

# Náš domov

číslo 3/2014



# Podzim 2014

## **Září**

*Karel Toman*

Můj bratr dooral a vypřáh' koně.

A jak se stmívá,  
věrnému druhu hlavu do hřívý  
položil tiše, pohladil mu šíji  
a zaposlouchal se, co mluví kraj.

Zní zvony z dálky tichým svatvečerem;  
modlitba vesnic stoupá chladným šerem.

Duch země zpívá: úzkost, víra, bolest  
v jediný chorál slily se a letí  
k věčnému nebi.

Svatý Václave, vévodo české země,  
nedej zahynouti  
nám ni budoucím.

*báseň dodala paní Jaroslava Rousková  
klientka z odd. D3*

## **Září – začíná škola**

Nějak to rychle uteklo a je konec prázdnin. Prvňáčci už doma zkoušeli, jak ponesou na zádech aktovku. Někteří se nemohli dočkat, jiní by raději pokračovali ve hrách a skotačení. A je tu 1. září a prvňáčci s očekáváním, jaké to bude ve škole, přicházejí v doprovodu rodičů. Někteří se drží pevně maminky za ruku a sbírají odvahu, jiní už odvážně okukují třídu, známé tváře ze školky nebo nové, které neznají.

Na tom, jak na ně zapůsobí paní učitelka, velmi záleží. Získá si autoritu a oni ji budou mít rádi, nebo se budou třást? Je to prý veliké umění být učitelem 1. třídy – jako univerzita.

Měla jsem moc ráda naši první paní učitelku, která nás vedla od první třídy do čtvrté třídy (bylo to 1. září 1939, co jsem šla do první třídy). Nejen že nás měla velice ráda a naučila nás dobře psát a číst, ale vštípila nám hlavně lásku k literatuře, kultuře, památkám a lásce k rodné zemi. Byla to válečná léta.

Přeji všem učitelům hodné učenlivé žáky, žákům a studentům, ať zvládnou výuku s lehkostí a najdou pochopení u vyučujících. Dnes jsou nároky stále vyšší a k vytvoření dobrých vztahů musí obě strany chtít, jak žák, tak kantor, a pomáhat i rodič. Vzniknou nová přátelství, noví kamarádi,... Ať se to Vám všem podaří.

Měla jsem štěstí na dobré učitele i profesory a ráda na školu vzpomínám. V duchu budu v září vzpomínat na sraz absolventů (maturovali jsme v roce 1952), který pořádá náš ročník. Je mi líto, že jsem se musela už posedmé omluvit ze zdravotních důvodů. Snad to zbytek žijících spolužáků pochopí. Ti moji nejlepší kamarádi a kamarádky už nikdy nepřijdou, a to je mi moc líto. Někdo nejezdil, ale já jsem chodila, a moc ráda, na všechny srazy. A vždycky jsme se dobře pobavili, než se nám ozvaly nemoci, bolesti a úmrtí.

Měsíc září – plný očekávání pro mladé, a pro nás samé krásné vzpomínky.

*paní Jaroslava Rousková  
klientka z odd. D3*

## **Autorské příspěvky paní Jaroslavy Hergerové**



### **Sestřičky**

Ty naše sestřičky české  
jsou hodné, milé a hezké.  
Nosí nám rohlíčky, kafičko, chlebičky,  
za to je rádi máme a nikomu je neprodáme.  
Pěkně se o nás starají a chvíli klidu nemají.

### **Znáte sestřičku – harmonikářku?**

To je sestřička Šárka. Když jí vyjde volný čas, vezme židli,  
přes rameno harmoniku hodí, kráčí na chodbu a již je slyšet:

„Tak jakou si dnes dáme?“

A přisedící odpovídají: „Plavala husička po Dunaji“ nebo „Stavěli tesaři, stavěli  
lešení“ nebo „Neplač, neplač, strahováčku.“

A všichni dohromady zpíváme.

### **Sociální pracovnice**

Taky nesmíme zapomenout na naše sociální pracovnice,  
které pro nás pracují, tím nám také pomáhají.  
Na které spoléháme, když něco nemůžeme zvládnout,  
které poradí, na úřad nebo poštu donesou,  
a vždy s úsměvem a laskavostí.  
Rádi k nim chodíme, kromě úsměvu i penízky si odneseme.

### **Vrátnice**

Na vrátnici se taky o nás starají, pomůžou, poradí.  
Přijdeme k vrátnici, hned se otevře okénko, milá a laskavá tvář se objeví  
a ptá se: „Co si přejete?“ Čím můžu posloužit?“

**„Jsme rádi, že je tady všechny u nás v domově U Bažantnice máme.“**

*paní Jaroslava Hergerová*

*klientka z odd. L0*



Paní Jaroslava Hergerová zemřela 14. 9. 2014 v krásných devadesáti letech.  
Čest její památce.

## Podzim



Podzim je čas dozrávání a sklizně, čas přípravy na zimu. Začíná v době podzimní rovnodennosti, kdy světlo a tma jsou opět v rovnováze. Tentokrát už ale přibývá stále více tmy. Již během babího léta víme, že něco končí, a začínáme pozorovat náznaky přicházející zimy. V přírodě všechno dozrává, sklízí se plody, které se vyvíjely už od jara. Ptáci odlétají za teplem na jih, zvířata, která přes zimu zůstanou doma, shromažďují zásoby. Rostliny rozsévají svá semena, která budou čekat na příští jaro. Podzim připomíná životní období, kdy člověk sklízí plody své celoživotní práce. Vychoval své děti a vypouští je do světa, tak jako stromy rozsévají svá semena.



## Září

Září je měsíc babího léta, čas sklizně a prvních příprav na zimu. Listy stromů se začínají vybarvovat. Kvete vřes. Dozrávají bezinky, padají žaludy, v lese najdeme václavky. Odlétají vlaštovky a jiřičky a stěhovat se začíná i většina ostatních tažných ptáků (holubi, čápi, husy, křepelky, ťuhýci, rehkové, konipasové, čírky,...). Mnoho druhů ptáků se se zkracováním délky dní vydává do teplejších krajů (vlaštovky se například stěhují do Afriky). Tito ptáci by totiž mrazivou zimu u nás nepřežili. V teplejších krajích ale nemají tak dobré podmínky pro hnízdění, a tak se s jarem zase vracejí k nám. K pozorování tahu ptáků se vybavte dalekohledem, zápisníkem a také atlasem ptáků, kde jsou často zakresleny i siluety ptáků v letu. Každý druh má své letové uspořádání (zakreslete si ho do zápisníku) a u mnoha ptáků můžeme slyšet i zajímavé hlasové projevy. Dny, kdy jste pozorovali tah ptáků, zapište do kalendáře.

Také v lese mají napilno. Lesníci sbírají semeno jedle, douglasky, vejmutovky, dubů, olše, jeřábů a některých keřů. Provádějí přípravu půdy pro přirozenou obnovu a pro zalesňování v příštím roce. Čistí paseky od zbytků po těžbě. Myslivci pořádají společné hony na drobnou pernatou zvěř (zejména na divoké kachny, husy a zajíce), loví i jeleny v říji a srnčí holou zvěř (= zvěř bez parohů – srny a srnčata), sklízí otavy, brambory a topinambury na políčkách pro zvěř, zajišťují sběr kaštanů, žaludů, jeřabin, bezinek a pláňat pro krmení zvěře.



V září je také zajímavé přeměřit mraveniště (v tomto měsíci jsou největší) a porovnat jejich stav s jarem. Začíná jelení říje. Je čas hojnosti, početní stavy většiny živočichů dosahují maxima.

## Říjen

Říjen je měsíc barevných listů, zkracujících se dní a tažných ptáků. Listy stromů a keřů začínají opadávat. Vrcholí odlet ptáků, přilétají hlavní hejna zimujících havranů. Srnci shazují paroží, začíná říje daňků. Mufloni a prasata spásají bukvici. Jezevci a plazi upadají v zimní spánek.

