

Náš domov

číslo 4/2021



Foto: Pavel Hubáč: U Konopáče



Zima 2021

Co v tomto čísle najdete

Vážené klientky a klienti, vážené pracovnice a pracovníci domova.....	3
Vážení klienti a spolupracovníci	4
Co je u nás nového?	5
Noví členové výboru obyvatel domova	6
Změny úhrad za pobyt a stravu od 1. ledna 2022.....	7
Plnění přání a další dárcovské činy v našem domově	8
Vánoční pozdrav z oddělení L2	12
Mateřská zima	15
Sníh.....	16
Čas adventní.....	16
Jak jsem letěla helikoptérou nad Heřmanovým Městcem	19
Meky Žbirka	20
Kdo je kdo v našem domově?.....	22
Koutek trénování paměti	30
Přehled akcí konaných v našem domově v 4. čtvrtletí roku 2021	33
Správné řešení úkolů z Koutku trénování paměti ze stran 30-32	34
Svoje narozeniny budou slavit.....	35
Noví obyvatelé našeho domova.....	37
S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili.....	38

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

blíží se opět konec kalendářního roku a já se již po devatenácté chci s Vámi prostřednictvím našeho časopisu Náš domov podělit o pár postřehů k tomu, jaký ten končící rok byl a co nás asi čeká v roce nadcházejícím. Musím bohužel konstatovat, že jak špatně rok 2021 začal, tak špatně i končí. Tento negativní pohled se samozřejmě týká situace kolem koronaviru a všeho, co s touto nemocí souvisí.

*Na konci úvodníku v loňském roce jsem vyslovil přání, aby rok 2021 byl zase optimistický a abychom se v něm vrátili k normálnímu životu. Bohužel hned od začátku roku pokračoval nerovný boj s covidem a během prvního čtvrtletí nám zemřelo dalších třicet dva klientů. Kdo v takovémto prostředí nikdy nepracoval a tuto situaci nezažil, nedovede si představit, jakou fyzickou, ale především psychickou zátěž tento stav pro všechny pracovníky domova znamenal. **Nezbývá mi než opět moc poděkovat všem pracovníkům za to, jak se s touto nelehkou situací vyrovnali a stále vyrovnávají, neboť covid je tu stále s námi.** A jak se čím dál zřetelněji ukazuje, asi se ho v nejbližších letech definitivně nezbavíme a budeme se muset naučit s ním žít. Musíme doufat, že dosavadní mírnější průběh v našem domově z konce tohoto roku není náhodný a že díky očkování a skutečnosti, že řada klientů a zaměstnanců nemoc již prodělala, bude tento trend pokračovat i nadále.*

Přes všechny problémy související s covidem se nám podařilo i v tomto roce zrealizovat několik akcí, které by měly ulehčit práci a zpříjemnit prostředí na jednotlivých odděleních. Bylo nainstalováno nové osvětlení na pokoje a chodby D3, byla zprovozněna klimatizace na L0, na některých odděleních byly vybudovány bezbariérové záchody a jako každým rokem proběhlo malování dvou oddělení – tentokrát D3 a L2. Na D3,4 a L0 byly také zakoupeny elektrické polohovatelné postele včetně matrací.

Co budeme moci zrealizovat v roce 2022, zatím nemohu říci. Vzhledem k celkové ekonomické situaci státu se mluví o snížení dotací, takže v tuto chvíli vůbec nevíme, kolik finančních prostředků obdržíme a co si budeme moci dovolit uskutečnit. V souvislosti s enormním nárůstem cen energií, vody a potravin se výhled na rok 2022 moc optimisticky nejeví.

V příštím roce pravděpodobně dojde ke změnám na některých vedoucích místech, konkrétní změny oznámím do konce března 2022.

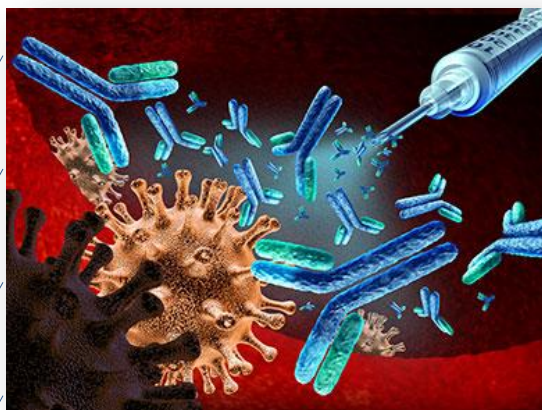
*Vážené klientky a klienti domova, vážení zaměstnanci,
dovolte mi, abych Vám všem i Vaším rodinným příslušníkům,
kamarádům a známým v této nelehké době popřál především pevné
zdraví, štěstí, spokojenost.*

*Bud'me všichni optimisty a doufejme, že všechno zlé už jsme si
vybrali a že příští a další roky už bude jenom líp.*

*Ing. Petr Mazura
ředitel domova*

Vážení klienti a spolupracovníci,

druhým rokem prožíváme těžké období s restrikcemi a omezeními. Jsem šťastná, že tento podzim jsme přečkali zde v domově bez karantény. Prozatím se našemu zařízení covid vyhýbá. Jistě velký pozitivní podíl na situaci má i proočkovanost našeho zařízení, dále dodržování hygienických předpisů, které platí pro personál, klienty i návštěvy.



K dnešnímu dni je naočkováno dvěma dávkami 141 klientů a 96 zaměstnanců. Třetí dávku vakcíny absolvovalo 113 klientů a 72 zaměstnanců.

V novém roce, hned v lednu 2022, budeme doočkovávat další klienty i pracovníky třetí dávkou vakcíny a samozřejmě i nové zájemce o očkování.

Mám velkou prosbu na příbuzné našich klientů – **mějte prosím nasazený respirátor po celou dobu návštěvy.** Chraňte své blízké, ať prožijeme poklidné Vánoce s radostí a láskou v srdci.





*Všem děkuji za skvělou práci,
kterou odvedli v roce 2021.
V novém roce 2022 přeji Vám
i Vaším rodinám pevné zdraví,
veselou mysl,
jen radost a spokojenost.*

*Alena Vitvarová
vrchní sestra*

Co je u nás nového?

- Od 1. října 2021 byl ustanoven z našich klientů **nový výbor obyvatel.** V článku na straně 6 našeho časopisu si můžete přečíst, jak tento výbor funguje a seznámíte se s jeho novými členy.
- Z důvodu nárůstu cen energií a potravin dochází v našem domově od 1. ledna 2022 ke **zvýšení úhrad za pobyt a stravu.** Více informací se také dozvíte v článku na straně 7.
- Od ledna 2022 dojde k **navýšení personálu o jednu pracovníci přímé péče na oddělení D3, D4.**
- Od nového roku dochází ke **snížení kapacity domova pro seniory,** a to o pět míst. Nově bude náš domov poskytovat služby **159 klientům.** Ke změně jsme přistoupili z důvodu zvýšení prostorového komfortu u dvou malých dvoulůžkových pokojů, z nichž jsme vytvořili jednolůžkové. Tři jednolůžkové pokoje s ohledem na nevyhovující velikost byly zcela zrušeny.
- **Novou členkou redakční rady časopisu Náš domov** se od tohoto čísla stává sociální pracovnice **Bc. Ilona Bínová,** která převzala pomyslnou štafetu po Mgr. Petře Holubové. **Petře bychom tímto chtěli poděkovat za mnohaletou spolupráci na přípravě časopisu, zejména na jeho gramatické kontrole a grafické úpravě.** Kromě toho, že jsme se každé čtvrtletí nejenom my na vydání časopisu moc těšili, četli ho s oblibou i naši

slovenští přátelé z Domova pro seniory ve Staré Lubovni. Časopis Náš domov pod vedením Petry obdržel i několik ocenění od Asociace poskytovatelů sociálních služeb. Přejeme Mgr. Holubové úspěšné zvládání role maminky dvou malých dětí a ať ji zájem o český jazyk a tvoření všeho druhu neopouští.

