

Náš domov

číslo 3/2021

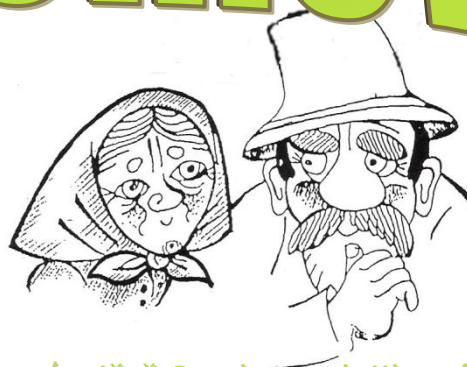


Foto: Pavel Hubáč: Výhled ze suťoviště Studenec k jihozápadu



Podzim 2021



Milí čtenáři,

před sebou máte v pořadí třetí vydání časopisu letošního roku, krásné barevné podzimní číslo. Než se začtete do zajímavých, zábavných či informativních článků, ráda bych se tu s Vámi rozloučila coby šéfredaktorka časopisu *Náš domov*. S koncem podzimu mě čeká nová výzva, rozšíření jedné významné životní role (o tom jaké role žena v životě „hraje“ si můžete přečíst na straně 34). Moje působení v našem „domovském“ čtvrtletníku tedy po osmi letech končí. A protože jsem tady byla především přes tu češtinu, přináším Vám na závěr malý češtinářský kvíz 😊 Správné odpovědi potom najdete na straně 37.

Přeji Vám hodně zdraví a životní spokojenosti.

Mgr. Petra Holubová
šéfredaktorka

KRAJÁČ je

- a) nůž
- b) rodák z kraje
- c) velký hrnec na mléko

DRAHNÝ je

- a) nudný
- b) drahocenný
- c) dlouhý

ŠLOJÍŘ je

- a) závoj
- b) zloděj
- c) středověký obchodník

ARCI znamená

- a) nikoliv
- b) ovšem
- c) avšak

REGULE je

- a) pravítko
- b) pravidlo
- c) pánská pokrývka hlavy

VYŇATÁ SLOVA jsou

- a) sprostá slova
- b) vyjmenovaná slova
- c) zastaralá slova

PORTMONKA je

- a) peněženka
- b) šeková knížka
- c) kapesní nůž

ČIVNÝ je

- a) čilý
- b) veselý
- c) nervový

DĚJEPRAVA je

- a) historická výprava
- b) přednáška
- c) dějepis

ŠKAMNA

- a) školní lavice
- b) kamna
- c) středověká nemoc

Převzato z instagramového profilu
cervenapropiska

Co v tomto čísle najdete

Milí čtenáři.....	2
Jak se Vám žije v našem domově	5
Sportovní odpoledne s Charitou	7
Zpestření volného času Charitou Chrudim	9
Apolenka – krásný výlet.....	11
Volby do Poslanecké sněmovny Parlamentu ČR	15
Luční gobelín	16
Podzim	17
Není Václav Havel jako Václav Havel	18
Legendární francouzský herec Jean-Paul Belmondo.....	20
Zvířátka na oddělení L1	22
Kdo je kdo v našem domově?.....	23
Koutek trénování paměti	32
Co je žena v domácnosti.....	34
Přehled akcí konaných v našem domově ve 3. čtvrtletí 2021.....	35
Osmisměrka	36
Správné řešení úkolů ze stran 32–33 a osmisměrky ze strany 36.....	37
Svoje narozeniny budou slavit.....	38
Noví obyvatelé našeho domova.....	40
S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili.....	41

Jak se Vám žije v našem domově

V jarních měsících roku 2021, v průběhu května a června, proběhlo v našem domově dotazníkové šetření spokojenosti klientů, do kterého se **zapojilo 52 obyvatel domova**. Všem, kteří jste se dotazníkem zabývali, vyplnili ho a vyplněný vrátili, děkuji za cennou zpětnou vazbu. Ráda bych Vás touto cestou informovala o tom, co jsme se od Vás prostřednictvím dotazníků 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.

Oblast poskytované péče

S poskytováním péče, vystupováním a chováním personálu jste vyjádřili spokojenost. Nespokojenost s přístupem personálu se objevila dvakrát, z toho se jedna výtká týkala připomínání kontrolních krevních odběrů. Při poskytování péče oceňujete zejména ochotu, laskavost a pochopení. Většinou také vnímáte kladně snahu personálu o individuální přístup při poskytování péče. Dvě připomínky k individuálně poskytované péči: první se týkala pocitu nedostatečné rehabilitační péče klientky po úrazu páteře, druhá zaznamenala postřeh rodiny ležící nekomunikující klientky, která si sama o pomoc říct nedokáže, a rodina vnímá její potřeby takto: „Často mívám žízeň, na hrníček nedosáhnu, o pomoc si nedokážu říci, čekám, až přijde návštěva a pití mi podá.“ 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 a další aktivity. Existují objektivní příčiny, kvůli kterým se nedaří Vaši soběstačnost zlepšit či udržet – zhoršení zdravotního stavu, vyšší věk a s ním spojený úbytek sil, který se může projevit i nezájmem o nabízené aktivity, ale i nedostatek personálu pro zajištění průběžného chodu relaxačního centra.

Většina z Vás uvedla, že nemáte pocit ztráty lidské důstojnosti ani narušen pocit soukromí a cítíte se bezpečně. Někteří jste se ovšem otázce vůbec nevěnovali a několik z Vás uvedlo, že ztrátu soukromí zažíváte v souvislosti s tím, že obýváte dvoulůžkový pokoj, který vám omezuje pocit

soukromí při návštěvách Vašich blízkých. Někoho ruší hluk, přál by si raději ticho, protože „ticho léčí“.

Většinou se cítíte být dostatečně informováni o dění v domově. Dvakrát se objevila nespokojenost s nedostatkem informací, z toho jednou se týkala nedostatku informací ohledně vlastního zdravotního stavu. 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 většinou jste s ním spokojeni. Někteří touží po jednolůžkovém pokoji kvůli spolubydlícímu i většímu soukromí, další by přivítali více životního prostoru i více místa pro uložení svých věcí. Většina z Vás je s úrovní úklidu v domově spokojena. S chodem prádelny jste převážně spokojeni, někteří i nadmíru. Někteří bohužel i zažili ztrátu svého oblečení (dvoje kalhoty). Při tak velkém objemu praného prádla ale nelze bohužel beze zbytku vyloučit, že se prádlo neztratí nebo „nezatoulá“ při procesu jeho třídění, praní a následném třídění zpět k Vám, klientům.

Velkou pozornost jste v dotaznících opět věnovali oblasti stravování. S časem podávaných jídel jste většinou spokojeni, ale někdo by časy stravování posunul, ale které a jak už neupřesnil. 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 více pečiva místo chleba a jiný zase pocítuje nedostatek mléka. Někomu se zdá jídlo málo ochucené a jiný by požadoval v jídle více česneku. A někdo, kdo nemá rád pomazánky, a už vůbec ne v jeden den k snídani i k večeři, by si přál lepší plánování jídelníčku. Většina je se stravováním spokojená.

Oblast mezilidských vztahů

Téměř všichni jste s celkovým prostředím domova spokojeni. Někteří si všímáte pravidelné údržby a renovací, které v domově probíhají, a kladně je hodnotíte. Pro jiné z Vás je nejdůležitější možnost pobytu v pěkné zahradě a na čerstvém vzduchu, a proto byste rádi měli pod pergolou více stolů a okolo nich více míst k posezení při besedování. Co se týká kontaktu a komunikace mezi obyvateli domova, tak zde se potřeby různí. Někteří máte potřebu

a možnost vytvářet vztahy a komunikovat s ostatními, jiní tuto potřebu nemáte a nevstupujete tolik do navazování kontaktů. A je zde i skupina obyvatel, která by byla ráda v kontaktu s ostatními a ráda s druhými komunikovala, ale její možnosti navazovat kontakty či komunikovat jsou velmi omezené (špatně slyší, špatně mluví, ale ráda poslouchá, nebo jí brání jiné fyzické překážky, omezená mobilita či imobilita).

Většinou také víte o vydávání časopisu *Náš domov*, který vychází každé čtvrtletí. Někteří z Vás patříte mezi pravidelné čtenáře časopisu anebo je Vám předčítán, když už sami aktivně číst nemůžete. Někteří jste se o časopisu zatím nedozvěděli.