Lesníci sbírají šišky borovice a semeno tisu,  jasanu, habru, lip, břeku, dubu, buku, javoru, olše, kaštanu a ořešáku. Na připravené plochy vysévají semena javoru buku, dubu, jedle, douglasky a vejmutovky. Začínají se stratifikací (předosevní přípravou) semen habru a javoru babyky. Začínají s podzimní výsadbou sazenic listnáčů. Pokračují v probírkách. Těží především listnáče a likvidují souše. Začínají s těžbou borovice. Kontrolují ploskohřbetku smrkovou v půdě a vajíčka obaleče dubového na vzornících. Odstraňují kůrovcové souše. Zabezpečují kultury a porosty proti okusu zvěře. Kontrolují oplocenky proti vniknutí zvěře. Myslivci otevírají zahrazená myslivecká políčka pro zvěř, loví jeleny, muflony, daňky, jeleny siky, srny, srnčata a divoká prasata. Začínají lovit bažanty a divoké krocany. Sbírají kaštiny, šípky, bezinky, jeřabiny a ostatní lesní plody. Dokončují silážování krmiv a zabezpečují dužnatá krmiva.

Na stromech a keřích můžete už od září pozorovat množství zralých plodů. Mnoho z nich určitě znáte – hrušky, jablka, švestky, šípky, bukvici, žaludy, kaštiny, lískové oříšky, jeřabiny,... Zkuste ale v přírodě objevit i ty, jejichž jména vám byla doposud utajena. Najděte v atlase obrázky stromů a keřů, jako je střemcha, dřín, kalina, trnka, ptačí zob, pámelník, krušina a pátrejte v přírodě i v zahradách kolem lidských obydlí po jejich plodech. Mnoho těchto plodů slouží jako potrava ptákům i jiným živočichům, mnoho z nich využívá i člověk. Plody skrývají semena, která zajišťují rozmnožování rostlin. K tomu, aby se co nejvíce šířily, používají rostliny nejrozumnější zařízení. Určitě znáte javorové nažky, které se vznášejí ve větru, nebo létající semínka pampelišek. Semínka, která sežerou ptáci nebo jiní živočichové, se pohybují s nimi a uvolní se až z jejich trusu na úplně jiném místě. Zkuste v přírodě vyzkoušet co nejvíce takových způsobů šíření.





## Listopad

Listopad je měsícem podzimních plískanic, větrů na strništích a prvních mrazíků. Ze stromů opadávají zbylé listy. Netopýři a další živočichové se ukládají k zimnímu spánku. Třou se pstruzi, raci kladou vajíčka. Hranostajové přebarvují do bílého šatu. Mufloni mají říji, začíná chrutí (páření) divokých prasat. Přilétají kánata rousná, brkoslavi, hýlové.

Lesníci sbírají šišky kleče, semena lip, habru, olší, dubů, akátů a některých keřů. Dokončují vyzvedávání a třídění sazenic, které expedují nebo umisťují do klimatizačních skladů. Pro podzimní výsadbu vyzvedávají sazenice dubů, topolů a akátu. Ve školkách provádějí hlubokou orbu a zazimovávají sazenice na záhonech. Dokončují podzimní zalesňování. Připravují půdu pro přirozenou obnovu a jarní zalesňování. Při prořezávkách začínají s výrobou vánočních stromků. Dokončují probírky. Provádějí mýtní úmyslné těžby, z nichž je větší množství cenných sortimentů (podle kvality a dalších kritérií se vytěžené dřevo dělí do tříd jakosti). Zajišťují intenzivní ochranu kultur proti okusu a ohryzu zvěře. Likvidují stromy napadené kůrovcem. Pokračují v kontrole vajíček obaleče dubového na vzornících. Myslivci stavějí zásypy pro koroptve, začínají přikrmovat spárkatou zvěř (souhrnné označení pro zvěř jelení, srnčí a daňčí), na honech loví bažanty a zajíce. Vápni loučky a políčka pro zvěř. V horských a podhorských oblastech začínají s přikrmováním spárkaté zvěře.



Listopad je už opravdu posledním měsícem před zimou. Je vhodná doba k instalaci krmítek pro ptáky, někdy už můžete začít přikrmovat. Mnoho živočichů se v listopadu ukládá k zimnímu spánku. Mají už vytvořenou tukovou vrstvu a během spánku sníží svou tělesnou teplotu (např. plch na 8 stupňů Celsia), zpomalí dech a tep. Zimu u nás prospí např. plši, plšici, svišti, netopýři a samozřejmě ježci. Ti tráví zimu schoulení v hnízdě ze suchého listí. Na jaře jim trvá několik hodin, než své tělo rozhýbají. Pokud v listopadu naleznete malého ježka, který by nepřežil zimu, pokuste se ho umístit do „ježčího útulku“, které jsou zřizovány při zoologických zahradách a některých základních organizacích ČSOP.



*Gabriela Ilková  
staniční sestra odd. L1*

## Výlet do obory zámku Žleby

V úterý 24. 6. 2014 jsme jeli na dlouho dopředu plánovaný výlet do obory u zámku Žleby. A vyšlo to parádně. Krásné počasí okolo 24 stupňů úplně vyzývalo k procházkám v zámeckém parku. To nyní, den poté, když píšu tento článek, bubnují již na zem kapky deště. Pronajatým nízkopodlažním autobusem vyrazilo 12 klientů našeho domova a jejich doprovod na cestu za poznáním dalšího koutku naší republiky nebo za oživením vzpomínek na své dřívější návštěvy tohoto kraje. V kuchyni nás potěšili a nabalili nám s sebou tradiční výletní řízky s chlebem, pití a ovoce k svačině.

Obora Žleby je známá především svým chovem bílých jelenů, a to od roku 1973. Na území České republiky jsou v současné době pouze 4 chovy těchto vzácných zvířat s celkovým počtem asi 300 ks.

Bílí jeleni původně pocházejí s největší pravděpodobností z Persie, odkud byli dovezeni do Čech asi ve druhé polovině 18. století. Poté tuto zvěř převzal kníže Schwarzenberg, hrabata Waldstein, Czernin a Kinský. Jeleni dobře prospívali pouze u Waldsteinů. V oboře u hraběte Kinského se jim příliš nevedlo a u Schwarzenbergů a Czerninů vymřeli zcela. My jsme měli štěstí – bílé jeleny jsme nejen spatřili, ale měli jsme možnost je pozorovat i při krmení. Jsou to opravdu vznešená zvířata.

Kromě vysoké zvěře jsme viděli i lišku, divočáky, muflony, čápy, labutě a mnoho dalších. Na závěr výletu byla připravena přehlídka dravých ptáků, doprovázená poutavým povídáním a ukázkou jejich výcviku. Jako první se nám představila největší sova, která na světě žije – výr velký. Váží okolo 2,5 kg a rozpětí jejích křídel je úctyhodných 170 cm. Je to noční dravec, který vylétává pouze za večerního šera nebo noční tmy, jinak na ni útočí dravci denní. Rozeznáme ji podle typických oranžových očí a „oušek“, což ve skutečnosti nejsou uši, ale pouze prodloužená pera na hlavě. Sova létá zcela tiše, aby se mohla neslyšně přiblížit ke své kořisti, kterou je nejčastěji ježek. Potom následovala přehlídka denních dravců, se kterými máme větší šanci se ve volné přírodě potkat. Nejmenší z nich byla poštolka. Váží pouhých 100 g a její potravou bývají myši a hraboši. Naučila se žít v blízkosti člověka, a to i ve velkých městech. Je to právě ona, která často „stojí“ ve vzduchu na místě (tzv. se třepotá) a pozoruje i sebemenší pohyby v trávě či na poli. Dále nám nad hlavou kroužilo káně harrisovo, které je již o poznání větší (1,3 kg), a zároveň dělal přelety luňák hnědý, který se káněti velikostí zcela vyrovná, i když váží pouze půl kilogramu. Je to vzdušný akrobat a při lovu je schopen přemetů, loopingů a dalších akrobatických prvků. Následně se nám předvedli orli, kteří svou velikostí a bystrými očima, kterým nic neujde,

vzbuzovali respekt. Orel stepní vyrostle do své dospělé velikosti již za první dva měsíce svého života. Orel mořský, který je v ČR nejběžnější, dokáže při lovu ponořit svou hlavu do vody a díky nepropustnému perí ji vytáhne zcela suchou. Má široká křídla a bílý klínovitý ocas. Orel skalní je naopak v ČR velmi vzácný. Má podobnou siluetu jako káně lesní, je ale mnohem větší. Největším dravcem, který nám byl představen, byl sup africký. Tento pták se dožívá běžně 100 let. Jako poslední se nám předvedl krkavec velký, což už není dravec, ale největší zástupce zpěvných ptáků. Na dálku se ozývá hlasitým krákáním. Je to velmi dobrý letec. Na rozdíl od dravců je všežravý, tak ho nejvíce zajímalo, kde by mohl sezobnout pár bonbonů nebo kousek rohlíku.