Noví členové výboru obyvatel domova

Výbor obyvatel se skládá z pěti členů z řad klientů a je stanoven na dobu neurčitou. Jeho úkolem je hájit zájmy obyvatel, kteří za členy výboru mohou docházet a sdělovat jim požadavky a nápady týkající se chodu domova. Vybraní klienti se pravidelně schází s panem ředitelem, kdy na těchto schůzkách probíhá vzájemná výměna informací a členové výboru jsou seznamováni s plánovanými změnami a akcemi v domově.

Od 1. října letošního roku byl ustanoven nový výbor obyvatel. Důvodem obměny bylo to, že někteří dosavadní členové se již necítili na výkon své funkce a někteří již bohužel nejsou mezi námi. Do osazenstva nového výboru byli panem ředitelem osloveni čtyři klienti, kteří doposud členy nebyli. Jedna ze stávajících klientek ve své funkci pokračuje. Všichni s členstvím souhlasili a následně si mezi sebou zvolili svého předsedu.

Členy výboru obyvatel od 1. října 2021 jsou:

Předseda: p. Milan Polínek z odd. L0



Členové:

pí Hana Novotná z odd. L1



pí Marie Sršňová z odd. L2



pí Bohumila Moškaničová z odd. D3



p. Luňáček Vladimír z odd. D4



Změny úhrad za pobyt a stravu od 1. ledna 2022

Z důvodu nárůstu cen energií a potravin dochází v našem domově pro seniory **od 1. ledna 2022 ke zvýšení úhrad za pobyt a stravu.** U ubytování půjde o 10 Kč za den, v závislosti na typu pokoje. Nově se cenové rozmezí bude pohybovat v částkách 185–200 Kč/den.

U stravování se navyšuje úhrada také o 10 Kč za den, celkem na částku 165 Kč/den, diabetici s inzulinem odebírající druhou večeři budou platit 170 Kč/den. **Celková úhrada bude tedy o 620 Kč za měsíc více.** Výše vratky za stravu v případě celodenní nepřítomnosti v zařízení se mění na částku 96 nebo 101 Kč/den, rozdíl je ovlivněn druhem odebírané stravy.

V průběhu prosince 2021 a ledna 2022 budou klientům sociálními pracovníci předány k podpisu dodatky smluv týkající se změny plateb. U obyvatel, kteří doposud neměli na plnou výši úhrady a platili proto poníženou částku, musíme vyčkat s novým výpočtem do doby, až obdržíme z České správy sociálního zabezpečení důchodové výměry. Pokud tento dopis obdržíte, týká se zejména klientů, kterým je zasílán důchod z ČSSZ na soukromý účet, prosíme o jeho předání na sociální oddělení.

*Mgr. Petra Linhartová
vedoucí sociálního oddělení*

Plnění přání a další dárcovské činy v našem domově

Během měsíce října se na odděleních objevily plakátky s možností přát si něco od „Ježíška“ a možná za Vámi byl i někdo z personálu a zjišťoval, zda byste nechtěli najít nějaký konkrétní dárek pod stromečkem.

Projekt místní **restaurace Maple Vraťme úsměv, tam kam patří**, který je zaměřen hlavně na klienty, kteří nemají rodinu nebo příbuzné, probíhá v našem domově již počtvrté. Díky velmi úspěšnému třetímu ročníku a velkému zájmu dárců jsme letos měli možnost, kromě dáreků pro Vás, popřemýšlet, zda by se nám nehodilo také nějaké vybavení přímo na oddělení. Celkový počet přání se tak vyšplhal na číslo **112**. Rezervační systém pro „Maple Ježíšky“ se otevřel 31. října 2021 a spustila se nevídaná smršť. 1. listopadu zůstávalo volných pouze 24. To je, co? Na začátku prosince zbývá volných pouze pár přání na oddělení, klienti se svých dáreků dočkají všichni.



Jelikož jsem se do této akce zapojila letos poprvé, byla jsem velmi překvapená ochotou dárců a hlavně nápaditostí organizátorky **paní Lenky Králové**, která dává do celého projektu nejen svůj čas a manažerské zkušenosti, ale i srdce. **Patří jí veliké díky!** Jako překvapení zajistila ke štědrovečerní večeři pro klienty přímo z pivovaru plechovky Pilsner Urquell.

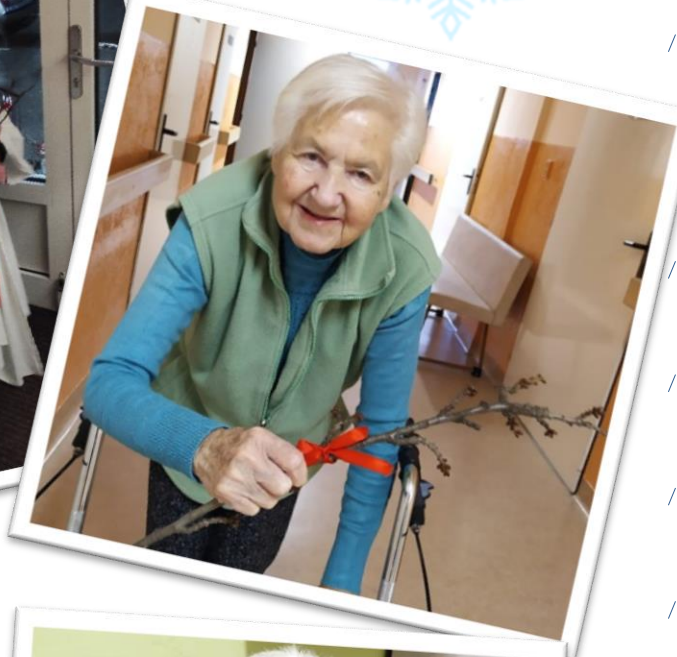


Do projektu **Ježíškova vnučata** jsme letos poslali dvě kolektivní přání. Návštěvu pana harmonikáře, který by zahrál ležícím klientům na jejich pokojích, a vystoupení cimbálovky.

Právě na cimbálovku se nám ozvala hned dvě hudební uskupení. Cimbálová muzika Capella, kterou jsme museli vzhledem k současné situaci bohužel odmítnout. I tak nám ale poslali CD s jejich hudbou a k tomu přiložili krásný dopis, ve kterém zaměstnancům přejí hodně trpělivosti a sil do další záslužné práce a zároveň nám všem hodně zdraví. Na splnění

prání jsme se pak domluvili s cimbálovou muzikou Rozsocháč. Také se ozvala dárkyně ohledně prání s harmonikou. Na realizaci těchto prání se budeme těšit po novém roce.

V adventním období na nás nezapomínají ani místní skauti pod vedením **Aleše Jelínka**. Ti si opět letos dali tu práci a v rámci tradice svátku svaté Barbory nachystali třešňové větvičky – Barborky (111 kusů). V předvečer svátku svaté Barbory je přinesli do naší vrátnice a předali i s písničkou. Nahrávku jejich písničky a pozdravu jsme pak v pondělí 6. prosince pustili do našeho místního rozhlasu. Dětské hlásky nás všechny poveselily a pohladily po duši – nejen klienty, ale i zaměstnance.