Je potěšující, že většině z Vás se v domově pro seniory žije dobře a jste spokojení. Někteří z Vás neváhali a do anonymního dotazníku připojili i svůj podpis, aby o jejich spokojenosti nebylo pochyb. Vaše důvěra nás těší a zároveň zavazuje, proto neváhejte a nebojte se i příště využít formu 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 dotazníkům věnovali, a přeji Vám další spokojené dny prožité v našem domově.

Bc. Helena Plecháčková
sociální pracovnice

Sportovní odpoledne s Charitou

Dne 9. srpna 2021 pro nás dobrovolníci chrudimské Charity pod pergolou naší zahrady uspořádali krásné sportovní odpoledne.

Na začátku pan ředitel dobrovolníky přivítal a popřál klientům úspěch v soutěžích. Účast klientů byla velická, všichni chtěli soutěžit.

Osm až deset dobrovolnic stálo u sportovních stanovišť, sociální pracovnice Mgr. Kellerová a sestřičky pomáhaly těm na vozíčku nebo chodícím, aby se ke stanovišti dobře dostali. Úkolem soutěžících bylo například házení dřevěných kroužků na stojánek, házení do různých otvorů či oblíbené šipky, navíjení provazu na dřevěný kolík nebo si klienti mohli zarybařit. Dřevěná ryba měla na hlavě drátěný otvor a rybář se snažil prutem opatřeným háčkem rybu navléci. Nasmáli jsme se a tleskali všem soutěžícím.

Počasí nám přálo a pergola i lavičky kolem byly plné klientů. Všem se to moc líbilo a my jsme prožili krásné sportovní odpoledne, zapomněli na bolesti a cítili se jako mladí.

Charita pro nás připravila pohoštění – sladkou tyčinku a malý sáček s rozpustnou kávou. K našemu překvapení dostal každý účastník diplom se svým jménem a každý si ho s úsměvem odnesl.

Je to krásné, když se akce podaří, a my všem za to pěkné sportovní odpoledne srdečně děkujeme.

*paní Jaroslava Rousková
klientka oddělení D3*





Zpestření volného času Charitou Chrudim

Po náročném podzimu a jaru spojených s covidem jsme v domově radostně uvítali zlepšování situace a možnost vrátit se do normálnějšího života. To spočívalo hlavně v otevření domova návštěvám (i když za podmínek stanovených vládou) a v obnově volnočasových aktivit. V letním období nám pomohli rozšířit nabídku akcí pro klienty dobrovolníci Charity Chrudim. Paní Eliška Macháčová uspořádala v období června až září 2021 v kulturní místnosti domova sedm přednáškových besed na zajímavá témata (pověsti z historie hradů a evropských států, o nemocech králů, o čem vyprávějí hvězdy a další). Lidé duchovně zaměření se zúčastnili biblického čtení se zpěvy komponovaného členkami chrudimského evangelického sboru. V článku výše bylo popsáno sportovní odpoledne. 13. září 2021 se uskutečnilo výtvarné tvoření, kdy si zúčastnění mohli namalovat hrneček, vytvořit něco z hlíny či zhotovit krabičku, vyškrábat obrázek nebo vybarvit přání. Někteří příchozí se do tvoření pustili opravdu s vervou.

Do dalších měsíců společně plánujeme ještě ochutnávku cvičení nebo vystoupení hudební skupiny.



Za realizaci všech těchto aktivit děkujeme koordinátorkám dobrovolnictví Charity Chrudim, Ing. Nell Stoupové a Ing. Ivaně Blehové, které svou práci dělají s nasazením a nadšením. Samozřejmě děkujeme také všem dobrovolníkům, kteří náš domov navštívili a navštěvují a vnášejí nám sem nové podněty a zážitky.

Dobrovolník daruje svůj volný čas druhým lidem a zpět získává většinou hřejivý pocit, že tato aktivita je pro druhé i pro něj smyslná. Není na tom nic složitého či těžkého. Dobrovolníků není nikdy dost a v našem domově s nimi rádi spolupracujeme.

Pokud byste znali někoho, kdo by měl zájem se dobrovolníkem stát, předejte mu kontakt na Ing. Nell Stoupovou – koordinátorku dobrovolnického centra Charity Chrudim, telefon 704 675 407, nebo koordinátorku dobrovolníků přímo v domově pro seniory – Mgr. Lenku Kellerovou, telefon 774 710 576.

*Mgr. Lenka Kellerová
sociální pracovnice*

Apolenka – krásný výlet

S vidinou krásného babího léta začaly v srpnu kolegyně plánovat výlet na statek Apolenka. Na okraji Pardubic v části Spočil v bývalém zemědělském družstvu se rozléhá mnoho pastvin a výběhů nejen pro koně.

Apolenka, která je primárně zaměřena na hiporehabilitaci (metoda využívající jízdu na koni pro lidi s postižením), nabízí také pracovní uplatnění osobám se zdravotním postižením, ustájení koní soukromým osobám, jezdeckou školu, naučné programy pro školy a školky a vyrábějí se zde produkty z kravského a koziho mléka.

Objednaný bezbariérový autobus pro 14 klientů a 11 zaměstnanců a dobrovolníků byl připraven k odjezdu 14. září 2021 v 8:45. „Nalodění“ proběhlo bez komplikací a pan řidič nás bezpečně dopravil na místo.



Po příjezdu se nás ujala sociální pracovnice Bc. Lenka Svobodová a pracovnice v sociálních službách Radka Špačková. Po úvodních slovech nás pak provedly celým areálem a během prohlídky nás seznámily se zvířecími obyvateli a chodem Apolenky.

Na farmě jsou k vidění koně, oslíci, lamy, krávy, ovce, kozy nebo drobní hlodavci jako morčata a králíci. V dalších výbězích pobíhají kachny, perličky, slepice a dokonce i pštrosi a pávi. Ve voliérách je mnoho druhů zpěvného ptactva, andulek a papoušků.

Jako první nás ale uvítal velbloud Aladin, který je milovníkem banánů. Naše dobrovolnice Natálka měla jeden ke svačině a my se mohli přesvědčit, že banán je pro Aladina opravdu lahůdkou.



Naši klienti ale nezapomněli s dobrotami i na další zvířata, která si pochutnala na suchém pečivu a jablíčkách. Odměnu za pohlazení a pomazlení tak dostal nejen miniponík Daník a oslík Ferda.





Bez odměny jsme nemohli zůstat ale ani my. Výlet jsme zakončili skvělými řízky s chlebem a kyselou okurkou z naší kuchyně. A kdo měl chuť ještě na něco dobrého, mohl si dojít do Chlívku. Nelekejte se, zmrzlinu ani kávu jsme si nedávali mezi prasátky, ale v novém bistru, které bylo předěláno z bývalého vepřína. S prázdnou jsme také neodjízděli. Poslední zastávkou byla prodejna s produkty z kravského a kozího mléka, které se vyrábí přímo na statku.





*Bc. Ilona Bínová
sociální pracovníce*

*„Za nás klienty děkujeme za uspořádání výletu
na farmu Apolenka. Moc se nám zde líbilo,
ani se nám nechtělo zpět domů.
Těšíme se na další podobné zážitky.“*

*paní Eva Kubelková
klientka z oddělení L2*



Volby do Poslanecké sněmovny Parlamentu ČR

V letošním roce se budou opět po čtyřech letech konat volby do Poslanecké sněmovny Parlamentu ČR. Termín je stanoven na **pátek 8. října a sobotu 9. října 2021.**

V našem domově pro seniory již volební místnost nebude, jako tomu bývalo dříve. Domov pro seniory spadá do volebního okrsku v hasičské zbrojnici. Pokud budete chtít volit v této volební místnosti, je nutné, abyste si doprovod domluvili s rodinou. Doprovody za tímto účelem náš personál nezajišťuje.

Voliči, kteří chtějí hlasovat, ale nemohou volit ve volebním okrsku v místě svého trvalého pobytu, budou zapsáni na základě písemné žádosti do zvláštního seznamu voličů. Do tohoto seznamu můžete být nahlášeni v termínu do pátku 1. října 2021 do 14 hodin. Týká se to voličů s trvalým pobytem v jiné obci, ale také voličů z Heřmanova Městce, kteří mají trvalý pobyt v jiném volebním okrsku než v tom, v němž se zařízení nachází.