Myslím, že klienti, kteří s námi vyrazili, prožili pěkný den a mají zážitky, na které budou vzpomínat.

*Mgr. Petra Kynclová  
sociální pracovnice*



Majestátní  
zámek Žleby  
a miniaturní  
výletníci.

Pan Otakar Hais  
z odd. B  
drží na ruce  
orla mořského.



## Vystoupení pana Vávry

Na úterý 22. 7. 2014 jsme naplánovali hudební vystoupení pana Vávry. A protože bylo nádherné počasí, akce se konala trošku netradičně v zahradě našeho domova, což jí dodalo zcela nový, a to velmi příjemný rozměr. Také ohlas u klientů – posluchačů byl veskrze pozitivní. Po této dobré zkušenosti se nebudeme bránit naši zahradu opět propůjčit kulturnímu životu, jen lépe promyslíme lokaci improvizovaného „pódia“, aby se naši klienti a jejich doprovody nemuseli obtížně dostávat k lavičkám přes velkou plochu trávníku.

Pan Vávra své vystoupení neomezoval na obvyklou hodinu, takže posluchači mohli strávit pěkné odpoledne posezením v zahradě za zvuků známých českých písní v rytmu polky, valčíku i tanga.

*Mgr. Petra Kynclová  
sociální pracovnice*



Pan Vávra se svou věrnou posluchačkou, paní Hanou Šejblovou z odd L1.

## **„Láska bez hádky“ pana Šimona Pečenky**

Prázdniny se přelomily do své druhé poloviny a my jsme v našem domově 6. 8. 2014 přivítali pana Šimona Pečenku. Tentokrát si pro nás připravil vystoupení s názvem „Láska bez hádky“. Jednalo se o hudebně-zábavný komponovaný pořad z písní Rudolfa Cortése, hudební legendy 50. a 60. let. Připomněli jsme si melodie krásných známých písní jako Láska bez hádky, Váš dům šel spát, Nelly Gray a mnoha dalších.

Počasí lákalo k procházkám po zahradě. Aby klienti nemuseli volit mezi pobytem venku a kulturou, rozhodli jsme se vystoupení opět uspořádat v zahradě domova. Z pozitivních ohlasů je jasné, že venkovní prostředí boduje a že pana Pečenku k nám můžeme opět brzy pozvat. Nově svůj repertoár obohatil o písně Milana Chladila a Waldemara Matušky, takže jistě bude co poslouchat.

*Mgr. Petra Kynclová  
sociální pracovnice*



Pan Šimon Pečenka

## Ukázka výcviku psů

Ve středu 12. 8. 2014 se doslova a do písmene v naší zahradě děly „psí kusy“.

Navštívila nás totiž slečna Lucie Peštová, jejíž babička v našem domově žije. A nepřišla sama. Přivedla s sebou svoje dvě fenky – 4,5letou Mailu, fenku rasy Jack Russel teriér, a také jedenáctiměsíční Fossí rasy australská kelpie. A opravdu to byla psí podívaná! Slečna Peštová nám nejdříve vyprávěním přiblížila, co s fenkami podniká a co trénují. Vysvětlila nám pojem „agility“, což je takový psí sport, při kterém pes podle pokynů psovoda překonává sérii překážek. Některé překážky jsou skokové (jednoduché, dvojité, skok daleký apod.), některé přebíhavé. Na trase může být například 15-22 překážek od 100 do 200 metrů, pes všechny překážky překonává dobrovolně, nemá na sobě ani vodítko, ani obojek.

Maila a Fossí slečnu Peštovou různě obíhaly, podlézaly její nohy, couvaly pozadu. Největší zábavou pro ně bylo chytat v letu a přinášet zpět házečí talíř (s anglickým názvem frisbee). Naopak utrpením pro ně byl čas, kdy je jejich panička musela na chvíli uzavřít do přenosného psího kotce, aby mohla předvést ukázkou výcviku i s druhou fenkou. Slečna Peštová i obě její psí svěřenkyň byly na závěr vystoupení udýchané, protože, ač to na první pohled nevypadá, takovéto „psí kusy“ stojí paničku i pejsky mnoho energie a námahy. Jejich snahu odvětilo přítomné publikum několikerým potleskem.

Počasí nezklamalo, takže se klienti mohli pokochat „psí podívanou“ v naší krásné zelené zahradě a na čerstvém vzduchu. Vše tedy vyšlo na jedničku.



*Mgr. Lenka Kellerová  
sociální pracovnice*

## Slunce, seno, Hoštice a pan Otakar Hais

Ke konci srpna se nám v domově pro seniory U Bažantnice podařilo uspořádat velmi výjimečnou akci. Náš klient, pan Otakar Hais, projevil přání a odvahu vystoupit před publikem a seznámit ho s vesnicí svého srdce, se svou rodnou obcí, s Hošticemi. Pokud si náhodou nemůžete vzpomenout, kde jste ten název slyšeli, vězte, že tuto vesničku dobře znáte z české filmové trilogie Slunce, seno... A pan Otakar Hais byl v osmdesátých letech osobně přítomen při natáčení. V jednom díle si dokonce sám zahrál. Ale více už pan Hais:

„Sešli jsme se, abych Vás seznámil s tím, jak se proslavila naše vesnička Hoštice. Co to je? Kde to je? Je to malá vesnička v podhůří Šumavy, dokonce ani není na mapě. Je to 200 km z Heřmanova Městce a 4 hodiny jízdy autem. A proč je tak slavná? Rozhodně ne proto, že jsem se tady narodil já. Světlo světa zde později spatřil, tehdy ještě neznámý, Zdeněk Troška, který se rozhodl zde natočit film Slunce, seno, jahody. A protože komedie měla obrovský úspěch, nechal se přesvědčit, aby natočil další díl Slunce, seno a pár facek a později ještě Slunce, seno, erotika.“ Své vyprávění pan Hais doprovázel ukázkami pohlednic, fotografií a vyznačením Hoštic na mapě, abychom si udělali přesnější představu, kde tato malebná jihočeská vesnička leží.

A pan Hais pokračoval: „A nyní jak jsem se stal filmovým hercem já. Filmový štáb připravoval k natáčení svatbu Blaženy v druhém díle. Stála řada aut, ale stále nebyli rozhodnutí, co s nevěstou. Řekl jsem režisérovi Troškovi, že sundám z naší felicie střechu a že tak bude nevěstu vidět. Byl rád a hned mě nechal zapsat do komparzu. Celkové natáčení svatby pak trvalo celé dva dny, promítnutí filmu jen pár minut. A že jste mě nepoznali? Já sebe taky ne. Jenom ještě na okraj – za filmování jsem tehdy vydělal 1.250 Kč.“

Po tomto úvodu jsme divákům nabídli ke zhlédnutí dokument z roku 2001



o natáčení Troškových bláznivých letních komedií s názvem Slunce, seno, Hoštice. A protože jsme viděli zájem a nadšení v očích našich klientů, hned jsme je pozvali na další pokračování v podobném duchu – promítání pořadu Slunce, seno, Helena.

*Pan Otakar Hais z odd. B  
a Mgr. Petra Kynclová  
sociální pracovnice*

## Vystoupení slečny Klárky

Tóny hudebních skladeb autorů Jamese Hooka a Rudolfa Grubera se ve čtvrtek 28. 8. 2014 linuly z naší kulturní místnosti. Interpretkou a hlavní postavou hudebního vystoupení byla dvanáctiletá slečna Klárka Schinaglová ze Smrčku. Klárka zahrála skladby uvedených autorů na speciálně upravenou příčnou flétnu, protože vzhledem ke svému zdravotnímu omezení by se jí na klasickou příčnou flétnu hůře hrálo. Jak jsme mohli slyšet, Klárka má velký hudební talent, který rozvíjí v Základní umělecké škole Chrast. Kromě toho je obdařena i bohatými výtvarnými dovednostmi – kulturní místnost byla vyzdobena Klárčinými obrázky vytvořenými za pomoci různých výtvarných a kreativních technik. Překvapením pro naše klienty bylo to, že některé z Klárčiných výtvorů si mohli odnést na památku. Vystoupení se klientům líbilo, při pohledu na Klárku sedící na vozíku chvílemi i někoho dojalo. Budeme Klárce držet pěsti v jejím dalším osobním rozvoji.