Každý rok v prosinci na Vás pamatuje také **paní Milada Svobodová** z Klešic. Ta spolu s dalšími přáteli zorganizuje finanční sbírku, z jejího výtěžku nakoupí praktické zboží a vytvoří hezké balíčky pro všechny naše klienty. Do obdarování zapojí i žáky základní školy Závodu míru z Pardubic, kteří vytvoří přáníčka. Děti jsou tak přirozenou cestou vedeny k tomu, že i v období Vánoc je zapotřebí myslet nejen na sebe. V dřívějších letech s paní Dagmar Šafránkovou obcházely všechny klienty na pokojích osobně. S ohledem na situaci v letošním roce balíčky přivezla 22. prosince a byly Vám předány na Štědrý den.



Pár dnů před Vánocemi přinesli zástupci z **Mateřské školy Jiráskova** a z **heřmanoměstecké základní školy** krásná vánoční přání, která taktéž klientům udělala radost.

Všechny tyto činy a projekty jsou důkazem, že i v této době spousta lidí dokáže myslet na druhé a uvědomují si, jak důležité je udělat radost i někomu jinému. Největší odměnou pro dárce jsou Vaše úsměvy, ty mají nevyčíslitelnou hodnotu.



*Bc. Ilona Bínová, Mgr. Lenka Kellerová
sociální pracovníce*

Vánoční pozdrav z oddělení L2

Ve čtvrtek 25. listopadu 2021 jsme na našem oddělení pekli cukroví, zpívali jsme koledy a trochu se povídalo o vánočních zvycích.

Od nepaměti se na Vánoce peklo cukroví. Bylo určitě chudší, ale pečené s láskou. Vždy se hojně používaly ořechy a med. I vánočka se pekla již v pohanských dobách. Její zadělávání a pečení mělo svá zvláštní pravidla. Hospodyně po zadělání těsta běžela k ovocnému stromu a musela si o něj utřít ruce od těsta, aby dobře rodil. Do vánočky se také někde zapékal jeden suchý hrášek. Kdo ho objevil, měl celý rok štěstí.



Husí kůže může naskočit zastáncům přísných hygienických norem při zmínkách o trzích, které se konaly na svátek sv. Mikuláše. Tam se prodávaly hlavně perníky, na které se zadělávalo těsto až rok dopředu. Původně se perníky dělaly jen z koření, medu a mouky.

Vánoce jsou magickým časem, který prý zjevuje mnohá tajemství.

Nejznámějším obyčejem je rozkrajování jablka. Hvězdička v jablku přináší zdraví. Házení pantoflem bylo osvědčeným prostředkem, jak zjistit, zda svobodné dívky v nadcházejícím roce čeká svatba. Pouštění lodiček z ořechů zase značí, zda rodina bude celý rok pohromadě. Lití olova se dnes už asi moc nedělá, ale dříve lidé popustili uzdu své fantazii a z tvarů litého olova věštili budoucnost v dalším roce. Obyčejem, který se líbil hlavně dětem, bylo mazání medu na tváře. To zaručilo, že ostatní takového člověka budou mít rádi. Štěstí také znamenalo darované jmélo.

Určitě bychom našli mnoho dalších obyčejů a zvyků. Někdy je dobré podívat se zpátky do minulosti. Tak můžeme vše předávat dalším generacím a užít si adventní a vánoční čas i jinak než ve stresu.

A to také přejeme všem klientům i zaměstnancům. **Prožijte v klidu a pohodě adventní čas i vánoční svátky. Do dalšího roku hodně úspěchů, štěstí a hlavně pevné zdraví.**



za kolektiv oddělení L2

Ivana Mejstříková

staniční sestra



*Přípravy na Vánoce probíhaly i jinde v domově.....
...v dílně ručních prací..*



...na oddělení L1 se zdobily perníčky...



...bylo nutné ozdobit stromečky po celém domově....



...a rozjímat v adventní době...
(posezení na D3 na třetí adventní neděli).



Mateřská zima

Utkal mráz zkřehlými prsty
z vláken pavoučích zimní kabátek,
z okenní tabulky tři čtyři vrstvy
pro potěšení nových robátek.

Zacinkají něžně do snů mrazulky,
z vloček třpytivé lehké hebulky,
v teplý povíjan se spojí,
děťátko za to přece stojí.



Sníh

Copak to z mraků padá k zemi za peří,
to asi andělsky krajinu posněží,
vločky poletují v závanu dechu
k radosti dětí i na neplechu.
Sníh zahřeje, když s koštětem se mímí,
zastudí, když límcem do šíje se vpíjí,
to šimrá pírkem nebeské,
skládá se krajině v šat nevěště.



Mirka Musilová, klientka oddělení L2

Čas adventní

Když se řekne adventní čas, každý z nás si pod tímto pojmem představí něco jiného. Většina si vybaví předvánoční trhy, rozsvěcení stromů na náměstích, nákupní shon, pečení cukroví, ale i rozjímání a duchovní příprava na příchod vánočních svátků. A jistě Vás napadne i mnoho dalšího.

Člověk, který není duchovně založený, se nad adventním časem asi moc nezamyslí. K čemu by měl vlastně sloužit? Občas dojde k situaci, která nás přiměje se zastavit a říci si, že něco by mělo být jinak. A tak tomu bylo i u mě při přečtení článku v příloze časopisu Mladé fronty, jejímž autorem je Ivan Brezina. Nebudu prepisovat celý článek, ale pokusím se o výtah toho, co mi přišlo k zamyšlení.

Advent dříve býval obdobím střídmosti a vnitřního zklidnění. Nekonalý se svatby, církev omezovala i taneční zábavy. Čtyři týdny měly být duchovní přípravou na oslavu Kristova narození. Dnes je prosinec časem opileckého juchání. Z těšení zůstal už snad jen adventní



kalendář, který se dá koupit i v dospělé verzi. Ochutnáte dvacet čtyři vzorků rumů, hezky každý den jeden. Nádherná příprava na příchod Krista. Všudypřítomné vnucující se dárky už od poloviny listopadu. A pak teror koled. V obchodních domech hrají stále dokola a stávají se nástrojem rafinovaného mučení. Cožpak zákazníci, ti nakoupí a odejdou, ale chudáci prodavači a prodavačky, ti tam musí trávit často dvanáct hodin denně.

Katolická víra původně nedovolovala během adventu koledy zpívat. Měl být přípravou na svátek narození Páně. Zpěv koled předem by byl nesmysl, jako kdybychom dárky rozdávali už na začátku prosince.

Advent byl plný lidových zvyků. 4. prosince se trhaly barborky, které tvořily dekoraci štědrovečerního stolu. 6. prosince se slavil svatý Mikuláš a konaly se mikulášské trhy. 13. prosince svátek svaté Lucie. Dívky vyrážely do ulic v bílých pláštích a strašidelných maskách a rozdávaly dětem ovoce. Mezi relativně nové tradice můžeme zařadit adventní věnec. Jeho kruhový tvar symbolizuje Kristovo vítězství, mír a bezpečí, živé chvojí návrat života navzdory zimě. Náboženský rozměr věnce se vytratil a zůstala jen estetika.



Advent se v Česku před rokem 1989 slavil spíše v církevním prostředí. Široce se prosadil až v 90. letech coby „znovu vynalezená tradice“. Když se totiž řekne, že je něco tradiční, lidé si k tomu rychle vytvoří emoční vztah. Často jde spíše o marketingový trik, na kterém se obchodníci snaží hlavně vydělat.