Voliči nastupující do domovů pro seniory až po 1. říjnu 2021 se již k zápisu do zvláštního seznamu nenahlašují – v zařízení poté mohou volit do přenosné volební schránky již jen na voličský průkaz vydaný jejich „domovským“ obecním úřadem. O voličský průkaz si může volič požádat v místě svého trvalého pobytu osobně do 6. října 2021 do 16 hodin.

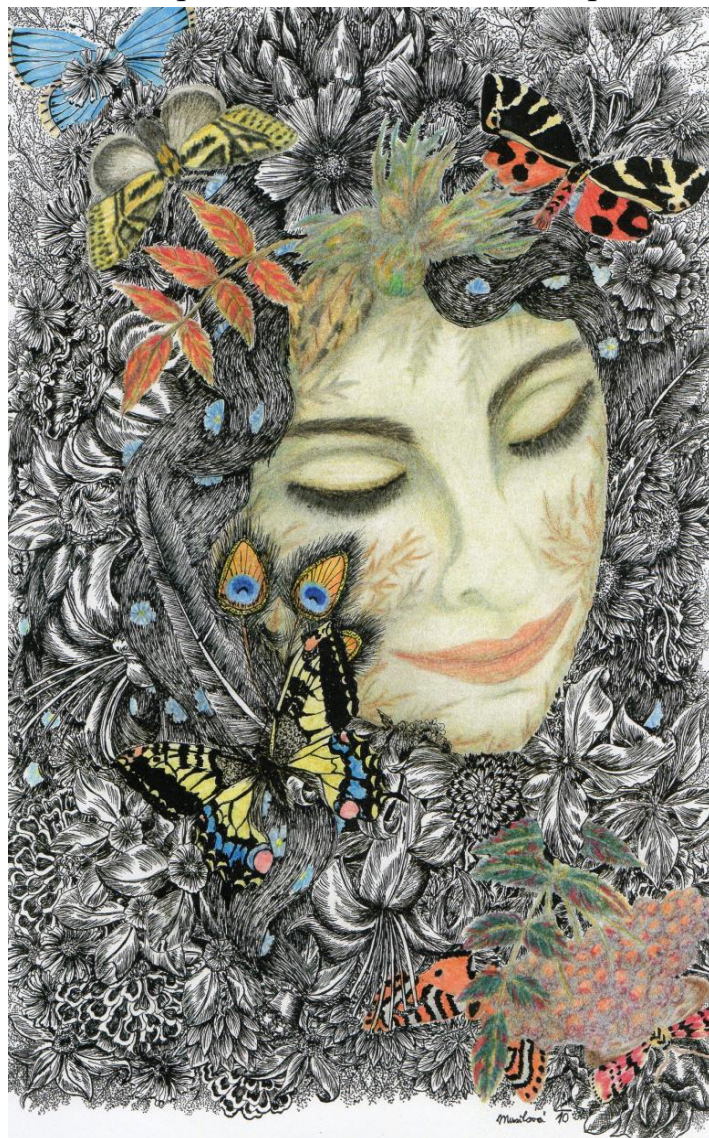
K těm z Vás, kteří by chtěli volit a nemají možnost se do volební místnosti dostavit, přijdou členové volební komise s volební urnou. Je tedy nutné, abyste se včas přihlásili na sociálním oddělení, a my Váš zájem nahlásíme volební komisi, která Vás navštíví v pátek 8. října 2021 mezi 14. a 16. hodinou na pokoji.

Klientům, kteří mají trvalý pobyt v domově, budou doručeny volební lístky s informacemi v předstihu. Klienti, kteří v domově trvalé bydliště nemají, by měli obdržet volební lístky na adrese trvalého bydliště – jejich předání si musí domluvit s rodinou.

*Mgr. Petra Linhartová
vedoucí sociálního oddělení*

Luční gobelín

Gobelín louky od háje k lesu,
dostihy kobylek v motýlím plesu.
Co jen to všechny napadlo?
Obrázek vhozený v tůňové zrcadlo,
nevěsty kopretin, zvonkoví ženiši,
družičky z včelínů, sluhové mraveništní,
všichni tak radostní, všichni tak sebejistí.
Tolik slunce, na němž se tisíce křídel blyští.
V pavučinkách poslední strážní andělé,
kapek třpytné rosy, ranním vánkem leštěné,
barevné vůně k sobě se ladí,
nové aktéry louka k sobě vábí,
než padnou pohostinná stébla kosami ženců,
než se tráva promění v seno utočené do pletenců.



Podzim

Veselý malíři podzimu,
nečekej ještě na zimu,
kdo ví, na jak dlouho slunce ohřeje tě,
bodře rozhlédni se po paletě,
dokud ještě leccos kvete.

Noc rosou operlila pavučinu
a mrazík jí dodal krajkoví,
přesto slunce má se k činu,
i ten deštík duhový,
co padá z vlídné oblohy.



*Autorkou básní i kreseb je naše klientka z oddělení L2,
paní Miroslava Musilová.*

Není Václav Havel jako Václav Havel

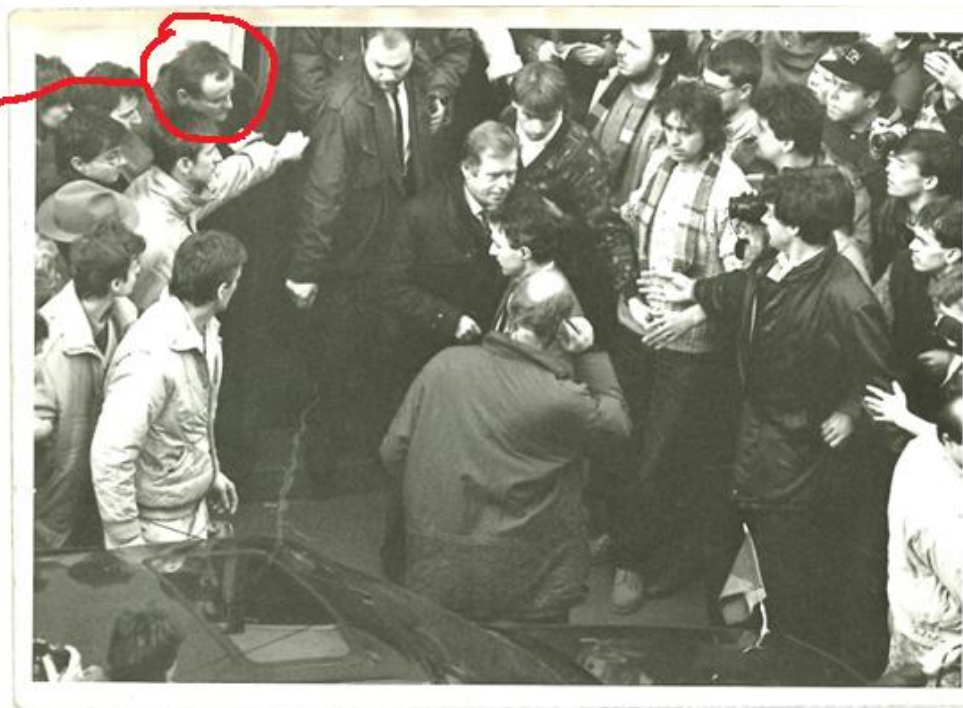
Manželé Zdeňka a Václav Havlovi žili dříve v Pardubicích a nastoupili do našeho domova na konci července 2021. Pan Václav Havel se narodil v Praze, ale v osmi letech se se svou maminkou přestěhoval do Pardubic. Pracoval jako dělník ve výrobě léků a rád sportoval.



Se jménem evokujícím jméno prezidenta si užil řadu veselých historek. Na můj dotaz, jestli se někdy s prezidentem Václavem Havlem setkal, odpověděl:

„Viděl jsem se s ním dvakrát. Když byl v Pardubicích, šel jsem ho pozdravit. Mám fotku ze setkání před Východočeským divadlem. Pocházím z Prahy a můj táta pracoval jako mechanik ve filmovém studiu na Barrandově. Byl to taky Václav. Příbuzný s prezidentem Havlem jsme ale nebyli. Já jsem ročník 1945.“ (Poznámka redakce: prezident Václav Havel se narodil v roce 1936.)

