kůrovcová kalamita a kam lesy směřují*“
- 27.4.2023 canisterapie
- 24. 4. 2023 kino - "*Světáci*"
- 25. 4. 2023 narozeninové posezení

### Květen

- 2. 5. 2023 akce Charity – ruční práce
- 9. 5. 2023 zpívání pěveckého sboru Heřmánek
- 10. 5. 2023 kavárna
- 11. 5. 2023 Den matek s dětmi z MŠ Jiráskova
- 15. 5. 2023 canisterapie
- 15. 5. 2023 přednáška paní Macháčové „*Ženy české renesance*“
- 17. 5. 2023 canisterapie
- 18. 5. 2023 hudební a taneční vystoupení Dua Ruggieri
- 21. 5. 2023 divadelní vystoupení ochotnického soubor Svidnik ze Svídnice  
„*Noc na Karlštejně*“
- 22. 5. 2023 Kino - "*Svatba jako řemen*"

- 22. 5. 2023 canisterapie
- 22. 5. 2023 canisterapie
- 24. 5. 2023 vystoupení hudebníků ZUŠ spojené s narozeninovým posezením
- 25. 5. 2023 Májové koulení na zámku
- 29. 5. 2023 canisterapie
- 29. 5. 2023 akce Charity - výtvarné techniky
- 30. 5. 2023 procházka Bažantnicí s přednáškou pana Hellingera o zpěvných ptácích

## Červen

- 1. 6. 2023 výlet do Častolovic
- 5. 6. 2023 canisterapie
- 5. 6. 2023 přednáška paní Macháčové „Evropské panovnice“
- 9. 6. 2023 návštěva skautů
- 13. 6. 2023 kavárna
- 14. 6. 2023 mobilní zvěřinec
- 15. 6. 2023 canisterapie
- 18. 6. 2023 návštěva pana Piskače s krajtou
- 19. 6. 2023 canisterapie
- 22. 6. 2023 opékání buřtů a hudební vystoupení Míly a Toma
- 29. 6. 2023 narozeninové posezení s hudebním vystoupením pana Gruntoráta
- 29. 6. 2023 canisterapie

Dále se uskutečnily dvě návštěvy místního hřebčína.





## Správné řešení úkolů z Koutku trénování paměti ze stran 25 - 26



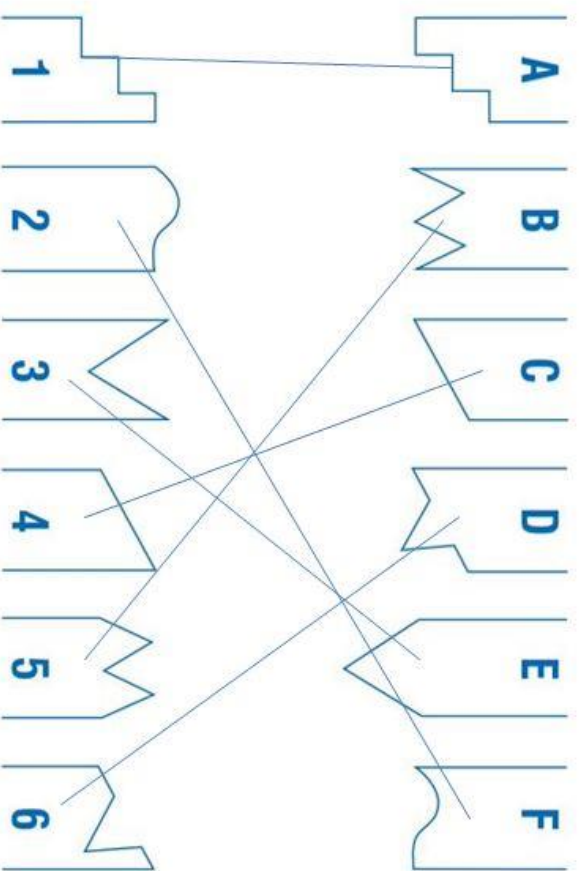
1.

2.

### Hledání významových dvojic

vidlička a nůž, papoušek a klec, cigareta a popelník, pes a bouda, jehla a nit, housle a smýčec, bota a tkanička, miminko a kočárek, zámek a klíč, peřina a polštář, obálka a známka, kladivo a hřebíky, peněženka a peníze, záložka a kniha, kytice a váza

Ke tvarům, uvedenými v horní části listu písmeny abecedy, přiřaďte z dolní části listu tvary k nim odpovídající (označené číslicemi). Odpovědi запиšte na volné řádky.



## Svoje narozeniny budou slavit

### *v červenci 2023*

p. Látová Miluše  
p. Sommerauerová Ludmila  
p. Klimprová Markéta  
p. Dachovská Jiřina  
Mgr. Pitrová Hana  
p. Řípová Vlasta  
p. Kovaříková Libuše  
p. Havel Václav  
p. Marková Hana  
p. Kronesová Alenka  
p. Minaříková Helena  
p. Nováková Marie  
p. Kopecká Viola  
p. Janatová Zdenka

### *v srpnu 2023*

p. Nešetřilová Jaroslava  
p. Ždímal Miroslav  
p. Čížek Stanislav  
Ing. Kloboučník Josef  
p. Schwarzová Marie  
p. Suchánková Marie  
p. Doležalová Marie  
p. Jilemnický Josef  
p. Musilová Miroslava

### *v září 2023*

p. Pochobradská Vlasta  
p. Fišarová Marie  
p. Konstantinová Věra  
p. Merclová Marie  
p. Binderová Marie  
p. Tatičková Jana  
p. Hemrová Mária  
p. Žďárský Stanislav  
p. Chládková Eva  
p. Fidrová Emilie  
p. Naňková Věra  
PhDr. Šebek Vlastimil  
p. Procházková Věra

**Přejeme všechno nejlepší!**





## Noví obyvatelé našeho domova

### *březen 2023*

p. Englicová Helena  
p. Dašková Eva  
p. Jovanovič Miroslav  
p. Podroužková Hana

### *květen 2023*

p. Kronesová Alenka  
p. Brandsteinová Danuše  
p. Tatičková Jana  
PhDr. Šebek Vlastimil  
p. Řeháková Jana

### *červen 2023*

p. Senohrábek František  
p. Bárta Josef  
p. Látová Miluše  
p. Podroužková Anežka  
p. Nováková Marie

## Přejeme příjemný pobyt!

## S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili

### *v březnu 2023*

p. Grégrová Alena  
p. Kaněrová Věra  
p. Vais Josef

### *v dubnu 2023*

p. Voldánová Miroslava  
p. Kusá Zdenka

### *v květnu 2023*

p. Stará Marie  
p. Tetřev Jan

p. Čepková Olga  
p. Jovanovič Miroslav  
p. Volejníková Eva

### *v červnu 2023*

p. Podroužková Hana  
p. Zeman Lubomír  
p. Jehličková Jiřina  
p. Nováková Jana  
p. Moučková Marie

**Čest jejich památce!**





## Náš domov

2/2023

*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](mailto:socialni.ddhm@seznam.cz)

**Obrázek na titulní straně:** Mirka Musilová

**Redakční rada:**

PhDr. Eva Kunátová Holečková, MBA  
Alena Vitvarová  
Mgr. Lenka Kellerová  
Bc. Ilona Bínová