Začátek adventu je také spojený s rozsvěcením světýlek. Ať už se jedná o stromky na náměstích a návsích nebo kýčovitě nasvícené fasády, blikající sobí spřežení, obří anděly s planoucíma očima a další světelné kreace. Přeborníkem ve výzdobě je pan Trunec z Chotovic u Litomyšle. Jeho dům září rok od roku více a více. V loňském roce se návštěvníkům pochlubil 65 385 diodami. Věřím tomu, že letos opět nějaké přidal. Před několika lety jsem se tam také byla podívat a nedovedu si představit, kam ta světýlka ještě může dávat. Myslím si, že by obec ani nemusela používat veřejné osvětlení, když pan Trunec na začátku adventu rozsvítí svůj dům. No, jak se říká: „Proti gustu...“.



Jednou z nešvarů dneška je, že se vytratil smysl pro posvátno a tím i kultura slavení. Když se v Česku řekne: „Jdeme to oslavit“, myslí se tím: „Jdeme se opít.“ Lidé, kteří už nevědí, co to znamená vyzdvihnout sváteční polohu své duše, si to pak prostě vynahrazují tím, že se soustředí na vnější svět: nacpaná břicha, záplava dárků, televizní pohádky. Taký si někdy říkám, jestli si myslíme, že se nám na období svátků zvětší žaludky nebo játra otevrou své brány tomu množství alkoholu. Protože v průběhu roku ve většině domácností asi neteče tolik alkoholu proudem a nejsou všude hromady jídla, které se ani nedají sníst.

Měli bychom používat zdravý rozum. Předvánoční čas si užít, zpomalit, vychutnat si tu krásu kolem nás. Snažíme se vytvořit pohodu sálající z Ladových obrázků, ale nakonec to bohužel končí tím, že jsme uštvaní pečením cukroví, vařením, sháněním dárků. Pak je to najednou pryč a my si říkáme: „Ještě, že už jsou svátky za námi.“ Někteří lidé svátky proto nenávidí, jiní propadají depresi a musí vyhledat pomoc lékaře. A to přece nikdo nechce.

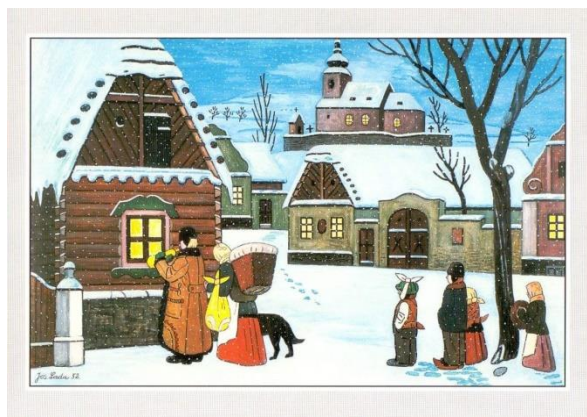
Naši předkové se zklidnit mohli, což bylo dáno rytmem zemědělského roku. Polní práce na podzim skončily a lidé se uzavřeli doma, nanejvýš drali peří. My ale žijeme pořád stejně, advent nás nezpomalí. Nemusíme se ale nechat zotročit tradicí, ona není povinná. Všechno je to jenom na nás, jak si to uděláme.

Jelikož časopis vychází až na konci prosince, tak doufám, že jste Vy i Vaši blízcí prožili adventní čas v klidu a bez zdravotní úhony, že jste měli čas zastavit se v dnešní uspěchané době. Pokochali se vánoční výzdobou na náměstích a návších, zavítali například na výstavu betlémů a zavzpomínali na své blízké, kteří tu již s námi nemohou být.

Chtěla bych Vám popřát krásné nastávající svátky a hlavně, abyste vstoupili ve zdraví do nového roku a stejně tak ho i prožili.

*Mgr. Petra Linhartová
vedoucí sociálního oddělení*

Zdroj: Časopis Víkend, č.v. 46



Jak jsem letěla helikoptérou nad Heřmanovým Městcem

Jmenuji se Vlasta Faltinová, přistěhovala jsem se do Domova pro seniory U Bažantnice Heřmanův Městec. Bydlím zde teprve jeden měsíc, moc se mi zde líbí. Sestřičky mě zvaly na Heřmanoměstecké podzimní slavnosti. Do města jsem se nevydala, chodím o dvou holích, ale šla jsem po obědě do parku a zjistila, že za brankou byl stánek s nabídkou letu helikoptérou. Manžel byl u letectva ve Svítkově na letišti nadporučík, ale nelétal. Seděla jsem celé odpoledne a sledovala letecké dění. Pak mi pilot - instruktor pan Radek Štěrba nabídl, že mohu také letět. Tak jsem svolila a dva piloti mě vysadili do helikoptéry. Letělo se nad Heřmanovým Městcem a okolními vesnicemi. Bylo to moc krásné vidět vše seshora. Dala mi to vnučka jako dárek k 85. narozeninám, do smrti na to nezapomenu, bylo to nádherné. Za rok bych ráda letěla znovu, až budou v září zase slavnosti města. Děkuji městu, že to pro občany uskutečnilo, zájem byl velký, mělo se končit v 17 hodin a létalo se až do 18 hodin.

Také mě potěšilo, že pan Štěrba mi následně poslal i fotografie, které mám na památku na můj první let.

S pozdravem klientka oddělení B

Vlasta Faltinová





Meky Žbirka

Když sepišuji další článek do našeho časopisu, říkám si, že tento rok je plný odchodů hudebních i filmových velikanů. Tyto osobnosti se vryly do paměti napříč generacemi a zanechaly nám zde mnoho krásných hudebních, divadelních i filmových děl.

Tentokrát zavzpomínáme na Miroslava „Mekyho“ Žbirku, který zemřel 10. listopadu 2021 ve věku 69 let.

Meky se narodil 21. října roku 1952 v Bratislavě. Jeho otec Slovák Šimon Žbirka pocházel z Trnavé Hory a matka Ruth Galeová z Londýna. Žbirka byl dvakrát ženatý. S první manželkou Helgou Žbirkovou má dceru Denisu. Podruhé se oženil v roce 1988. S druhou manželkou Kateřinou vychovali dceru Lindu a syna Davida a usadili se v Praze.



V roce 1982 se stal prvním slovenským Zlatým slavíkem a po Waldemaru Matuškoví byl druhým, kdo dokázal porazit Karla Gotta.

Začínal ve skupině Modus, v níž se sešel s Jankem Lehotským a Marikou Gombitovou. V roce 1977 získali společně zlatou Bratislavskou lyru za písničku Úsměv.

O čtyři roky později založil s Lacem Lučeničem skupinu Limit a vydal se na sólovou dráhu. Za dobu působení na hudební scéně mu vyšly desítky desek v Čechách, na Slovensku a v Německu.

Koncertoval téměř po celém světě a s M. Gombitovou si zahrál také v muzikálu Neberte nám princeznu. Na počátku devadesátých let moderoval pořad Rhytmick, kde mnozí diváci poprvé v životě zhlédli zahraniční videoklipy.

Mezi nejznámější Žbirkovy hity patří Biely kvet, Atlantída, 22 dní, Čo bolí, to prebolí, V slepých uličkách, Prvá nebo Balada o polných vtákoch. Žbirkův hlas také provázel jedním z nejoblíbenějších seriálů televize Nova Ordinace v růžové zahradě, do kterého spolu se zpěvačkou Ivou Frühlingovou nazpívali hit Někdy stačí dát jen dech.

*Bc. Ilona Bínová
sociální pracovníce*

Zdroj:

<https://tn.nova.cz/zpravodajstvi/clanek/448141-zemrel-zpevak-miroslav-zbirka-bylo-mu-69-let.seznam.cz>

<https://ct24.ceskatelevize.cz/kultura/3398600-zemrel-popularni-slovensky-zpevak-miro-zbirka-bylo-mu-69-let>

Kdo je kdo v našem domově?