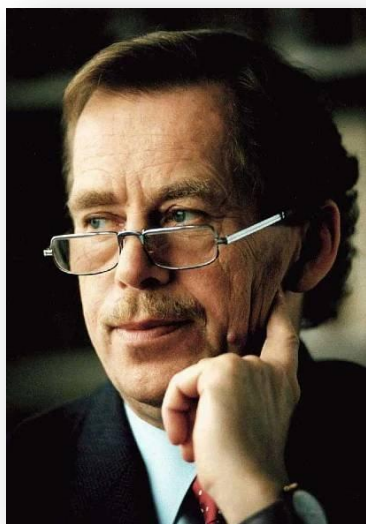
"Náš"
Václav Havel



„Když jsem stál třeba frontu na pivo nebo na nákup, tak říkali: ‚Je tady Václav Havel, tak ho pusťte dopředu!‘ Nebo když jsem hrál nohejbal, házenou či pingpong, tak říkali: ‚Teď má nástup prezident.‘ Jednou jsem hrál fotbal a udělal jsem nějaký faul, rozhodčí přišel a řekl: ‚Prezidenti se nevylučují!‘ V den, kdy Václav Havel umřel a vezli ho na lafetě, přišli k nám kamarádi a dělali si legraci: ‚Jak to, že sedíš tady, vždyť máš ležet na lafetě!‘“

Zeptala jsem se v humoru manželky pana Havla, jestli není Olga nebo Dagmar? Povídá mi: „Já jsem Zdeňka. Někdy si v práci ze mě dělali legraci, že jsem první dáma, ale bez peněz.“

Na závěr mi pan Havel řekl, že se snažil, podobně jako jeho jmenovec Václav, bojovat proti okupaci – při jednom fotbalovém zápase proti Rusům pan Havel nesl nápis „Běž domů, Ivane, čeká tě Nataša.“ ☺



*Mgr. Lenka Kellerová
sociální pracovníce*

Legendární francouzský herec Jean-Paul Belmondo

Přitažlivě ošklivý, s křivým nosem, odstávajícíma ušima, vráskami a silnými rty. A stejně dobyl svým šarmem a úsměvem filmové plátno i srdce mnoha žen. Takový byl herec Jean-Paul Belmondo, ve Francii přezdívaný Bébel. V pondělí 6. září 2021 zemřel ve věku 88 let.



Narodil se 9. dubna 1933 jako syn sochaře Paula Belmonda a malířky Sarah Rainaudové-Richardové. Ve škole mladý Jean-Paul příliš pilný nebyl, vášnivě ale provozoval sport ve všech jeho podobách, zajímal se zejména o fotbal a cyklistiku. Jako teenager se dokonce krátce vydal na dráhu amatérského boxu. Dostal však tuberkulózu a odjel se léčit do hor. Zde přemýšlel o své budoucnosti a rozhodl se, že chce být hercem. Záhy se přihlásil na Národní konzervatoř dramatických umění, kam byl po několika pokusech nakonec v roce 1952 přijat.

Ztvárnil role ochránců zákona, gangsterů, elegantních svůdců, podvodníků i dobrodruhů. A nikdy se nebál uplatňovat i své proslulé kaskadérské kousky. Ve filmech ho tak můžeme vidět, jak skáče po francouzských střechách, padá z vrtulníku do plujícího člunu nebo jak se plazí po jedoucím metru.



Na filmovém plátně se poprvé objevil už v 50. letech. Průlomová se pro něj stala role ve snímku Jeana-Luca Godarda *U konce s dechem*. Pak natočil ještě desítky filmů, například *Cartouche* (1962), *Muž z Ria* (1964), *Bláznivý Petříček* (1965), *Muž z Acapulca* (1973), *Zvíře* (1977), *Profesionál* (1981), *Dobrodruh* (1983). Dohromady hrál asi v 80 snímcích.

Hercovým posledním počinem je televizní dokument z roku 2015 přibližující jeho úspěšnou filmovou kariéru. Film *Belmondo o Belmondovi* je postaven na jeho rozhovorech se synem Paulem v místech, kde točil některé své nejslavnější filmy. Na stříbrném plátně se naposledy objevil v roce 2008 ve snímku *Muž a jeho pes*. Úspěšný byl i na divadelních prknech, na které se vrátil v roce 1987 adaptací románu Alexandra Dumase s názvem *Kean*. V Paříži si také stříhl titulní roli v ikonickém *Cyranovi z Bergeracu*.

Jean-Paul Belmondo získal v roce 2017 od francouzské filmové akademie speciální cenu *César*. Mimo jiné obdržel i nejvyšší francouzské státní vyznamenání *Řád čestné legie*. Má také cenu Asociace losangeleských filmových kritiků za celoživotní dílo. V roce 2011 také získal *Zlatou palmu* na festivalu ve francouzském Cannes.

Nejznámějším dabérem Belmonda u nás je dozajista Jiří Krampol, který mu propůjčil svůj hlas v několika desítkách filmů. Daboval ho však i Ladislav Mrkvička, populární Josef Vinklář, Jan Tříska nebo další dabingová legenda Miroslav Moravec.

Bc. Ilona Bínová
sociální pracovnice



Zdroj:

<https://stars24.cz/celebrity/svetove-celebrity/9048-jean-paul-belmondo-po-cesku-kdo-jej-daboval-nejcastěji>

https://www.irozhlas.cz/zivotni-styl/jean-paul-belmondo-smrt-herec_2109061631_zuj

<https://www.novinky.cz/kultura/clanek/zemrel-jean-paul-belmondo-40371227>

<https://www.seznamzpravy.cz/clanek/zemrel-herec-jean-paul-belmondo-174005>

<https://www.ceskenoviny.cz/zpravy/ve-veku-88-let-zemrel-francouzsky-herec-jean-paul-belmondo/2086147>

Zvířátka na oddělení L1

Jistě jste si mnozí všimli, že se u nás na oddělení na jaře objevili noví králíci. Ti původní bohužel odešli na věčný odpočinek. S kolegyněmi jsme si řekly, že klec nemůže zůstat prázdná, tak jsme oslovily paní Olinu ze *Zvěřince na statku*, kterou známe z pravidelných návštěv s pejsky v rámci canisterapie, a koupily od ní dva zakrslé, nedávno narozené, králíčky. Získaly jsme **dvě králičí slečny** a vymyslely jsme jim jména **Pralinka** a **Fidorka**. Myslím, že jsme udělaly dobře, protože dělají nám i klientům radost. Hodně lidí se u nich zastaví a některé klientky jim nosí ze zahrady něco zeleného k snědku.

Poděkování patří také holiči Davidu Stybalovi, který nám věnoval **pár rybiček** do akvária. Pozorujeme je, jak pomalu rostou a jak se jim daří.

A posledním zvířátkem na oddělení je naše **kočička Liduška**. Je to nalezenec. Objevila se u prádelny, kde ji našly pracovnice z L0 a přinesly nám ji. Stalo se to krátce po tom, co zemřel náš dřívější kocourek Honzík. Už jsme žádnou kočku nechtěly, ale této nám bylo líto, tak u nás zůstala. Je sice k některým lidem obezřetná, ale zvykla si tu.

Jsmo rádi, že nám život v domově obohacují tito zvířecí tvorové, což oceňují i klienti a jejich návštěvy.



*Gabriela Ilková
staniční sestra oddělení L1*



Kdo je kdo v našem domově?



Když se pustíte do hovoru s **Alicí Šírkovou** (narozena v roce 1970, bydlí v Prachovicích), jen tak se neodtrhnete a vyslechnete si spoustu veselých a dobrodružných historek z jejího života. O bližší seznámení s ní jsme Vás proto nemohli ochudit.

Jak dlouho a v jaké funkci v DPS pracuješ?

„Pracuji v domově 2,5 roku jako pracovnice v sociálních službách na oddělení L0 a B.“

Jaké byly Tvoje předchozí pracovní zkušenosti?

„Narodila jsem se v Kolíně, kde jsem žila asi do třiceti let. Na střední školu jsem chodila na chemickou do Pardubic. Po mateřské dovolené jsem pracovala přes deset let jako laborantka v Koramu v Kolíně. Hrozně mě to bavilo, byly jsme tam samé holky a měly jsme fajn kolektiv. Z Kolína jsme se s manželem přestěhovali do Prachovic. Od roku 2000 jsem pracovala na benzince v Heřmanově Městci. Tam jsem byla na směně sama svým pánem, rozhodovala jsem, co bylo potřeba, měla jsem fajn šéfa. Ve svých zaměstnáních jsem měla vždycky štěstí na dobré šéfy, což je důležité. Pracovala jsem tam šestnáct let, ale po té době na mě přišlo nějaké vyhoření, že už mi vadila i příjíždějící auta. Cítila jsem, že to není ono a že té práci už nedávám to, co dřív. V té době se mi narodil ve Francii vnouček, takže jsem dala výpověď a jela za dcerou a její rodinou do Francie. Na střídačku jsem pobývala doma a ve Francii a tady jsem střídala různé brigády (Vivantis, masna, pizzerie na náměstí v Heřmanově Městci).“

Jak ses dostala k práci v domově pro seniory?