*Mgr. Lenka Kellerová  
sociální pracovnice*

Klárka Schinaglová  
se svou babičkou



Ukázka Klárčiny  
umělecké tvorby



## Odpoledne s cimbálovkou

Až z jihomoravského městečka Vracov k nám v neděli 7. 9. 2014 doputoval cimbál spolu s basou a houslemi a s nimi samozřejmě příslušní muzikanti. Cimbálová kapela, která hraje již od roku 1975, se představila v krojích z regionu Kyjovska, kraje plného vinic, zeleniny a hlavně veselosti. Naši kulturní místnost muzikanti naplnili hudebním elánem a jako správní zástupci vinařského regionu také z košťýře nabídli přítomným ochutnávku bílého či růžového vinného moku. Mezi publikem panovala dobrá nálada, klienti si notovali s kapelou známé lidové písně jako *V širém poli studánečka*, *Stojí voják na vartě* či *Vínečko bílé*. Nutno poděkovat sponzorovi, který nechce být jmenován, za organizaci vystoupení i poskytnutí občerstvení, na kterém si návštěvníci v závěru pochutnali.

*Mgr. Lenka Kellerová  
sociální pracovnice*



## Sportovní hry v Lamperticích

V letošním roce jsme se stejně jako v minulých letech zúčastnili sportovních her pořádaných v rámci Krkonošských gerontologických dnů v obci Lampertice. Místní domov důchodců ve čtvrtek 11. 9. 2014 uspořádal již 16. ročník úspěšného sportovního dne. Naši klienti projevují o účast na této akci velký zájem, proto jsme nemohli návštěvu Lampertic ani tentokrát vynechat.

Paní Marvanová a paní Janečková se na sportovní výkon dlouhodobě připravovaly a trénovaly házení šipek na terč v naší kulturní místnosti. V Lamperticích pak přistoupily k této disciplíně jako první ze zúčastněných. Na jejich výkonu bylo poznat, že trénink dělá mistry. Bohužel ve sportu je zapotřebí kromě tréninku také trochu štěstí, které v Lamperticích stálo na stranách jiných hráčů. Stejně tak v disciplíně kuželky. Výherci však byli všichni ti, kteří do Lampertic vůbec dorazili a ve svém věku (většinou kolem 80 let) mají stále chuť být činní, chtějí se bavit a mít nové životní zážitky. Atmosféra sportovních her tomu napovídala. V ovzduší vonícím Krkonošemi panovalo veselí, dobrá nálada, přátelská atmosféra. Jako již tradičně bylo zajištěno různorodé bohaté občerstvení a tombola, takže nikdo z Lampertic neodjížděl s prázdnou, i když neuspěl na prvních místech sportovního žebříčku. Aby se do soutěživé atmosféry zapojil také doprovodný personál, byla připravena soutěž v oblékání medvěda na čas. Náš domov úspěšně reprezentoval Vítek Bartoníček, který plnil v našem týmu roli řidiče. Přihlížející ocenili s jakou pečlivostí a láskou Vítek barevného plyšového medvěda v pěkném čase ustrojil.

Odpoledne jsme si ještě zatancovali při živé hudbě a pak již nastal čas nasednout do našeho prostorného peugeotu, protože jako nejvzdálenější účastníci jsme měli před sebou téměř tříhodinovou cestu domů. Zástupci domovů z Nové Paky, Dvora Králové, Trutnova, Temného Dolu, Vrchlabí, Pilníkova, Černožic, Hronova, Hajnice a Žacléře to měli přeci jenom blíže. Ač je cesta poměrně dlouhá, do Lampertic se budeme opět za rok těšit!



*Mgr. Lenka Kellerová  
sociální pracovnice*

Zleva: Paní Hedvika  
Janečková a paní  
Alena Marvanová  
(obě klientky z odd. D3)



Paní Hedvika Janečková při hře šipky.



Paní Alena Marvanová při hodu na kuželky.

## Návštěva dětí z mateřské školky

V pátek 19. 9. 2014 přišly naše klienty potěšit děti z mateřské školky v Heřmanově Městci z oddělení *Zajíček*. V zahradě jsme pro ně připravili několik sportovních aktivit. Přálo nám krásné počasí a i klienti mohli posedět a pobavit se s dětmi. Někteří aktivnější diváci nejenže fandili, ale sami se rovněž zapojili do shazování plechovek, házení míčů na medvěda nebo do vrhu na kuželky. Děti na závěr zazpívaly písničky a pomalou procházkou se ubíraly zpět přes Bažantnici do školky. Jelikož se toto setkávání generací stalo tradicí, budeme se opět těšit na příští návštěvu.

*Mgr. Petra Linhartová*  
sociální pracovnice



## **Miniponíci Carmen a Mia**

V neděli 21. 9. 2014 k nám do domova přišla slečna Monika Štumpfová, aby představila plemeno shetlandského ponyho a ukázala nám, co umí.

Na vystoupení se naši klienti velice těšili a sešli se ve velkém počtu. A nejen to, přišly se podívat i návštěvy s dětmi. Slečna Monika nám představila své miniponíky Carmen a Miu. S Carmen předvedla ukázkou na dlouhých otěžích, s Miou práci země a cirkusové kousky a nakonec společnou skokovou ukázkou. Pro všechny byla asi nejlepší část ta poslední, kdy si miniponíky mohli všichni pohladit a dávat jim tvrdý chléb.

Sice nám trochu začalo pršet, ale nakonec to všechno dobře dopadlo. Slečna Monika si připravila vyprávění o původu a využití poníků, ale nebylo ji příliš slyšet. Podle ohlasu to klienty zajímalo, tak jsem slečnu Moniku poprosila, aby mi dala přepis její řeči. A tady je...

„Shetlandský pony pochází ze Shetlandských ostrovů, které se nacházejí ve Velké Británii. Tyto ostrovy jsou skalnaté a porostlé mechem, jen s velmi skromnou řídkou vegetací. Průměrná teplota je zde 7 stupňů Celsia. Maximum v srpnu je 11 stupňů Celsia. Klima je vlhké, neboť tu skoro každý den prší. Z tohoto stručného popisu země původu je patrné, že tyto drsné podmínky daly shetlandskému ponymu jeho tvrdost a nenáročnost.

Proto těmto koním nejlépe vyhovuje chov 24 hodin denně 7 dní v týdnu venku ve výběhu s možností schovat se do přístřešku. Pro dva shetlandské pony stačí zahrada o rozloze cca 1.000 m<sup>2</sup>. Koně i poníci jsou stádová zvířata, proto je nutné mít alespoň dva.

Shetlandský pony se chová ve dvou typech. První typ je mini s výškou v kohoutku do 87 cm, jehož zástupce jste v neděli mohli vidět. Druhý typ je standardní, který má výšku v kohoutku do 107 cm. Shetlandský pony se také liší svou stavbou těla. Původní shetlandští poníci byly těžšího typu, jak je vidět u vranky Carmen. V Nizozemí se začali chovat poníci lehčího sportovního typu – jejím zástupcem je ryzka Mia.

Využití shetlandských pony je velmi rozmanité – k vození dětí, do záprahu, pro práci ze země, můžete s nimi chodit na procházky jako se psem a v neposlední řadě se využívají např. v domovech pro seniory pro kontaktní terapii, což je jedna z forem hiporehabilitace.

Jak už jsem říkala, tyto dva poníci jsou zástupci mini typu. Obě jsou kobyly a do České republiky byly importované z Holandska, kde se narodili.

Ryzka se jmenuje Mia, jsou jí 4 roky a v listopadu to budou 3 roky, co jsem se stala její majitelkou. Mia vám dnes předvede ukázkou práce ze země, cirkusových kousků a společně s Carmen i skokovou ukázkou.