Když se rozhodovalo, s kým budeme dělat rozhovor do dalšího čísla časopisu, inspirovala nás naše, teď již bývalá, šéfredaktorka Petra. Jejím přáním bylo napsat o dlouholeté spolutvůrkyni časopisu *Náš domov* paní **Lence Kellerové** (41 let, žije v Zaječicích). Lenku znáte nejen jako naši sociální pracovníci, ale stojí za mnoha aktivitami a projekty, které se v domově konají. Jak z rozhovoru zjistíte, je to velmi čínorodý člověk i v soukromém životě.

Jak dlouho a v jaké funkci v domově pro seniory pracuješ?

„Pracuji zde jako sociální pracovníce a letos v červnu jsem napočítala osm let svého působení.“

Jaké byly Tvoje předchozí pracovní zkušenosti?

„Pocházím z Litomyšle a na svoje téměř rodné město, kde žila řada významných osobností českých dějin, jsem náležitě hrdá. Vystudovala jsem tady gymnázium a rozhodla se pro studium oboru sociální práce v Praze na Filosofické fakultě Univerzity Karlovy. Již během studia jsem absolvovala řadu praxí ve státních i nestátních organizacích, kde sociální pracovník zaujímá důležitou pozici, vyzkoušela si práci s různými typy klientů. Pracovala jsem například na celostátní dětské krizové lince důvěry, na Lince bezpečí v Praze, na Lince důvěry pro dospělé v Pardubicích nebo v domě na půli cesty, kam přicházejí mladí lidé opouštějící dětské domovy či výchovné ústavy. Po ukončení vysokoškolského studia jsem nové profesní zkušenosti nabývala v organizaci poskytující služby pohybově postiženým lidem v Pardubicích a zorientovala se více v oblasti získávání financí formou dotačních řízení. V letech 2005 – 2011 zpestřily můj život manželské a mateřské zkušenosti, které jsou pro mě velkou školou, a čerpám z nich stále. Po mateřské dovolené jsem pracovala v TyfloCentru v Pardubicích, které cílí své služby na osoby se zrakovým postižením.“

„Práce v těchto organizacích mě obohatila o zajímavý pohled, a to, že není vždy zcela rozhodující, jak závažný zdravotní stav či znevýhodnění člověk má, ale zásadní je, jak se s danou situací dokáže vyrovnat a přistoupit k ní. Poznala jsem aktivní lidi na vozíku, kteří „chodili“ do práce, sportovali, usmívali

se na svět a byli neskutečně čínorodí. Jezdila jsem na dvojkolech s lidmi, kteří byli úplně slepí, ale rádi vyráželi na výlety, nechali si popisovat okolí a ze svého handicapu si dokonce dělali legraci. Samozřejmě závisí na osobnosti každého jedince a na tom, zda má kolem podporující rodinu či známé. Ale jak české přísloví praví: „Když se chce, tak to jde.“ A to se potvrzuje i zde v domově pro seniory. Pokud sem člověk nastoupí v přiměřeném zdravotním stavu, s vůlí na sobě pracovat, snaží se cvičit, má zájem o dění a o navazování kontaktů, chce svůj život ještě strávit aktivně, má tady u nás tu možnost a netruchlí nad stářím.“

Co Tě baví na práci v domově pro seniory?

„Těší mě, když mohu přispět svým dílem k tomu, aby lidé zde žijící se cítili dobře a měli možnost třeba aspoň na chvíli zapomenout na své bolesti, starosti, trápení. Jedním z programů, který mám na starosti, je canisterapie (návštěvy pejsků u klientů). Chodíme přednostně zejména za ležícími či méně soběstačnými klienty, z nichž někteří mají zvířata velmi rádi, příchod pejska a popovídání s canisterapeutkou Olgou Němcovou jim vyvolá úsměv na rtech. Spolupráce s ní je navíc obohacující v různorodosti druhů zvířat (v letošním roce jsme zde měli například surikatu, hada, čerstvě narozené selátko, karakala), ale také zajímavá díky jejímu nadšení podniknout cokoli. Nezapomenu na chvíle, kdy jsme v posledním týdnu jejího života navštívili na pokoji paní S. s poníkem či pejskem zachráněným z útulku, kterého milovala. V jejích očích byla patrná velká únava a vyhaslost. Setkání s rodinou byla plačtivá, protože pro ně všechny to byly okamžiky loučení. Ale při kontaktu se zvířaty se objevil na jejích rtech milý úsměv, něha a radost.“

„V době před covidem jsem se ráda s klienty scházela na kroužku zpívání, kde jsem je doprovázela hraním na kytaru nebo na flétnu. Hudba je lék a pohlazením po duši a naordinovala bych ho každému. Když je mi smutno nebo mě něco trápí, pouštím si oblíbené písničky.“

„V rámci nabídky akcí zde pořádaných se snažíme zajišťovat různorodé hudební interprety, ale i další jiné zajímavé programy, aby klienti měli z čeho vybírat a mohli pestře trávit volný čas. Oblíbenou aktivitou bývá také trénování paměti, kdy hledáme s kolegyní úkoly pro procvičování mozku a skupinově je s účastníky řešíme. Mou náplní práce je také koordinovat spolupráci s dobrovolníky z Charity Chrudim nebo s místními skauty, kteří svými návštěvami dále zpestřují a obohacují život v domově. Když vidím, že naše obyvatele tyto aktivity baví a přinášejí jim radost, přináší to radost i mně.“

„Mým úkolem je pomáhat nově nastoupivším klientům dobře si zvyknout a spolu s týmem pracovníků v přímé péči i s rodinou se snažit o to, aby zde byli

spokojení a měli naplněné své potřeby. Spolupráce a komunikace všech zúčastněných stran je hodně důležitá. Chci být novým klientům osobou, ke které si mohou vybudovat určitou důvěru, nebojí se na ni obrátit a vyslovit, co potřebují. Pokud má klient nějaké přání a je to v mé moci, ráda mu pomáhám ho naplnit. Často v tomto spolupracuji s pracovníci a pracovníkem přímé péče na oddělení L2 a jsem moc ráda, že jsme v tomto podobně naladěni a děkuji jim za to. Samozřejmě s ohledem na limity a hranice naší služby. Ne vždy je možné splnit klientům vše, co požadují, a v dané chvíli dostává prostor o to složitější, ale důležitější komunikace. Mám dobrý pocit z toho, když se nám podaří najít jiné řešení situace nebo nějaký kompromis tak, aby ani jedna ze stran neodcházela s negativním pocitem nevyřešeného konfliktu.“

„Je pro mě zajímavé poznávat klienty, kteří sem nastupují, odhalovat jejich životní osudy a příběhy. Na první pohled staří lidé vypadají po fyzické stránce podobně a k nám přicházejí ve chvíli, kdy potřebují uspokojit zejména základní fyziologické potřeby (být najedeni, umyti, obléknuti). Důležité je však v každém člověku hledat jeho individualitu. A pokud jsme ochotní se přiblížit i k jeho životnímu příběhu, naslouchat a chápat ho v kontextu jeho života, nabízíme kromě formální služby i tolik důležité mezilidské napojení, které například na odděleních LDN chybí a má významnou psychologicko-podpůrnou hodnotu.“

„Bylo mi ctí se v našem domově setkat s několika osobnostmi například z kulturní oblasti – vzpomínám třeba na sochařku paní Olgu Sigmundovou či básniřku paní Jitku Svobodovou. Aktuálně bylo pro mě obohacující povídat si s panem malířem Jiřím Kostkou z Pardubic. Často tito lidé mají v sobě životní moudrost, pokoru a velký cit pro estetiku, druhým mohou jít příkladem.“