„Onemocněl mi dědeček a já jsem se o něj chtěla postarat. Udělala jsem si v Kolíně pečovatelský kurz. Dědeček nepil, nekouřil, přesto dostal rakovinu

kostí. Měl bohužel velké bolesti a já jsem se modlila, aby se již netrápil. Tehdy poprvé jsem se dotkla empatie s umírajícím, kdy jsem tu situaci s ním hodně prožívala a on byl strašně rád, když jsem tam byla s ním. Po této zkušenosti jsem přemýšlela nad tím, že by možná mělo být právo volby ukončit svůj život (tzv. eutanázie), když někdo trpí a má velké bolesti.“

„Při studiu jsem absolvovala praxi v Domě s pečovatelskou službou v Prachovicích. Zde jsem zároveň mohla s lidmi provádět rozhovory k sociologickým průzkumům, což jsem dělala jako brigádu a moc mě to bavilo.“

„Dědeček zemřel a já svůj kurz uložila do skříňky s tím, že se jistě někdy bude hodit. Po čase jsem začala uvažovat, že bych své, zatím teoretické, znalosti využila. Lákala mě práce v sociálních službách, pomoc lidem. Od pracovníků, které byly zaměstnané v domově pro seniory, jsem se dozvěděla, že jsou tady moc spokojené. Přišla jsem se sem jednou podívat a moc se mi tady líbilo, bylo to tady takové útulné, čisté, měla jsem z toho prostředí dobrý pocit. Hodně vnímám takovéto věci – atmosféru, pozitivní či negativní energii. Bohužel neumím to negativní dát od sebe pryč, že mě to někdy hodně semele a jsem pak vysátá. Takže jsem pak sem nastoupila.“

Co se Ti líbí na práci v domově pro seniory?

„Celkově mě tady práce baví. Je jasné, že tuto práci nemůže dělat každý – moje maminka nebo moji známí říkají, že obdivují ty, kteří tuto práci dělají, a že by to dělat nemohli. Člověk to musí cítit srdcem a být na to nastavený. Když jsou klienti smutní, člověk si k nim sedne, pohladí je nebo si s nimi popovídá, což některým lidem chybí. Často je trápí bolesti, tak se je snažím aspoň trochu povесelit. Čím dál více si uvědomuji, že na stáří není nic krásného. Ale je potřeba využít možností, které ještě jsou – třeba se snažit trénovat chůzi nebo se účastnit nějakých programů.“

„Tato práce mi dává smysl, ale samozřejmě ubírá taky nějakou energii. Mám radost, když se klientovi třeba zlepší zdravotní stav a když jsou lidi celkově spokojení. Vše se jim dá vyčíst z očí – bolest nebo třeba i poděkování, když nemůžou mluvit. Musím říct, že jsem si i kolikrát pobřečela, když někdo z klientů odešel. Říká se, že bychom měli být profesionálové, ale my tady s klienty trávíme někdy i více času než doma, takže samozřejmě nějaké vzájemné napojení mezi námi je. S někým více, s někým méně. Mám v sobě negativní pocity z doby covidu, kdy jsme museli odvézt nemocné na izolaci a pro ně i pro nás to bylo těžké. Hodně lidí zemřelo, třeba i těch, kteří byli poměrně hodně soběstační.“

„Myslím, že tady máme i dobrý pracovní kolektiv – vzájemně si pomáháme, jdeme si někam sednout ve volném čase, což je pro celkovou spokojenost v práci taky důležité.“

Co se Ti na práci nelíbí, co bys chtěla, aby bylo jinak?

„Respirátory! Nejsem lékař, ale vím, že člověk přichází na svět prvním nádechem a odchází posledním výdechem. Vydýchané hleny, nečistoty a patogeny se v nich zachytávají a díky teplému a vlhkému prostředí mají ideální podmínky pro množení. Při ranní a večerní hygieně u klientů se opravdu zapotíme, při koupání obzvlášť. S respirátorem dostává naše imunita na frak. Nehledě na to, jak dlouho se již v práci používají povinně. Je rozdíl nasadit respirátor na chvíli v obchodě nebo v autobuse, anebo v něm trávit 12 hodin denně čtyři pracovní dny v týdnu. Doufala jsem, že když bude většina klientů a zaměstnanců očkovaná, že s tím skončí i nošení respirátorů. Většina domova covid prodělala, i když jsme nosili všechny ochranné pomůcky, respirátory a obleky.“

„To, že se mi nošení respirátorů nelíbí, jsem napsala i panu premiérovi Babišovi a panu Rakušanovi. Ten mi odepsal, že to budou projednávat ve vládě, a zároveň mi napsal, jak moc si váží naší práce v sociálních službách.“

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

„Ticho!!! Zahrádka, příroda, zvířata, knihy, pejsci.“

„Mohla bych si otevřít knihovnu, od malička hrozně ráda čtu. Ve čtvrté třídě jsem dostala k Vánocům knihu o Karlu IV., která se mi moc líbila. Už jako dítě jsem si s babičkou vystála v Praze frontu na korunovační klenoty, dodnes si pamatuji i lebku Jana Lucemburského. Za knihy utratím spoustu peněz, беру to jako dobrou investici, bohužel je nestíhám číst. Plánuji to na důchod. Vyložené oblíbeného autora nemám. Mám knihy s rozdílnou tematikou, záleží na náladě a rozpoložení, vždy v knihovně něco najdu. Teď pročítám i knihy duchovního charakteru (jak si něco přát apod.).“

Je o Tobě známo, že máš zajímavé zážitky z cestování...

„Když mám chuť na dobrodružství, tak cestuji. Tedy spíše cestovala jsem. Žádná z mých cest neproběhla v klidu a pohodě a dnes již dopředu vždy počítám s komplikacemi. Vzpomínám na toalety na letišti v Praze. Dole byly stále obsazené a já jsem zjistila, že o patro výš jsou také, a bez lidí. Tak jsem si tam před nástupem do letadla odskočila. Něco se nepovedlo, dveře se zasekly a nešly

otevřít. Toaleta byla zděná a v blízkosti žádní lidé. Křičela jsem: „Pomóc, musím letět!“ Naštěstí přišla paní uklízečka a zavolala nějakému údržbářovi. Letadlo jsem stihla a zbytek cesty byl v pohodě. Ještě si pamatuji, že na stropě chyběla jedna deska a proběhlo mi hlavou, jak se tím otvorem dostat ven. Jako to bývá v akčních filmech.“

„Unavený a naštvaný velbloud též není to pravé ořechové. Varuji: „Nikdy nejezděte na velbloudech večer!“ V Egyptě nás tak dlouho naháněli majitelé těchto zvířat, až jsme pro náš klid vyrazily na projížďku. Zvířata byla zjevně unavená. Část cesty byla krásná – po pravé straně Rudé moře, po levé poušť, kochaly jsme se krásou a nelitovaly. Potom nám doprovázející chlapec na koni udělal fotografie a se smyslem pro humor dal otěže prvního velblouda kamarádce do ruky. Plácnul svého koně a zmizel do pouště. Alena nás hrdě vedla, já za ní. A pak se to stalo! Můj velbloud začal kousat do zadnice jejího velblouda. Chápu – celý den se musel dívat na to samé místo. A nejspíše už měl turistů plné zuby. Začala akce, přišla reakce. Její velbloud si to nenechal líbit a už se točili, naráželi do sebe a kousali se navzájem. Nevěděla jsem, kam mám dát nohy, když mi kousl těsně vedle nich. Udržet se na něm byl nadlidský úkon. Naštěstí chlapec z dálky uviděl, co se děje, a věděl, že je zle. Zavolal pomoc, přiřítili se ještě další jeho kamarádi a začali velbloudy rovnat bičem. Bylo mi jich líto. Za takovýto zážitek jsme jim teda nechtěly zaplatit. Dovedli nás do hotelu a já jsem si řekla: „Velbloudi již nikdy.““