Vranka se jmenuje Carmen, je jí 5 let a v září to byly 2 roky, co jsem ji přivezla jako kamarádku pro Miu. S Carmen vám kromě skokové ukázky předvedeme práci na dlouhých otěžích.

Nyní vám tedy předvedeme ukázkou naší práce a poté si je budete moci pohladit, dát jim suchý chléb, případně nám položit i další otázky.

Doufáme, že tento čas strávený s námi se vám bude líbit a budete na něj rádi vzpomínat.“ ☺

*Kolektiv odd. L0  
a slečna Monika Štumpfová*



## Hudební vystoupení Viola Olomouc

Dne 22. 9. 2014 v dopoledních hodinách k nám opět zavítalo hudební duo Viola z Olomouce, které přišlo potěšit naše klienty lidovými písněmi, které si vždycky rádi zazpívají. Za hudebního doprovodu kytary a harmoniky jsme si mohli poslechnout písně *Ta naše písnička česká, Okolo Hradce, Šly panenky silnicí...* Jako vždy vládla příjemná atmosféra a hlasy hudebníků a zvuky nástrojů se rozléhaly po celém domově.

*Mgr. Petra Linhartová  
sociální pracovnice*



Pan Černohouz (kytara)  
a pan Šolc (harmonika).



## Skupina Klapeto

Ve čtvrtek 25. 9. 2014, pro nás v trochu netradičním čase pozdního odpoledne, přijela do domova hudební skupina Klapeto. Tři muzikanty vládnucí třem hudebním nástrojům se k nám podařilo pozvat ve spolupráci s panem Františkem Mífkem, dlouholetým moderátorem Českého rozhlasu Hradec Králové a zároveň synem naší klientky, paní Heleny Mífkové z odd. L2. Hudebníci ve složení Martin Tomek (kapelník, kytarista), Jaroslav Žďárský (basista) a Jiří Zeidler (harmonikář) přicestovali z poměrně vzdáleného Náchoda. Členem jejich hudební skupiny je i 14letý syn kapelníka, který ovšem nemohl přijet, protože ho v uměleckém umu stále ještě „brzdí“ povinná školní docházka.

Asociace se známější skupinou „Šlapeto“ není náhodná. Jejich repertoár je velmi podobný. Vlastně by se dalo říci, že „klapeťáci“ jsou pokračovatelem této slavné kapely. Čtvrtečním odpolednem tedy zněly staropražské písně, tvorba Voskovce, Wericha a Ježka, Karla Hašlera nebo, jak to někdo trefně nazval, „písně žižkovských Pepíků“.

Vystoupení bylo odměněno nemalým potleskem, pochvalu sklídilo i dobové ošacení protagonistů (30. – 50. léta). Hudební pásmo bylo prokládáno mluveným slovem, takže kromě písní jako např. *Strahováček*, *Za tou naší garáží*, *Cestář*, *Život je jen náhoda*, *Ručičky*, *nebojte se* jsme si poslechli i několik vtipných glos. Na závěr pan basista pronesl věty: „Pokud se Vám to líbilo, říkejte to všude. Pokud ne, nechte si to pro sebe.“ Za sociální oddělení dodávám: „Říkejte to především nám. Ať víme, co se Vám líbí, které umělce k nám znovu pozvat a u kterých si poznamenat, že jednou bylo až dost.“ ☺

*Mgr. Petra Kynclová  
sociální pracovnice*



## Kontejner na textil v areálu našeho domova



**Diakonie Broumov**

Od července 2014 stojí vedle tradičních kontejnerů u kotelny našeho domova také žlutý kontejner na textil charitativní organizace Diakonie Broumov. Najdete ho blízko zahrady, nedaleko od vjezdu na parkoviště zaměstnanců. **Do tohoto kontejneru můžete nosit následující věci:**

- letní a zimní oblečení (dámské, pánské, dětské)
- lůžkoviny, prostěradla, ručníky, utěrky, záclony
- látky (minimálně 1m<sup>2</sup>, prosíme, nedávejte nám odřezky a zbytky látek)
- domácí potřeby – nádobí bílé i černé, skleničky – vše nepoškozené
- peří, péřové a vatované přikrývky, polštáře a deky
- obuv – veškerou nepoškozenou, páry svázané nebo spojené gumičkou, aby se boty neztratily



**Věci, které se do kontejneru nemají dávat:**

- znečištěný a vlhký textil – musíme jej nechat na vlastní náklady zlikvidovat

Věci do kontejneru by měly být zabalené do igelitových pytlů či krabic, aby se transportem nepoškodily.

*Zajímá Vás, co se dále děje s darovanými věcmi?*

Věci jsou dále tříděny a dle jejich kvality jsou použity ve prospěch sociálně potřebných lidí, případně k technickému využití v továrnách. Tříděním věcí se zabývají lidé, kteří mají ztížené uplatnění na běžném trhu práce, touto činností jsou pro ně v Diakonii vytvořena chráněná pracovní místa. Pokud nepotřebné věci odnesete do žlutého kontejneru, činíte tak dobrý skutek, který má dalekosáhlejší význam než pouhé vyhození do popelnice.



## **Knihovna**

Naše knihovna čítá 500 svazků, největší část tvoří beletrie, najdete zde také detektivky, cestopisy, životopisy, trochu poezie, ale i knihy pro mládež.

Knihovna je otevřena 1x týdně. Darované knihy od rodinných příslušníků jsou k dispozici všem klientům a personálu v otevřených poličkách na jednotlivých odděleních.

*kolektiv relaxačního centra*

## **Rehabilitace v našem domově**

Počet osob v seniorském věku stoupá. Souvisí s tím mnoho problémů z oblasti zdravotní, sociální, psychologické i problémů společnosti jako celku. V tomto věku přibývá úrazů, většina klientů trpí několika chorobami zároveň a to vše zásadně ovlivňuje rehabilitaci.

Stárí je biologický proces, přirozená část života jednotlivce stejně jako smrt a umírání. Stále častěji se ale přesouvá na půdu sociálních zařízení.

Základním projevem a podmínkou každého živého organismu je pohyb. Ve stárí se pohyblivost snižuje, zpomaluje se proces učení. Přítomnost a budoucnost ztrácejí svoji naléhavost, uvolňují se vazby s okolím, zhoršuje se sluch, zrak, zpomalují se reakce. Základním předpokladem pro udržení vzpřímené polohy je chůze. Proto se snažíme starého člověka po úraze nebo nemoci (pokud ho tato situace připoutá na lůžko) co nejdříve mobilizovat.

*kolektiv relaxačního centra*

## Volby do zastupitelstva města

Rok 2014 je po volební stránce opravdu plodný. V květnu jsme měli možnost zúčastnit se voleb do Evropského parlamentu, v říjnu nás čekají volby do zastupitelstev obcí a do Senátu Parlamentu ČR.

V termínu 10. a 11. října 2014 se uskuteční na území celé České republiky volby do obecního zastupitelstva. Také v našem domově je zřízena volební místnost, ve které mohou odevzdat svůj hlas ti občané Heřmanova Městce, kteří mají trvalé bydliště na adrese našeho domova pro seniory nebo v jeho okolí a spadají tak do našeho volebního okrsku. Na rozdíl od jiných druhů voleb, nyní nelze žádat o voličský průkaz, není tedy možné volit v jiné obci ani v jiném okrsku.

Volební místnost bude otevřena v pátek 10. října od 14:00 do 22:00 a v sobotu 11. října od 8:00 do 14:00. Najdete ji v návštěvní místnosti v přízemí naproti vřátnici. Voliči se musí prokázat platným občanským průkazem.

*Mgr. Petra Kynclová  
sociální pracovnice*



### Očkování proti chřipce

Podzim máme tady a s ním i nepříjemné plískanice, déšť a samozřejmě první virózy a chřipky.

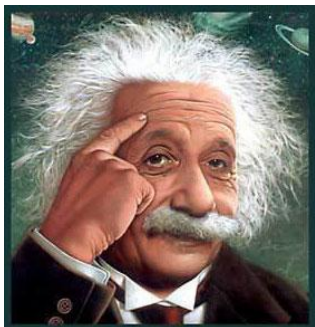
Chci jenom připomenout, že jako každý rok od druhé poloviny října u nás začne probíhat bezplatné očkování proti chřipce vakcínou VAXIGRIP. Očkování musí být bez potíží, to znamená cítit se dobře, nemít kašel, rýmu, teplotu.