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

„Jsem poměrně čínorodý člověk, někdy toho mám až moc. Žiji s pocitem, že je potřeba mít život naplněný a když už jednou na tom světě jsme, tak ten čas nepromrhat. Chci být něčemu prospěšná, užitečná, a to mě pak naplňuje, pohání dál, dává mi životní náboj a optimismus. Z toho důvodu organizuji v naší obci například pravidelně Tříkrálovou sbírku nebo různé kulturní akce.“

„Mám ráda kulturu a hudbu, odkojení atmosférou města Litomyšle se na mě podepisuje. Jsem členkou pěveckého sboru Bartoloměj z Bítovan, se kterým vystupujeme zejména ve vánočním období a kde se realizují nejen pěvecky, ale i hrou na příčnou a zobcovou flétnu. Také se každý rok podílím na pořádání tramského festivalu v Horním Jelení, který založil můj strýc, velký tramp. Tramping a vztah k přírodě mě provází od malička, procházky a turistika jsou můj pravidelný chléb. Miluji hory – ten pocit, když máte za sebou pětihodinový výstup například na slovenský Kriváň, stojíte na vrcholu, máte

šťěstí na počasí, kolem dokola azurové nebe, vrcholky pod Vámi a kol dokola horské ticho, je nepřekonatelný. “



„Díky dětem jsem v posledních letech přičichla k zajímavému sportu, který v sobě spojuje přírodu, pohyb a trénink mozku – k orientačnímu běhu. Ten se stal v poslední době mým hnacím motorem – nikdy dřív bych



si nemyslela, že budu s nadšením bloudit po lese s buzolou a mapou v ruce, protože někdy to pro mě bloudění opravdu je. Ale ten adrenalin a dobrý pocit, když to zvládnete, neztratíte se a nejste úplně poslední.... Vřele tento sport doporučuji všem - může ho dělat celá rodina, od malých dětí až po sedmdesátníky, čehož jsou nejstarší členové našeho oddílu v Chrasti důkazem. “

Jak pohlížíš na současnou situaci ve společnosti i v domově?

„Život s covidem před nás postavil v osobních i pracovních životech řadu nových skutečností, se kterými jsme si neuměli a nemohli zcela úspěšně poradit. Dělali jsme a děláme co nejvíce, co bylo a je v našich silách. Situace je však stále taková, že nikdo nevíme, co je a není dobře, kdo má a nemá pravdu,

jaké jsou relevantní informace vystihující skutečnost, jaké jsou a nejsou správné postupy. “

„O to více by se v daných chvílích (ne)jistoty měl zachovávat přístup opírající se o vzájemné vyslyšení a pochopení, toleranci a respekt, upřímnou a otevřenou komunikaci. Jen tak můžeme (nejen) ze situace s covidem vyjít s pocitem, že jednáme správně a někomu neublížíme. Myslím, že toto téma je teď důležité pro celou naši společnost, ale týká se i našeho domova pro seniory, ať už to je ve vztahu ke klientům, jejich rodinám či zaměstnancům. “

Co bys přála (vzkázala) našim klientům?

„Aby se jich drželo přiměřené zdraví, chuť žít a být tady s námi. A pokud už jsou na konci své životní cesty, aby v sobě našli smíření, vnitřní klid z toho, jak život prožili. Někdy se stane, že lidé nemají něco dořešeného, například vztahy v rámci rodiny. Těm bych přála, aby našli sílu tyto překážky překonat a proces odpuštění přinesl jim i jejich blízkým potřebný pocit harmonie a uzavření životního cyklu. Může to být někdy hodně těžké, bolavé a emočně vypjaté, ale je to důležité. “

Co bys přála (vzkázala) našim zaměstnancům?

„Myslím si, že všichni v rámci svých pracovních pozic se snažíme, aby zde klienti byli spokojení a dobře se jim zde žilo. Těší mě, že se často z nezávislých zdrojů mimo zařízení dozvídáme, že na náš domov kolují velmi dobré reference. Z toho my všichni zaměstnanci i vedení organizace můžeme mít radost. “

„Přeji všem hlavně pevné zdraví – jim samotným i jejich rodinám. A to nejdůležitější – aby měli nebo si našli vnitřní opěrné body, které jim dávají osobní stabilitu, rovnováhu a i v těžších časech díky tomu neztráceli životní energii, chuť ráno vstát a těšit se na nový den. “

Máš nějaké přání?

„Aby se začala karta obracet a blýskalo se na lepší časy, ve všech ohledech. “

„Ráda bych v příštím roce vyrazila na turistiku do Alp, případně do jiných hezkých míst. “



Děkujeme za rozhovor.



Osobně jsem doposud v životě nepotkala nikoho, jehož koníčkem by byl tanec stepu. Proto jsem musela využít jedinečné příležitosti, že k nám nastoupil pan **Jiří Kostka** (95 let, z Pardubic) a hned druhý den pobytu jsem ho vyzpovídala. Bylo to pro mě velmi milé a veselé setkání s galantním mužem.

Kde jste se narodil, kde jste žil?

„Vyšel jsem tři měšťanky, vyučil jsem se kuchařem a potom jsem šel v roce 1948 na vojnu a narukoval jsem do Terezína, kde byla tvrdá vojna. Odtud jsem šel do kurzu poddůstojníků z povolání, pak jsem sloužil v Rychnově nad Kněžnou u ortopeda doktora Tomáše jako lapiduch. Podal jsem si žádost do vojenské pěší akademie a tu jsem vystudoval. Po skončení vojny jsem byl vyřazen jako poručík. Potřeboval jsem peníze, tak jsem šel pracovat do továrny na výbušniny Synthesia Semtín do Pardubic, kde jsem byl asi osmnáct let. Dělal jsem zde mistra, práce mě bavila, vymýšlel jsem i různé zlepšováky. Mám tři děti. Dcera utekla do Kanady, musel jsem pak opustit funkci mistra a šel dělat dělníka na oddělení, kde byla výroba nitroglycerinu. Zažil jsem zde tři výbuchy, zahynuli zde někteří moji kamarádi, bylo to těžké.“

A jak jste se dostal k výtvarnému umění?

„V Semtíně byl výtvarný kroužek, který se zakládal v roce 1945, a vedoucím zde byl pardubický malíř profesor Danielka. Pozdějším vedoucím byl například profesor Mecl, který studoval u malíře Cyrila Boudy a profesora Salzmann, byl to velmi znalý pán umění a šikovný chlap. Já jsem byl členem kroužku a dělal jsem knihovníka. Byli jsme dobrá parta, nikdo se nepovyšoval. A když náhodou jo, tak ho pořádně uzemnili a bylo to v klidu. Mistr Danielka mi řekl: „Ferdyš Kostka byl slovenský národní umělec, keramik, já ti budu říkat Ferdyš. A než se něco naučíš, tak ti budu pořád opakovat, že když máš na hajzlu díru, tak to tím obrazem zalep.“ Byl na mě tvrděj, říkal mi to dlouho. Každě si myslí, že umělcem lze být hned. Ale Danielka vždycky říkal a napsal mi to do knížky: „Dovednost dělá mistra, ale cit dělá umělce.“ Byl nedostižnej mistr v kresbě. Vzal si tuš a brko, postavil se na náměstí a začal kreslit. Bylo to úžasný,

měl jistou ruku, a to je důležité – co se udělá blbě, musí se vyhodit, protože tuší to nejde opravit. Velký umělec.“