„Dostat facku od geparda se asi také někomu nepoštěstí. Já ji dostala a zaslouženě. Můj sen vždy byla jižní Afrika, safari. Vždycky jsem si hrozně přála tam jet. Jestli jsem snad nebyla v minulém životě nějaký malý černocho, který běhal po Africe. A najednou ‚cink‘ a našla jsem si přítele, který měl Afriku doma. Bydlí ve Chvojenci u Holic a má doma kočkovité šelmy (pumy, karakaly, rysy, lvy, tygry, levharty a servaly). Nejvíce času jsem trávila s mláďaty lvíčátek, pumiček a tygříků. V noci se kolem rozléhaly hlasy zvířat a vrnění lvíce, stejně jako v Africe. Když přítel šel do klece ke třem gepardům, šla jsem i já. A pak, když přijela návštěva a chtěla fotografii s gepardem, chodila jsem já. Po čase jsem ztratila respekt k divokým pudům těch milých a mazlivých zvířat a byla

jsem lehkým upozorněním vrácena zpět do reality. Gepardi se vyhřívali na sluníčku a neměli náladu pózovat pánovi na fotografii. Tak dlouho jsem jednoho otravovala, aby si sedl, až mi packou vrazil facku do tváře. Podotýkám, že gepardi v dospělosti nemají zatažitelné drápy. Zůstala jsem ohromeně stát, tvář byla od bahna, ale necítila jsem bolest, ani krev netekla. Pán se lekl a utekl ven z klece. Stejně vyděšeně stála jeho manželka. Foto již nepožadovali. Dopadlo to dobře – dostala jsem asi bříškem tlapy a i bahno pomohlo.“



Co bys přála (vzkázala) našim klientům?

„Aby si užívali každého dne svého života, pokud je to nějak možné. Každodenní maličkosti jsou to, co tvoří celek.“

„A aby co nejméně sledovali v televizi zprávy, které jsou negativní a špatně působí na psychiku člověka.“

Co bys přála (vzkázala) našim zaměstnancům?

„Práce každého zaměstnance v domově je důležitá a těžká. Všichni se vzájemně potřebujeme a doplňujeme a podílíme se na chodu domova. Všem přeji hlavně zdraví, což si při covidu uvědomil každý z nás. Ve svém volnu si užívejte naplno rodinu, přátele, vnoučátka, protože život strašně rychle letí.“

Máš nějaké přání?

„Bohužel mám teď jedno přání, které se mi nemůže moc splnit. Vidět se častěji s dcerou a vnoučaty, které žijí ve Francii. Mám pětiletého vnoučka a čtyřměsíční vnučku, po kterých se mi strašně stýská. S vnoučkem je velká legrace, bude z něj policista. Nebojí se jít vynadat na hřišti bezdomovcům, když tam dělají nepořádek. Nebo tuhle seděl v okně, měl na sobě policejní čepici a zavolal



na jednu paní: „STOP! Kam jdete takhle potmě?‘ Ta mu odvětila, že venčí pejska. A on jí řekl: „Tak vyvenčete pejska a jděte domů. Už je večer, ať se Vám něco nestane!““

„Dalších přání mám spoustu! První, co mi proběhlo hlavou, je malé – přeji si letět balónem, a nemám s kým. Tak kdyby měl někdo podobné přání, беру ho do party.“

„Druhé přání je trošku větší – přála bych si být rentiérkou.“

„A ostatní přání jsou tajná...“

Děkujeme za rozhovor.



V červenci 2021 do našeho domova nastoupila paní **Helena Růžicková** (75 let, pochází z Chrudimi) a díky spojitosti jejího jména se známou filmovou hvězdou vznikl tento rozhovor.

O kamarádství s herečkou, ale i o jejím působení v kulturní oblasti v Chrudimi, se dočtete v rozhovoru s „naší“ Helenou Růžickovou.

Setkání s filmovou Helenou

„Seznámila jsem se s ní osobně v lázních v Karlových Varech. Přišla jsem do baru „U Petra“, kde pracoval můj známý Milan, se kterým jsem se znala z lázní v Jáchymově. Ten se smál a říká: „Hele, u koho jsi v baru – u Heleny Růžickové!“ Měli tam totiž pověšenou velikánskou fotku Heleny Růžickové na zdi. „Za chvíli sem přijde“, říká Milan. Seznámil nás: „Helena a Helena Růžickovy“. Zachechtaly jsme se spolu a krásně jsme si povídaly. Chodily jsme spolu po promenádě a pak také pravidelně do baru „U Petra“. Měli tam z toho velkou legraci a pak vedle její přidali ještě moji fotku.“

„Já jsem narozená 12. června 1946 a Helena byla narozená 13. června 1936, byla přesně o deset let starší než já. Legrace s ní bylo moc. Jednou jsem se jí ptala, proč dala tomu klukovi ve filmu ‚Slunce, seno‘ takovou facku. Ona odpověděla: ‚No jo, my to zkoušeli, že to uděláme filmově. Ale donut’ malýho kluka, aby cuknul v ten správný okamžik. Musela jsem mu ji fláknout.‘ Pak se prý klukovi a jeho rodičům omlouvala. Vzpomínala na natáčení, já ji zase vyprávěla o Loutkářské Chrudimi, kde jsem pracovala přes dvacet let ve štábu, takže jsem byla taky taková částečně kulturní pracovnice.“



„Helenka velmi ráda vodku, já taky velmi ráda vodku. Stejně jako já byla náruživá kuřačka. Seděly jsme, kouřily, povídaly a ona mi povídá: ‚Musíš pít rychlejc a víc!‘ Já jí povídám: ‚Podívej se na sebe, já nemůžu tak rychle jako Ty!‘ Byla přeci jen větší konstituce. Já v té době měla asi 61 kilo, bylo mi asi třicet let, jí čtyřicet. Další rok jsme se opět v lázních sešly – psaly jsme si a telefonovaly. Ptala se mě, kdy mám nastupovat, a přes známé si zařídila nástup do lázní ve stejné datum jako já a opět jsme tam spolu celý měsíc byly. Snažila jsem se dopoledne vyřídit všechny procedury, abych měla odpoledne pro Helenu. Chodily jsme na koncerty, do divadla, bylo to úžasné. Vzpomínám na to velmi ráda. Helena na mě působila strašně mile, uměla se krásně líčit.“

„Někdo říkal, že jsme si vizáží podobné. Chtěly jsme zjistit, jestli nejsme nějak vzdáleně příbuzné, ale dle všeho, co jsme zjistily, tak jsme nebyly. Měly jsme společnou fotku, ale ta se mi bohužel při stěhování někam ztratila.“

„Zemřela brzo a byla jí škoda, byla to výborná herečka. S jejím synem Jiřím jsem se také jednou potkala v Karlových Varech, přijel za ní na návštěvu. Ten nejedl, ale žral. Dal si nejdřív porci svíčkové s pěti knedlíky, pak si dal ještě dvě porce s osmi knedlíky a pak si dal ještě nakonec omeletky.“

Jak jste přišla ke jménu Helena?

„Můj tatínek se jmenoval Xaver Růžička a byl to spisovatel, psal knížky pro děti. Napsal knihu ‚Poslední medvěd v Čechách‘ a tam figuruje myslivcova dcerka Helenka. Jemu se to jméno strašně líbilo a prosadil u maminky, abych byla Helena, i když maminka původně chtěla Kateřinu.“

Kde jste se narodila, kde jste žila?

„Narodila jsem se v Chrudimi a celý život jsem tam žila. Pradědeček, Čeněk Růžička, byl učitelem a později ředitelem školy. Stal se předlohou pro učitele Pondělíčka v románu ‚Západ‘ od spisovatele K. V. Raise, potkali se spolu jako učitelé v Hlinsku. Můj tatínek byl školní inspektor, maminka byla ředitelka mateřské školy, tatkův bratr, sestřenice i bratřanci – všechno byli



kantoři. Takže to nemohlo být jinak, než že jsem šla studovat pedagogickou školu do Litomyšle. Vrátila jsem se do Chrudimi a začala učit v mateřské škole na Transportě. Potom jsem přešla do mateřské školy ‚Elitky‘. Tam jsem se stala ředitelkou a dělala ji přes dvacet let, hrozně to uteklo. Práce mě moc bavila, byly to krásné časy. Děti jsou spontánní a nikdy vědomě neublíží, jsou to miláčci. Stávalo se mi pak občas v důchodu, že jsem šla a přišel ke mně pán o dvě hlavy vyšší a říká: ‚Paní učitelko, ředitelko, já Vás zdravím!‘ Já na něj koukám a říkám: ‚To bude tak rok 1972–73.‘ A když mi ten člověk ještě něco řekl, třeba kde pracuje, často mi to docvaklo: ‚Vy budete Pepík a byl jste pěkný číslo.‘ A on řekl: ‚Jsem Pepík, byl jsem číslo a jsem číslo.‘ Tak jsme se tomu zasmáli. Pamatuji si hlavně ty zlobílky, hodné holčičky ne. Je tady sestřička, která chodila ke mně do školky. Jejího brášku, zlobiváka, si pamatuju, ale ji ne – byla hodná holčička.“

„V roce 1989 byla zvolena jiná ředitelka školky, já jsem přešla do druhé školky ‚Elitky‘, to už byla Evona. Končila jsem ve školce v Tuněchodech. Tam se ke mně hlásily děti, co ke mně na začátku chodily do Chrudimi a v tu dobu už vodily do školky svoje vnoučata. Začala jsem stonat a pak jsem dostala výpověď pro nadbytečnost. Hodně mě mrzelo, že to takhle nehezky napsali.“

Co jste ráda dělala ve volném čase?