U nás máme s očkováním výborné zkušenosti. Samozřejmě, že někdo onemocní, ale jedná se spíš o virózy.

Kromě očkování proti chřipce posílíme obranyschopnost organismu tak, že jíme dostatek ovoce a zeleniny, chodíme na procházky a pobýváme na čerstvém vzduchu.

Přeji Vám všem pevné zdraví.

*Alena Vitvarová  
vrchní sestra*



## Koutek pro trénování paměti

### Kartotéková paměť

Paměť nespočívá pouze v mechanickém zapamatování řady údajů v hlavě. Kapacita krátkodobé paměti je omezená, ale můžeme ji mnohonásobně zvýšit, pokud se snažíme zapamatovat informace v určitých skupinách nebo kategoriích. Do skupin (kategorií) si informace uložíme podle vlastností či znaků, které danou kategorii spojují. Máme-li například nějaký dlouhý seznam namátkou seskupených pojmů, musíme je seřadit podle určitého systému a provést tak jejich zakódování. Toto utřídění, které lze srovnat s kartotékou, pomůže k osvěžení a lepšímu vybavení pojmů.

#### Uveďme teorii do praxe:

Máme následující seznam slov (celkem 30):

|           |          |           |
|-----------|----------|-----------|
| šroubovák | Francie  | hoblík    |
| hrnec     | umývadlo | Anglie    |
| pažitka   | miska    | hřebík    |
| konev     | pilník   | lahev     |
| nůžky     | kmín     | pepř      |
| lžíce     | kleště   | Norsko    |
| žebřík    | Itálie   | kbelík    |
| Tunisko   | váza     | kladivo   |
| máta      | štětec   | petržel   |
| Austrálie | Česko    | Slovensko |

Zkuste si zapamatovat co nejvíce slov z tohoto seznamu. Přečtěte si každé slovo jenom jednou. Následně si zakryjte seznam a zkuste si vybavit všechna slova, na která si vzpomenete.

Kolik slov se Vám vybavilo? Chybí Vám jich hodně?

Nyní se opět na seznam slov podívejte a zkuste si slova sdružit do kategorií podle vlastností – např. státy, koření, nářadí, domácí a kuchyňské potřeby apod. Následně si jednotlivé skupiny a jejich slova zopakujte.

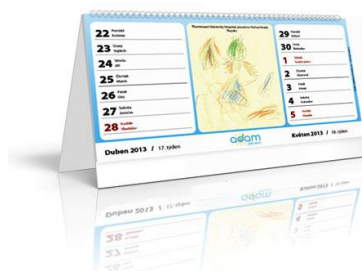
Kolik slov se Vám vybavilo nyní? Výsledek je určitě mnohem lepší!

Naučili jste se další techniku lepšího pamatování pojmů, potažmo možnosti, jak trénovat paměť.

Pokud Vás toto téma zaujalo nebo byste si rádi prakticky různá cvičení k trénování paměti vyzkoušeli, rádi bychom Vás pozvali **ve čtvrtek 16. 10. 2014 ve 14 hodin** do návštěvní místnosti (vedle sociálního oddělení) na setkání s lektorkou trénování paměti, Bc. Evou Merclovou.

Již na jaře 2014 se zde setkání zaměřená na trénování paměti odehrávala a zaznamenala mezi některými klienty úspěch. Proto se cyklus pravidelných setkání, která se uskuteční každý čtvrtek od 14 hodin, opět odehraje. Program: různé kvízy, hry a cvičení, při kterých si zábavnou formou rozproudíte činnost Vašeho mozku. Pokud Vás podobné úkoly baví, jste srdečně zváni!

*Mgr. Lenka Kellerová  
sociální pracovnice*



## **Státní svátky, které nás čekají do konce roku**

V závorce najdete rok, od kterého je den označován jako státní svátek (nebo dříve jako „ostatní den pracovního klidu“).

- |                     |                                                            |
|---------------------|------------------------------------------------------------|
| <b>28. říjen</b>    | Den vzniku samostat. československého státu (od roku 1988) |
| <b>17. listopad</b> | Den boje za svobodu a demokracii (od roku 2000)            |
| <b>24. prosinec</b> | Štědrý den (od roku 1990)                                  |
| <b>25. prosinec</b> | 1. svátek vánoční (od roku 1951)                           |
| <b>26. prosinec</b> | 2. svátek vánoční (od roku 1951)                           |

A nesmíme samozřejmě opomenout 1. říjen, což sice není český státní svátek, ale na toto datum připadá **Mezinárodní den seniorů**, který si svět připomíná již od roku 1998.

V našem domově ho oslavíme sportem, pro naše klienty připravujeme několik disciplín.

# OSMISMĚRKA

Na papežské konferenci se sejdou všichni kardinálové s papežem, který si vzal slovo: „Vážení kardinálové. Zkontaktovala mě firma Coca-Cola a nabídla naší církvi veliký sponzorský dar, pokud změníme slova „chléb náš vezdejší“ na „Coca-Cola naše vezdejší“. Tedy se vás ptám: Kdy nám končí smlouva **TAJENKA NA 10 PÍSMEN ???**"

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| V | E | N | T | I | L | A | C | E | Z | S |
| S | S | D | A | T | I | V | S | K | A | A |
| B | A | P | R | D | E | P | R | V | K | T |
| I | R | K | E | S | A | E | I | A | O | Y |
| Ř | P | E | O | S | S | L | Š | K | S | R |
| I | K | S | M | L | O | U | V | A | L | Á |
| C | O | Í | E | E | E | R | L | U | A | E |
| L | Ř | N | T | T | N | V | Š | C | V | I |
| E | Í | N | R | A | A | T | A | E | A | N |
| M | K | A | N | D | I | D | Á | T | M | Á |
| Š | P | R | O | T | I | C | U | L | U | M |

AKAŠU  
AREOMETR  
BIŘIC  
DATEL  
DATIV  
EMENTÁL

KANDIDÁT  
KAUCE  
LOSOS  
LUŠTIT  
MÁNIE  
MULUC

OLIVA  
OSLAVA  
PIKLE  
PRASE  
ŘÍMSA  
SAKOLEVA

SATYR  
ŠMELC  
ŠPROT  
VENTILACE  
VLADAN  
VLASY  
ZKRESLENÍ

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

Správné řešení naleznete na straně 35.

# SUDOKU

SNADNÉ

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

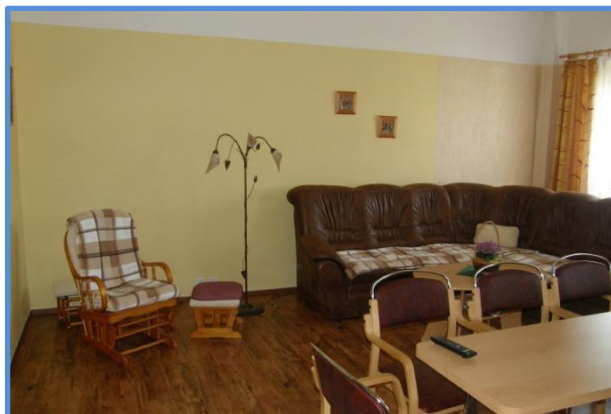
STŘEDNĚ OBTÍŽNÉ

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

Správné řešení naleznete na straně 35.

## Náš obýván

V letošním roce se zrealizovalo naše velké dlouholeté přání. Z jediného čtyřlůžkového pokoje, který v našem Domově byl, jsme vytvořili společenskou místnost pro klienty odd. L2.