„Vzpomínám, jak jsme s kolegy výtvarníky z kroužku vystavovali svá díla v Německu na ostrově Usedom, v městě Ückeritz. Když jsme tam přijeli, dali jsme si flašku vodky a už jsme mluvili hned německy.“



„Malování mě moc bavilo, doma mám desítky skicáků a olejomalb, to mi nikdo nechce věřit. Kudy jsem chodil, tudy jsem kreslil. Používal jsem různé techniky – tužkou, uhlem, olejem. Obrazy jsem si nechával, mám doma takovou galerii. Maloval jsem portréty, květiny, krajiny. Zkoušel jsem všechny různé techniky. Výtvarné umění je obor na jeden život málo. S kroužkem jsme chodili kreslit třeba k Pohránovskému rybníku. Rád jsem taky maloval Kunětickou horu, a to ze všech stran. Mým oblíbeným obrazem je ten, který jsem maloval v Borové

u Poličky, té oblasti se říká Česká Sibiř. Jezdili jsme tam s kroužkem a kreslili uhlem a pastelem, když bylo -15° C. Pastel je náročná věc na plochu a na kresbu.“

„Zkoušel jsem malovat ženské i mužské akty. Mám jednu veselou vzpomínku na mužský akt. Model seděl na takovém piedestalu a měl tam lampičku. Ženský se o tom dozvěděly a chodily pořád okolo sledovat. Měl jsem také výstavu akvarelů v kulturním domě v Pardubicích. V posledních letech jsem chodil do hospody U Zamastilů v Ohrazenicích, bydlel jsem poblíž, a když jsem neměl papír, kreslil jsem v hospodě skici na tácek od piva. Předlohou mi byli místní hosté.“



Slyšela jsem, že ve skříni máte stepařské boty? Jak jste se dostal ke stepu?

„V Praze jsem chodil v roce 1945 do stepařské školy. Mám tady s sebou svoje speciální stepařské boty, které jsou dělané na míru. Americké stepařské boty se od těch našich lišily – měly ještě dva výstupky a kuličku. Když se dělal dvojklep, kulička hodila třetí úder, tomu se říkalo synkopa.“

„Mám i vousy s brýlemi, které jsem používal jako masku. Dělal ji můj kamarád Mirek Pátků, který byl maskérem na Barrandově. Chodil jsem do stepu v době,



kdy Jiří Korn a Helena Vondráčková chodili stepovat k tanečníkovi Franku Townovi, já chodil k Veselému. Stepoval jsem třeba na píseň Meckie Messer. Vystupoval jsem i v Lucerně, byla to dřina, než se to natrénovalo. Měli jsme skupinu až dvaceti devíti lidí.“

„Na zájezdu v Německu s výtvarníky hráli výborně dixieland. Já jsem se uvolil jim tam zastepovat na skladbu „Svatí pochodují“ (pozn. red. To je černošský spirituál, který patří k nejznámějším světovým melodiím). Druhý den ráno mě zdravili: „Gut morgen, Majstr.“ Nebo, když jsme byli na Slovensku, tak já jim tam v baru zastepoval a oni říkali: „Majstr, my Vás budeme

angažovat.“ Dělalo mi to vždy radost, když se to lidem líbilo. Měl jsem cit pro rytmus, ale na hudební nástroj jsem neuměl. Vždycky se mi líbil klarinet a saxofon, ale to už teď nemá cenu se učit. S manželkou jsme chodili tancovat, já jsem tam vždycky udělal nějaké taneční variace.“

Jaký máte recept na vitalitu?

„Bral jsem ten život, jak přicházel, nedělal jsem z toho žádnou vědu. Ani z nemoci. Byl jsem jen na operaci kolen, jinak jsem k lékaři nechodil. Akorát k závodnímu lékaři v Semtíně, kde nám hlídali krevní tlak kvůli nitroglycerinu, který ho snižuje.“

„V mládí jsem měl dost pohybu, závodně jsem běhal tisícovku a 1500 m. Na vojně jsme ráno místo rozcvičky denně běhali 3 km. Chtěl jsem se dostat do armádního tělovýchovného klubu, ale tam mě nevzali. Už od mládí jsem měl problémy s koleny a chodil na injekce.“

„Tanečním vzorem pro mě byl slavný stepař Fred Astaire, který stepoval po tři generace, sledoval jsem celou jeho kariéru. Ještě když mu bylo přes 80 let, tak vystupoval v muzikálu Divotvorný hrnec. Já sám jsem naposled stepoval, když mi bylo taky 80. Když přišel americký jazz do Evropy, začalo hodně lidí tancovat.

„Do osmdesáti let jsem chodil do sauny.“

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

„Jeden spisovatel řekl, že člověk má na světě konat co nejvíce dobra a co nejméně zla. Tím jsem se řídil.“

„Byl jsem rád, když se mi povedlo vystoupení a lidi tleskali. Dělali jsme to zadarmo. Ale nebral jsem to jako nějaký velký úspěch, nedělal jsem z toho vědu.“

„Umění bylo pro mě v životě důležité. Co člověk dělá pro umění, to je vždycky dobrý. Ale důležité je, aby bylo to umění dobré, ať je to na divadle nebo jinde. Když slyším někdy ty současné moderátory, kdy plácají všechno páte přes deváté... Takoví herci jako Horníček nebo Kopecký, to byli unikáty.“

„Můj syn Vlastík také maluje, umí výborně koně, on byl veterinářem. Je to šikovnej a poctivej hoch.“

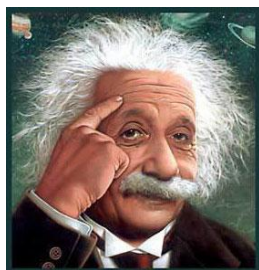
Je něco, co byste ve svém životě změnil?

„Těžko bych něco změnil. Smůla byla, že ty moje dvě manželky tady nebyly dýl. První manželka byla příjemná paní, hodná holka, dostala astma, zemřela, když jí bylo necelých 60 roků. Moje druhá babička se dožila požehnaného věku 93. Lepší holky bych nenašel.“

Panu Kostkovi jsem poděkovala za rozhovor a netušila, že to byl poslední rozhovor, který jsem s ním vedla. Pan malíř a stepař Jiří už teď stepuje v nebeském baru a maluje andělské obrazy. Bylo mi ctí ho poznat.



Děkujeme za rozhovor.



Koutek trénování paměti

Někdo by si mohl říci, že když se v zimě ukládá příroda ke spánku, necháme odpočinout i naše mozkové závitky. Tak tomu ale nebude a při trénování paměti se vánočně naladíme.

Vyhledejte 15 vánoční slovíček:

S	A	J	E	S	L	I	Č	K	Y	B	U	Á	D	A
V	U	J	M	Š	X	P	O	Z	D	O	B	A	Ž	N
Í	P	Á	C	U	K	R	O	V	Í	L	V	S	Ě	D
Č	U	Z	K	Y	A	D	V	E	N	T	Ž	T	U	Ě
K	R	K	K	D	T	V	J	É	S	L	K	R	Ř	L
A	P	G	A	K	O	L	E	D	A	T	J	O	P	H
A	U	S	P	D	F	G	H	J	K	L	Y	M	X	C
V	R	B	R	N	M	Q	W	E	R	T	Z	E	U	I
O	A	P	A	S	D	F	Z	V	O	N	E	Č	E	K
G	H	J	K	L	M	B	E	T	L	É	M	E	N	B
V	C	K	O	M	E	T	A	X	J	H	G	K	F	D
S	N	Í	H	R	T	H	P	Ů	L	N	O	Č	N	Í

Vánoční kvíz:

1. Co znamená slovo advent?

- a) příchod
- b) odchod
- c) zrození

2. Kde se poprvé objevil adventní věnec?

- a) v Izraeli
- b) v Německu
- c) v Polsku

3. Co je to štědrovka?

- a) šupina
- b) vánočka
- c) nadílka

4. Kdy a kde byl postaven první český betlém?

- a) v roce 1562 v kostele sv. Klimenta
- b) v roce 1628 v kostele sv. Mikuláše
- c) v roce 1748 v kostele sv. Matěje



5. Ježíšek leží ve:

- a) stodole
- b) chlévě
- c) stáji

6. Jaké dary přinesli tři králové Ježíškovi?

- a) zlato, kadidlo, ovci
- b) zlato, myrhu, víno
- c) zlato, kadidlo a myrhu



7. Čím byl Josef, manžel Panny Marie, maminky malého Ježíška?