„Na vystoupení v rámci Loutkářské Chrudimi jsem chodila už s babičkou. Ve škole jsem chodila do loutkářského kroužku a souboru. Později jsem pracovala v Loutkářském souboru Kacafírek v Chrudimi, jednou týdně jsme se scházeli a jednou do měsíce jsme hráli představení. Byla jsem tam od roku 1965 až asi do roku 1990. Spíše jsem u divadla mluvila, než hrála, a pokud hrála, tak s maňásky. Vodit marionety mi nešlo, protože jsem trpěla na revmatické



záněty. Nakonec to vyústilo v to, že jsem se stala členkou štábu Loutkářské Chrudimi, to byla zajímavá práce. Měla jsem na starosti hostesky a shánění sponzorů pro jednotlivé soubory, kteří zašitovali představení a dodávali občerstvení pro účinkující. Moc mě to bavilo – když se přišťe narodím, chtěla bych být pracovnící v kultuře.“

„Jezdila jsem na pionýru. Když mi bylo třicet tři let, koupila jsem si malé červené polské autíčko Maluchu a s tou jsem vozila rodiče za bráchou do Bučovic u Brna a do Českých Budějovic, kde se maminka narodila.“

„Ráda čtu detektivky, od našich spisovatelů nebo zahraniční, hlavně ty, kde to krvácí.“

Z čeho máte radost, co se Vám v životě podařilo?

„Že se mi podařilo děti ve školce vždy vrátit rodičům v takovém stavu, v jakém je ráno do školky přivedli. Naštěstí se mi v práci u dětí nestal žádný závažný úraz jako bohužel jedné kolegyni ve Slatiňanech. Myslím, že mě měly děti ve školce rády, na konci roku se vždy brečelo – děti brečely, já brečela....“

Jaký máte recept na vitalitu a dobrou náladu?

„Ráno vstát, umýt se, nasadit zuby a jít se projít aspoň po chodbě nebo jít ven na čerstvý vzduch. Dnes jsem byla jezdit na motomeđu v relaxačním centru – je to moc fajn; měla jsem to ráda i na Košumberku.“

„Jako náruživá kuřačka nemůžu vynechat kouření, kouřím od mládí. Brácha mi dal první cigaretu, když mi bylo jedenáct roků. Byl tam s jinými kluky a říkali mi: ‚Heleno, nemůžeš na nás žalovat, protože jsi kouřila taky.‘ Pak jsme samozřejmě kouřili na škole v Litomyšli. Kouřil i můj tatínek. Když mi bylo dvacet čtyři roků, maminka po půlnoci na Silvestra prohlásila zásadní větu: ‚Kluci, dejte, prosím, Heleně někdo cigaretu, ať nemusí jít na pavlač kouřit.‘ Od té doby jsem kouřila doma veřejně.“

„Myslím, že je důležité mít v životě smysl pro humor, aby člověk bral věci s nadhledem.“

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

„Musím říct, jak mě to tady překvapilo, jak je to tady milé – všichni jste ochotní, co můžete, tak pro nás uděláte. Opravdu klobouk dolů před Vámi před všemi.“

Co byste přála (vzkázala) našim klientům?

„Ať jsou spokojení, ať se jim tady líbí a pevné zdraví.“

Co byste přála (vzkázala) našim zaměstnancům?

„Pevné nervy, pevné zdraví a štěstí – na Titanicu byli všichni zdraví, a jak dopadli.“

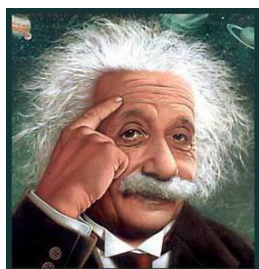
„Abychom je my, klienti, nezlobili.“



Máte nějaké přání?

„Ráda bych jela ještě jednou do Jáchymova do lázní. Byla jsem tam sedmkrát, pomáhalo mi to na ramena, kolena a byla jsem tam po operaci se žlučníkem. Bylo tam nádherně.“

Děkujeme za rozhovor.



Koutek trénování paměti

Prvního září se děti vrátily do školních lavic. Co takhle malé „opáčko“ z matematiky, zeměpisu nebo dějepisu?

1. Před sebou vidíte řady čísel A–G. Zakroužkujte ty sousedící číslíce, jejichž součet dohromady činí 10.

A: 2 8 1 6 7 3 4 5

B: 3 5 7 3 1 9 4 4

C: 4 6 1 8 2 3 5 5
D: 2 6 1 8 3 7 6 2
E: 1 9 3 6 7 3 5 9
F: 4 5 6 4 3 2 8 3
G: 6 2 8 3 4 6 7 1



2. Určete, o který rok se jedná. Zkuste si také vzpomenout, zda se v tom roce nestalo něco významného.

MMXX vzor 2020
MCCCXLVIII
MCCXII
MCDXV
MCCCVI
DCCCLXIII
MCCCLVII

Malá nápověda, kdybyste si náhodou nemohli vzpomenout, co které písmeno znamená: I – 1, V – 5, X – 10, L – 50, C – 100, D – 500, M – 1000

3. Pozorně přečtěte následující řádky a hledejte 15 názvů českých a moravských měst.

DTRŘOEKČTELČMOIÝSLPEJEDIHLAVAKEDOVŘÁYPFGMRTWHŘÍC
KRTABŘECLAVKSÚŇKDIŘMAXPMOSKVALÍVJSEŘÉRFEÝKTAPODĚB
RADYNBHJORBSDŘLFUTEŘAWTŘEBÍČĚCBERNLPSÁMÝJÁCHYMOV
UGKEDQPRAHARPÝFSZNOJMOSGAZKERPLZEŇČYSTPOÝNODKYJO
VŘFIÁLJĚKDEMNLICASBEROUNKUNRTÉMSAVÍDEŇFRTBRNOMŠW
ŽDOČAKDOHEBNÁCHODISŘOCIŘFRAMHOZVILIBERECOCSEXŘFOG
ŽELYKWALJIČÍNKOMLSAJLZN

*Bc. Ilona Bínová
sociální pracovníce*

Správné odpovědi hledejte na straně 37.

Zdroj:

<https://www.npmk.cz/sites/default/files/soubory/2020/pracovni-list-tp6-cisla.pdf>

https://drive.google.com/file/d/1j1NvSl9FCQV1j4A_yNPCiPC0E1ZOd4ku/view

Co je žena v domácnosti

Nedávno jsem četla tento příspěvek – úvahu na Facebooku. V našem DPS je převaha žen jak mezi klienty, tak i v pracovním kolektivu. Podívejte, čím vším je žena a nemusí být v domácnosti.

*Alena Vitvarová
vrchní sestra*

Žena...

- je matka
- je manželka
- je budík
- je kuchař
- je servírka
- je učitel
- je pračka
- je chůva
- je sestra
- je uklízečka
- je bezpečnostní důstojník
- je poradce
- nemá dovolenou
- nemá ani pracovní neschopnost
- nemá ani den volna, pracuje ve dne v noci, když je potřeba, nemá plat...