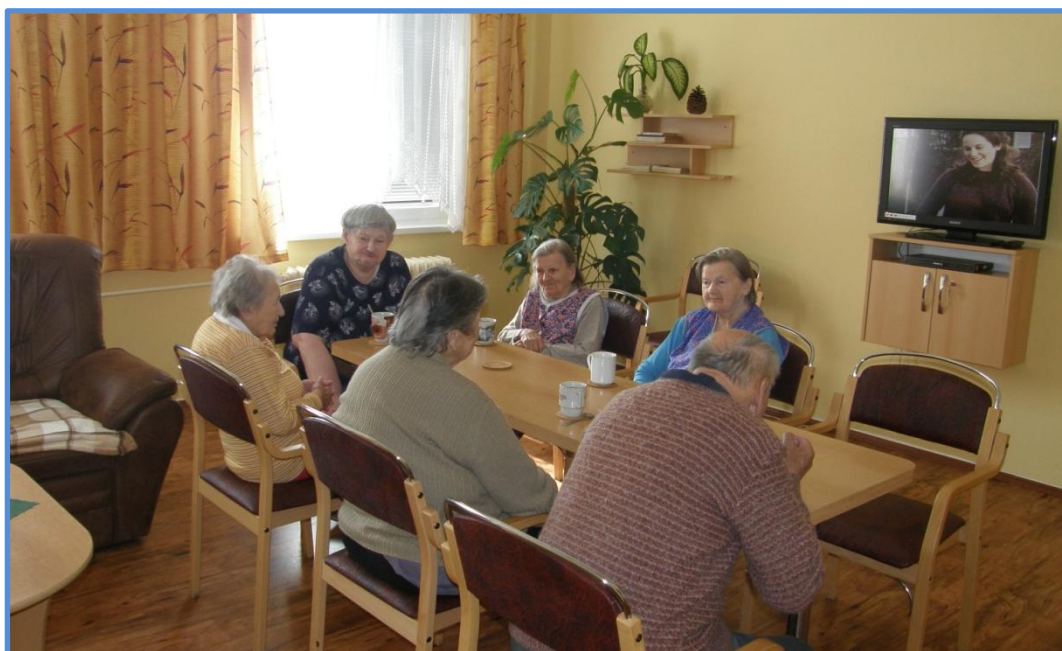
Naši klienti se rádi po obědě scházejí – na kávu, karty nebo „motání kuliček“ a na televizi. Neměli jsme ale jiné místo, než chodbu. Bylo to místo neútulné, kde stále někdo procházel, takže židle překážely a byl zde průvan ze schodiště. Letos se ale vše „v dobré obrátilo“ a máme společenskou místnost. Byla sem zakoupena sedací souprava, stůl, houpací křeslo, záclony a závěsy, krásná lampa. Skříňky a poličky vyrobil pan Hubač.

Zpočátku sem ale klienti moc nechtěli chodit, sedali na chodbě. Jak se říká „zvyk je železná košile“. Postupem času ale chodili víc a víc a dnes už všichni po jedné hodině odpoledne míří do „obýván“, jak sami společenskou místnost nazvali. Pijí kávu, hrají karty, dívají se na televizi, nebo jen tak povídají a vzpomínají na prožitý život.

Někteří klienti využívají obýván k odpočinku i dopoledne, často také slouží setkáním s návštěvami. Večer sem pak chodí klienti na televizi a dívají se i dlouho do noci.

Jsme všichni moc rádi, že obýván máme, a jsme na něj také náležitě pyšní.

*Kolektiv odd. L2*



## **Dědovy vzpomínky** aneb momenty ze života pana Otakara Haise

### **VZPOMÍNKA NA RODIČE A DĚTSTVÍ**

V roce 1928 naše rodiče nalákali agenti na přestěhování do Stodůlek u Prahy, kde pracovali na místním statku. Tam se jim narodila v roce 1929 dcera Jarmila, ale protože se naši matce stále stýskalo po Šumavě, dlouho tam nevydrželi a celá rodinka se vrací asi v roce 1930 zpět do Hoštic, kde se natrvalo usazuje v domě č. p. 62.

A život jde dál. Otec pracuje jako stavební dělník příležitostně na různých stavbách i jako kočí u sedláků. Za prací dojíždí někdy i 10-15 km na kole. Matka pracuje jako služka u sedláků, většinou u Menzla v Hošticích č. p. 16.

Někdy v roce 1934-35 kupují rodiče domek č. p. 55 a začínají si zakládat hospodářství, postupně slepice, králíky, později hejno husí, dvě tři kozy. A nám dětem začínají starosti, povinnosti. V té době nebyla v obcích žádná technika, elektřina se teprve pomalu zaváděla, jinak se vše provádělo ručně.

V chalupách se svítilo petrolejkami, záchod byl na dvoře, většinou někde v koutě „kadibudka“, a to i u velkých sedláků. Vodu jsme nosili v kýblech ze studny uprostřed obce, když bylo suché léto, chodili jsme pro vodu do studny na návsi. To byl úkol většinou pro starší děti. Mívali jsme bidlo přes rameno se dvěma háky, do dvou kýblů nabrali vodu a vraceli se do baráku. Vážili jsme si každé kapky vody.

Chodili jsme také pást kozy (u sedláka krávy), mladší děti zase husy a ty nejmenší obíhaly, co bylo potřeba.

Já nastupuji 1. září 1933 do první třídy obecné školy. Do naší spádové obce chodily i děti z Milejovic, Milíkovic, Svaryšova, do kostela i ze Strunkovic, pešky. Škola byla uprostřed obce.

První a druhá třída byla na faře, kde bydlel i pan řídící. Vyučování začíná v 8 hodin, přijde pan řídící, vezme housličky, zahraje některou národní píseň a děti zpívají. Když máme náboženství, s panem farářem se pomodlíme. Taková byla osvěta. Ve vedlejší budově byly další třídy: pro 3. a 4. ročník a pro 5. a 6. ročník. Vzpomínám, že jsme tou dobou neměli aktovky, ale jen takový pérový držák na sešit a knížku. My chudší jsme neměli ani boty, jenom tzv. „mejšláky“ – to byl kožený nárt na dřevěné podrážce. Vyráběl nám je táta, byl velice šikovný i na práci se dřevem. Mejšláky jsme nosili po celý rok, v zimě se na nich dobře klouzalo. Boty jsme nosili jen do kostela a do města.

Někdy v roce 1934 přichází do vsi konečně technická revoluce – elektrický proud. A pan řídící si kupuje rádio. Děti ze všech tříd povinně sedají na trávník u školy, pan řídící jde pro rádio, otvírá okno, děti „huby“ a diví se, že „to mluví a hraje“!

Odpoledne po škole nastává dětem povinnost: napást kozy a husy, případně doplnit zásoby vody a krmení pro domácí havěť, a tak na učení moc času nezbyvá. Na pastvě jsme však užívali dost zábavy. Od jara do podzimu jsme běhali bosi, na loukách bez problému, ale horší to bývalo po obilí na strništi. Po návratu domů jsme k večeři dostali kastrol brambor na loupáčku a kozí mléko, u stolu nás bývalo pět, a jak nám chutnalo! Voda z vaření brambor se zužitkovala, jeden po druhém jsme si v ní umyli nohy špinavé z pastvy.

Maso jsme mívali jen v neděli nebo o svátcích (Velikonoce, pout', posvícení, Vánoce).

O prázdninách v roce 1938 mě rodiče poslali do Milejovic ke strýci Hrubému na tři týdny. Po návratu jsem se nestačil divit, zatímco jsem si užíval volna u příbuzných, přinesla nám vrána domů holku, říkali jí Marie. Na to, že jsme měli v chalupě jen jednu místnost, bývalo u nás velice živo. Na postelích se spalo po dvou a Jindra, jako nejstarší, spal na peci.

Nad Evropou se stahují mraky. Hitler nám zabírá Sudety, pak zabírá celou republiku a máme z toho „Protentokrát“. Já končím obecnou školu a začínám navštěvovat Měšťanskou školu ve Volyni od 1. září 1939.

Začíná přidělový systém, na všechno jsou lístky. Na potraviny, na ošacení, na boty. Musíme se omezovat ve všem. Kdo nevyjde na lístky, shání „načerno“ a tím riskuje. My jsme na tom nebyli úplně nejhůř, měli jsme slepice (vejce), kozy (mléko), husy a králíky (maso). A otec měl zvýšený přiděl pro těžce pracující.

V roce 1941 nám němečtí vojáci obsazují měšťanku, a tak máme nucené prázdniny. Vždy jeden den v týdnu docházíme pro úkoly do některého sálu – sokolovna, banka, průmyslová škola, kde odevzdáme úkoly a dostáváme nové. Moc jsme se nenaučili, podle toho vypadalo i vysvědčení, měl jsem trojky, někdy i čtyřky. Ve 2. A mě kluci zvolili starostou třídy, ale moc přísný jsem nebyl. Však jsem taky několikrát dostal rákoskou!