- a) tesař
- b) truhlář
- c) kovář



8. Kdo napsal Českou mši vánoční?

- a) Jakub Jan Ryba
- b) Jan Josef Ryba
- c) Jan Jakub Ryba

9. Co původně znamenala zkratka C+M+B?

- a) jména tří králů, tedy Kašpara, Melichara a Baltazara
- b) označoval domy příslušníku Cechu mistrů brašnářů.
- c) latinské požehnání Christus mansionem benedicat

10. Který den je považován za konec vánočního období?

- a) 26. prosince
- b) 31. prosince
- c) 6. ledna

Zdroj: https://www.idnes.cz/onadnes/vanocni-kviz.Q191213_140040_ona_pet

Správně odpovědi hledejte na straně 34.

*Bc. Ilona Bínová
sociální pracovníce*

Přehled akcí konaných v našem domově v 4. čtvrtletí roku 2021

Říjen

4. 10. 2021	canisterapie
5. 10. 2021	kouzelnické vystoupení pana Waldini
13. 10. 2021	sportovní akce Chodovská šipka
14. 10. 2021	hudební vystoupení paní Vavřínkové
17. 10. 2021	biblické zpěvy a čtení s Charitou Chrudim
18. 10. 2021	canisterapie
24. 10. 2021	divadelní soubor Kvítka – „Zvláštní případ pana Rady“
26. 10. 2021	kavárna

Listopad

1. 11. 2021	canisterapie
8. 11. 2021	promítání filmu "Florenc 13:30"
29. 11. 2021	canisterapie

Prosinec

7. 12. 2021	canisterapie
12. 12. 2021	biblické zpěvy a čtení s Charitou Chrudim
13. 12. 2021	canisterapie

Správné řešení úkolů z Koutku trénování paměti ze stran 30-32

1. Osmisměrka

S	A	J	E	S	L	I	Č	K	Y	B	U	Á	D	A
V	U	J	M	Š	X	P	O	Z	D	O	B	A	Ž	N
Í	P	Á	C	U	K	R	O	V	Í	L	V	S	Ě	D
Č	U	Z	K	Y	A	D	V	E	N	T	Ž	T	U	Ě
K	R	K	K	D	T	V	J	É	S	L	K	R	Ř	L
A	P	G	A	K	O	L	E	D	A	T	J	O	P	H
A	U	S	P	D	F	G	H	J	K	L	Y	M	X	C
V	R	B	R	N	M	Q	W	E	R	T	Z	E	U	I
O	A	P	A	S	D	F	Z	V	O	N	E	Č	E	K
G	H	J	K	L	M	B	E	T	L	É	M	E	N	B
V	C	K	O	M	E	T	A	X	J	H	G	K	F	D
S	N	Í	H	R	T	H	P	Ů	L	N	O	Č	N	Í

2. Vánoční kvíz:

1. a, 2. b, 3. b, 4.a, 5. b, 6. c, 7. a, 8. a, 9. c, 10. c



Svoje narozeniny budou slavit

pí Haisová Anna	1. 1. 1925
pí Novotná Hana	1. 1. 1933
pí Novotná Jindřiška	2. 1. 1937
pí Kubelková Hana	3. 1. 1936
pí Řezáčová Ludmila	3. 1. 1942
pí Očková Milada	5. 1. 1928
p. Šafařík Josef	6. 1. 1938
pí Kubelková Eva	10. 1. 1937
pí Hanková Milada	18. 1. 1937
pí Macháčková Ludmila	19. 1. 1940
pí Košťálová Alena	22. 1. 1949
pí Sršňová Marie	23. 1. 1934
pí Školoudová Růžena	23. 1. 1930
p. Šimek Ladislav	25. 1. 1952
pí Karbanová Danuše	5. 2. 1927
pí Zelenková Jana	5. 2. 1943
pí Danielová Ludmila	6. 2. 1932
pí Moškaničová Bohumila	6. 2. 1948
pí Korečková Ludmila	9. 2. 1931
pí Vaisová Věra	9. 2. 1942
pí Sekerková Marie	12. 2. 1928
p. Synek Jan	13. 2. 1942
p. Šulc Vladimír	16. 2. 1939
pí Nováková Jana	19. 2. 1943
pí Rousková Jaroslava	19. 2. 1933
pí Frymlová Jaroslava	25. 2. 1934
pí Málková Pavlína	26. 2. 1939

pí Kožená Vlastimila	1. 3. 1926
pí Těšíková Tatiana	5. 3. 1934
p. Bátěk Josef	6. 3. 1948
p. Honzů Miloš	9. 3. 1945
p. Král Rudolf	11. 3. 1943
pí Marvanová Božena	14. 3. 1934
pí Smejkalová Zdeňka	20. 3. 1931
pí Sudková Ludmila	22. 3. 1825
pí Tvrdíková Marie	25. 3. 1941
pí Kačová Marta	25. 3. 1950
p. Vais Josef	31. 3. 1928

Přejeme všechno nejlepší!



Noví obyvatelé našeho domova

Ing. Kloboučník Josef	6. 10. 2021
p. Tejnecký František	12. 10. 2021
pí Hanková Milada	12. 10. 2021
p. Honzů Miloš	26. 10. 2021
pí Zitová Ivana	8. 11. 2021
p. Čížek Stanislav	10. 11. 2021
p. Ondrušová Marie	18. 11. 2021
p. Hlavsa Ivan	25. 11. 2021
pí Vomáčková Alena	30. 11. 2021
pí Pošíková Marie	6. 12. 2021
pí Smejkalová Zdeňka	8. 12. 2021
p. Vais Josef	9. 12. 2021
p. Kostka Jiří	15. 12. 2021
p. Skřivánek Antonín	15. 12. 2021
p. Bátěk Josef	21. 12. 2021

Přejeme příjemný pobyt!

S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili

p. Walter Emil	3. 10. 2021
p. Velát Josef	14. 10. 2021
p. Dostál Josef	15. 10. 2021
pí Šedová Jaroslava	19. 10. 2021
p. Šindelář Josef	20. 10. 2021
p. Musil Miroslav	5. 11. 2021
pí Matějková Magdalena	11. 11. 2021
pí Svatoňová Jaroslava	12. 11. 2021
pí Tůmová Jiřina	17. 11. 2021
pí Jelínková Dana	21. 11. 2021
pí Černická Jolana	27. 11. 2021
pí Bartáková Božena	1. 12. 2021
p. Tejnecký František	2. 12. 2021
pí Horečková Vlasta	3. 12. 2021
pí Kosnarová Anna	12. 12. 2021
pí Koberová Libuše	17. 12. 2021
p. Kostka Jiří	18. 12. 2021
p. Šulc Vladimír	20. 12. 2021

Čest jejich památce!





Náš domov

4/2021

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

Redakční rada:

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

Fotografie na titulní straně:

Pavel Hubáč