I přesto slyším každou chvíli: „Ale co děláte celý den?“

Přehled akcí konaných v našem domově ve 3. čtvrtletí 2021

Červenec

- 7. 7. 2021 canisterapie
- 12. 7. 2021 canisterapie
- 14. 7. 2021 přednáška *Příspěvky staré Evropy, základní pověsti*
- 19. 7. 2021 canisterapie
- 21. 7. 2021 hudební vystoupení pana Kubce *Točte se, pardálové*
- 27. 7. 2021 canisterapie
- 27. 7. 2021 návštěva poníků
- 28. 7. 2021 přednáška *Příběhy starověkého Řecka*

Srpen

- 3. 8. 2021 canisterapie
- 4. 8. 2021 přednáška *Pověsti z českých a moravských hradů*
- 6. 8. 2021 *Cholčičanka* – hudební vystoupení pana Čermáka s kapelou
- 9. 8. 2021 sportovní odpoledne s Charitou
- 10. 8. 2021 canisterapie
- 16. 8. 2021 hudební vystoupení pana Mrázka s harmonikou
- 17. 8. 2021 canisterapie
- 18. 8. 2021 přednáška *I králové trpí nemocemi*
- 23. 8. 2021 hudební vystoupení country skupiny *Prima band*
- 25. 8. 2021 canisterapie

Září

- 2. 9. 2021 vystoupení Divadla Slunečnice *Muzikoterapie, aneb léčba hudbou*
- 8. 9. 2021 přehlídka dravců
- 13. 9. 2021 výtvarné odpoledne s Charitou
- 14. 9. 2021 výlet na zvířecí farmu Apolenka
- 15. 9. 2021 přednáška *Pilíře světové literatury s ukázkami*
- 20. 9. 2021 canisterapie
- 22. 9. 2021 *Šlapeto* – hudební vystoupení pana Pecháčka

OSMISMĚRKA

Znáte ten pocit, když ráno vstanete a jste plni energie?
TAJENKA MÁ 14 PÍSMEN.

O	K	R	E	S	N	O	E	O	S	V
Z	L	A	A	T	D	N	T	K	T	G
D	A	B	Ž	U	L	S	O	H	O	B
V	R	V	S	D	L	CH	R	L	I	Č
S	E	I	B	I	Ý	Í	A	V	K	J
A	T	S	P	O	C	I	T	Á	D	S
Y	V	A	T	S	D	É	S	O	L	T
A	N	I	N	Y	CH	A	P	L	I	N
I	U	B	S	Y	R	A	K	O	Á	Y
E	C	A	R	A	L	K	E	D	N	M
N	I	F	K	E	P	A	B	L	A	Š

BOHOSLUŽBA
DEKLARACE
DIALOG
DOPAL
FABIA
CHAPLIN
CHRLIČ

ISLÁM
KARAS
KAŽDÝ
KLARET
LIÁNA
LIPANI
OBVAZ

ODUSIT
OKRES
OPÉCI
PASIVA
SKLON
STANY
STAVY

STOIK
STUDIO
ŠALBA
TAROT
VESTY
VLHKO
VNUCI

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

Správné řešení naleznete na straně 37.

Správné řešení úkolů z Koutku trénování paměti ze stran 32–33 a osmisměrky ze strany 36

Tajenka osmisměrky ze strany 36:

NEVADÍ, JÁ TAKY NE

- A – 2 8 1 6 7 3 4 5
 B – 3 5 7 3 1 9 4 4
 C – 4 6 1 8 2 3 5 5
 D – 2 6 1 8 3 7 6 2
 E – 1 9 3 6 7 3 5 9
 F – 4 5 6 4 3 2 8 3
 G – 6 2 8 3 4 6 7 1



Správné odpovědi z úvodního
češtinářského kvízu:

krajáč = velký hrnec na mléko
 drahný = dlouhý
 šlojiř = závoj
 regule = pravidlo
 arcí = ovšem
 vyňatá slova = vyjmenovaná slova
 portmonka = peněženka
 čivný = nervový
 dějeprava = dějepis
 škamna = školní lavice

- MCCCXLVIII – 1348 (založena Karlova univerzita)
 MCCXII – 1212 (Zlatá bula sicilská)
 MCDXV – 1415 (upálení mistra Jana Husa v Kostnici)
 MCCCVI – 1306 (zavraždění Václava III. v Olomouci)
 DCCCLXIII – 863 (příchod Cyrila a Metoděje do Velkomoravské říše)
 MCCCLVII – 1357 (položen základní kámen Karlova mostu)
- DTRŘOEKČTELČMOIÝSLEJEDJHILAVAKEDOVŘÁYPFGMRTWHŘICKRTABŘECLAVKSÚŇKDIRMAXPMOSK
 VALÍVJSERÉREFEYKTAPODĚBRADYNBHIORBSDŘLFUTERĀWTŘEBÍČĚCBERNLPŠAMÝJÁCHYMOVUGKEDQ
 PRAHARPYFSZNOJMO SGAZKERPLZEŇČYSTPOÝNODKYJOVŘFIÁLJÉKDEMXXNLICASBEROUNKUNRTÉMSA
 VÍDEŇFRTBRNOMŠWŽDOČAKDOHEBNÁCHODISŘOCIRFRAMHOZVILIBERECCOCSAXŘFOGŽELYK WALJČÍN
 KOMLSAJLZN

Svoje narozeniny budou slavit

p. Vodehnal Miroslav	1. 10. 1927
pí Skvrnová Anna	4. 10. 1937
pí Salavová Hana	5. 10. 1937
pí Pytlíková Věra	6. 10. 1933
pí Hošková Eva	7. 10. 1932
pí Drahá Emilie	9. 10. 1945
pí Hlaváčková Helena	16. 10. 1932
pí Horáková Stanislava	21. 10. 1947
pí Faltinová Vlasta	25. 10. 1936
pí Pospíšilová Sabina	27. 10. 1922

pí Černická Jolana	4. 11. 1935
pí Marini Vlasta	8. 11. 1934
pí Koberová Libuše	10. 11. 1932
pí Bartáková Božena	10. 11. 1939
pí Páclová Helena	10. 11. 1941
pí Bláhová Marta	12. 11. 1949
p. Dostál Josef	19. 11. 1939
pí Vaigantová Marie	24. 11. 1931
pí Chlumská Marie	24. 11. 1948
pí Dočekalová Božena	29. 11. 1928

pí Vyhnálková Marie	3. 12. 1956
pí Synková Věra	6. 12. 1941
pí Húbnerová Miloslava	6. 12. 1953
p. Špás Petr	8. 12. 1952
pí Válková Věra	11. 12. 1924
pí Vilímovská Marie	20. 12. 1933
pí Doležalová Ludmila	20. 12. 1934
pí Marvanová Alenka	27. 12. 1929
pí Knapová Zdeňka	30. 12. 1932

Přejeme všechno nejlepší!



Noví obyvatelé našeho domova

pí Augustinová Alenka	7. 7. 2021
p. Fořt Oldřich	15. 7. 2021
pí Musilová Miroslava	22. 7. 2021
pí Růžicková Helena	27. 7. 2021
p. Walter Emil	27. 7. 2021
p. Havel Václav	28. 7. 2021
pí Havlová Zdeňka	28. 7. 2021

pí Fišarová Marie	2. 8. 2021
pí Jelínková Dana	3. 8. 2021
p. Fiala František	5. 8. 2021
p. Ždímal Miroslav	18. 8. 2021
pí Bartáková Božena	26. 8. 2021
pí Faltinová Vlasta	30. 8. 2021

p. Král Rudolf	7. 9. 2021
pí Frymlová Jaroslava	8. 9. 2021
pí Kubálková Věra	9. 9. 2021
pí Naňková Věra	13. 9. 2021
pí Škodná Eva	16. 9. 2021
p. Škodný František	16. 9. 2021

Přejeme příjemný pobyt!

S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili

p. Moravec Tomáš 30. 7. 2021

pí Hlaváčková Helena 25. 8. 2021

p. Dušek Vladimír 7. 9. 2021

p. Petrásek Jaroslav 10. 9. 2021

p. Mlejnek Josef 12. 9. 2021

pí Slanařová Lidmila 21. 9. 2021

p. Kopecký Václav 26. 9. 2021

pí Škodná Eva 28. 9. 2021

Čest jejich památce!





Začínající podzim v zahradě DPS



Náš domov

3/2021

Čtvrtletník vydávaný Domovem pro seniory Heřmanův Městec.

Kontakty:

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

Telefon:

+420 469 660 268

E-mail:

socialni.ddhm@seznam.cz
holubovapet@seznam.cz

Fotografie na titulní straně:

Pavel Hubáč

Redakční rada:

Ing. Petr Mazura
Alena Vitvarová
Bc. Ilona Bínová
Mgr. Petra Holubová
Mgr. Lenka Kellerová

Šéfredaktorka:

Mgr. Petra Holubová