*pan Otakar Hais  
klient z odd. B*

**Pokračování v příštím čísle...**



# Zlaté listy 2013

## Soutěž Zlaté listy 2013

V červnu letošního roku jsme se s časopisem *Náš domov* zúčastnili prvního ročníku soutěže Zlaté listy. **Soutěž o nej... časopis domova pro seniory roku 2013** vyhlásil Domov pro seniory Heřmanův Městec „Zámek“ ve spolupráci s odborným časopisem Sociální služby. Jedná se o celorepublikovou soutěž časopisů, které se mohl zúčastnit každý domov pro seniory nebo domov se zvláštním režimem, který z vlastních finančních i personálních zdrojů vydává ročně minimálně čtyři čísla vlastního časopisu, zpravodaje, novin či jiného periodika.

Celkově se do soutěže přihlásilo 31 časopisů. Všechny byly nezávislou porotou obodovány a nejlépe hodnocené postoupily do finálového klání. Vyhlášení výsledků proběhne v rámci 6. ročníku Týdne sociálních služeb ČR dne 8. 10. 2014. Kromě 1. – 3. místa ve dvou skupinách (do šesti výtisků za rok, více než šest výtisků za rok) bude oceněn také vítěz v kategorii „Titulní strana časopisu“ a zároveň bude udělena hlavní cena „Zlaté listy roku 2013“.

Výsledky budou vyhlášeny na závěrečném setkání finalistů a poté budou zveřejněny na webové stránce Domova pro seniory Heřmanův Městec „Zámek“, v časopise Sociální služby a tiskovou zprávou sděleny vybraným sdělovacím prostředkům.

**Jelikož zástupci redakční rady našeho časopisu obdrželi pozvánku na závěrečné slavnostní vyhlášení výsledků soutěže a předání cen, vypadá to, že se náš časopis mezi konkurencí neztratil. Držte nám palce. V příštím čísle se dozvíte výsledky.**

*Mgr. Petra Kynclová  
sociální pracovnice*

**Tajenka osmisměrky ze strany 29:**

**S PEKÁRNAMI**



**Správné řešení SUDOKU ze strany 30:**

Snadné:

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

Středně obtížné:

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

### **Svoje narozeniny budou slavit:**

|                        |              |
|------------------------|--------------|
| pí Janečková Hedvika   | 3. 10. 1926  |
| pí Rulíková Marie      | 6. 10. 1931  |
| p. Valenta František   | 9. 10. 1940  |
| pí Radilová Růžena     | 13. 10. 1926 |
| pí Moravcová Božena    | 16. 10. 1917 |
| pí Málková Věra        | 17. 10. 1935 |
| pí Ondrušková Jaromíra | 22. 10. 1919 |
| p. Ježek Václav        | 23. 10. 1925 |
| p. Křištof Ján         | 23. 10. 1944 |
| pí Picpauerová Marie   | 24. 10. 1921 |
| pí Stýblová Marie      | 24. 10. 1925 |
| pí Pospíšilová Sabina  | 27. 10. 1922 |

|                        |              |
|------------------------|--------------|
| pí Dopitová Miloslava  | 1. 11. 1935  |
| pí Štulínová Drahomíra | 4. 11. 1932  |
| pí Radostová Helena    | 5. 11. 1921  |
| p. Kořan Stanislav     | 7. 11. 1933  |
| pí Mariniová Vlasta    | 8. 11. 1934  |
| pí Satkeová Stanislava | 10. 11. 1935 |
| pí Bláhová Marta       | 12. 11. 1949 |
| pí Hlaváčková Vlasta   | 14. 11. 1931 |
| pí Stoklasová Olga     | 16. 11. 1930 |
| pí Horáková Emilie     | 16. 11. 1937 |
| p. Toman František     | 18. 11. 1923 |
| pí Radochová Miluška   | 19. 11. 1930 |
| pí Vašková Květuše     | 21. 11. 1929 |
| pí Korbelová Vlasta    | 23. 11. 1927 |

|                        |              |
|------------------------|--------------|
| pí Drášilová Věra      | 24. 11. 1925 |
| pí Chlumská Marie      | 24. 11. 1948 |
| pí Spálenská Jaroslava | 25. 11. 1933 |
| pí Mifková Helena      | 27. 11. 1925 |
| pí Sýkorová Marie      | 28. 11. 1925 |

|                          |              |
|--------------------------|--------------|
| pí Vyhnálková Marie      | 3. 12. 1956  |
| pí Hübnerová Miloslava   | 6. 12. 1953  |
| pí Šindelářová Jiřina    | 10. 12. 1934 |
| pí Klempířová Marie      | 11. 12. 1919 |
| pí Klimešová Zdenka      | 17. 12. 1923 |
| p. Novák František       | 18. 12. 1947 |
| pí Mencová Věra          | 20. 12. 1920 |
| pí Kožená Marie          | 22. 12. 1921 |
| p. Vobořil Bohumil       | 24. 12. 1929 |
| pí Vohradníková Marie    | 27. 12. 1924 |
| pí Marvanová Alenka      | 27. 12. 1929 |
| pí Novotná Marie         | 27. 12. 1932 |
| p. Kroutil Josef         | 28. 12. 1930 |
| pí Rambousková Miloslava | 29. 12. 1931 |
| pí Žáková Božena         | 29. 12. 1934 |

**Přejeme všechno nejlepší!**



### **Noví obyvatelé našeho domova:**

|                          |             |
|--------------------------|-------------|
| pí Zikmundová Božena     | 1. 7. 2014  |
| pí Vopatová Marie        | 3. 7. 2014  |
| p. Štěpánek Karel        | 14. 7. 2014 |
| p. Zboženský Jan         | 16. 7. 2014 |
| pí Rambousková Miloslava | 24. 7. 2014 |
| pí Doubravová Květoslava | 24. 7. 2014 |
|                          |             |
| pí Ježková Marie         | 14. 8. 2014 |
| pí Drášilová Věra        | 18. 8. 2014 |
|                          |             |
| pí Horváthová Mária      | 2. 9. 2014  |
| pí Hübnerová Miloslava   | 2. 9. 2014  |
| pí Koderová Miluše       | 4. 9. 2014  |
| p. Ježek Václav          | 8. 9. 2014  |
| p. Jursa Milan           | 10. 9. 2014 |
| pí Vašíčková Jarmila     | 17. 9. 2014 |

**Přejeme příjemný pobyt!**

## **S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili:**

|                        |             |
|------------------------|-------------|
| p. Slavík Václav, Ing. | 5. 7. 2014  |
| p. Hanousek Josef      | 6. 7. 2014  |
| p. Moučka Vlastimil    | 11. 7. 2014 |
|                        |             |
| p. Novotný Lubomír     | 5. 8. 2014  |
| pí Čablová Jarmila     | 9. 8. 2014  |
| pí Hemplová Ludmila    | 10. 8. 2014 |
| pí Jindrová Marie      | 14. 8. 2014 |
| p. Zboženský Jan       | 22. 8. 2014 |
| pí Rešetárová Mária    | 29. 8. 2014 |
|                        |             |
| pí Levinská Sylvie     | 5. 9. 2014  |
| pí Hergerová Jaroslava | 14. 9. 2014 |

**Čest jejich památce!**



**Odešli do soukromí:**

|                   |             |
|-------------------|-------------|
| pí Vilímková Hana | 15. 7. 2014 |
| pí Kozlová Anna   | 18. 8. 2014 |



## Náš domov

3/2014

*Čtvrtletník vydávaný Domovem pro seniory Heřmanův Městec.*

**Kontakty:**

*Domov pro seniory Heřmanův Městec  
U Bažantnice 63  
538 03 Heřmanův Městec*

**Telefon:**

*+420 469 660 268*

**E-mail:**

*socialni.ddhm@tiscali.cz*

**Redakční rada:**

*Ing. Petr Mazura  
Alena Vítvarová  
Jaroslava Rousková  
Mgr. Petra Kynclová*

**Šéfredaktorka:**

*Mgr. Petra Kynclová*