

Náš domov

číslo 2/2019



Foto: Pavel Hubáč: Slunečnice z Chotěnic



Léto 2019



Milé čtenářky, milí čtenáři.

Pokud jste si při čtení minulého úvodníku říkali, že ta převzatá slova nejsou nic pro Vás, že tyto novotvary a anglicismy (slova převzatá z angličtiny nebo podle ní vytvořená) jen kazí starou krásnou češtinu, možná Vás teď překvapím, když řeknu, že takové hezky české slovo „**květen**“ zas až tak úplně české není.

„Květnu se na rozdíl od ostatních měsíců vždycky říkalo z latiny převzatým 'máj'. Až v roce 1805 relativně mladý Josef Jungmann překládal novelu *Atala* od Françoise Chateaubrianda. Ve francouzštině mají pro květen výraz z latiny: mai. Chateaubriand chtěl být poetický, tak to přejmenoval na 'mois de fleurs', tedy doslova 'měsíc květin'. Jungmann chtěl tento poetismus nějak převést do češtiny, a tak místo toho, aby napsal 'máj', jak se tehdy normálně říkalo květnu, použil poprvé slovo 'květen'. Nevíme, jestli si ho nezávisle vymyslel, nebo si ho vypůjčil z polštiny, kde už tehdy existovalo, byť v jiném významu. (pozn. redakce: v polštině 'kwiecień' označuje náš duben) Každopádně se začalo velmi rychle šířit, protože všechny ostatní měsíce jsme měli české – a byla to doba, kdy se odmítalo všechno cizí. A tak se jedenáct českých názvů měsíců doplnilo i dvanáctým. Zajímavé je i to, že 'máj' byl dřív běžný výraz a 'květen' básnický vznešený, ale postupně se to obrátilo, na čemž má jistě velký podíl Máchův *Máj*.“ (citováno z rozhovoru s českým jazykovědcem, doc. RNDr. Karlem Olivou, Dr., publikovaného 17. srpna 2018 v týdeníku *Téma*)

Mgr. Petra Holubová, šéfredaktorka

Co v tomto čísle najdete

Měsíc červen – měsíc blížících se prázdnin, maturit.....	4
Co je u nás nového?	5
Vozíků není nikdy dost	6
Pečení jidášů a celodenní vaření v dílně ručních prací.....	7
Milá návštěva s velikonoční nadílkou.....	8
Návštěva skautů v domově	9
Oslava významných narozenin	10
Návštěva Rady města Heřmanův Městec v našem domově	11
Návštěva Slovenska	11
Letní sportovní hry v domově	14
Výlet do Zahrady léčivých rostlin v Hradci Králové	15
Návštěvy zvířat v našem domově	17
Na co nesmíme v létě zapomínat	20
Kdo je kdo v našem domově?.....	20
Přehled akcí konaných v našem domově ve 2. čtvrtletí roku 2019.....	27
Koutek trénování paměti	29
Vtipy o zvířátkách.....	30
Osmisměrka	32
Správné řešení osmisměrky a úkolu z Koutku trénování paměti.....	33
Svoje narozeniny budou slavit.....	34
Noví obyvatelé našeho domova.....	35
S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili.....	36

Měsíc červen – měsíc blížících se prázdnin, maturit, vůně sena a dozrávajících jahod

Je to právě 67 let, kdy jsem 12. června v roce 1952 maturovala na chrudimské obchodní akademii. Bylo nás 38 žáků-studentů, celkem velice úspěšná třída. Několik nás maturovalo s vyznamenáním, nikdo nepropadl a po letech praxe tři studenti začali studovat na vysoké škole – úspěšně. Na maturitním tablu se svými profesory jsme v občanských šatech a mezi námi je fotografie, opatřená smuteční páskou, úspěšné klavíristky Mirči Pospíšilové z Chrudimě, která v 1. ročníku zemřela. Hrou na klavír doprovázela chrudimské cvičence při nácviu sestavy na sokolský slet a její místo ve druhé lavici zůstalo po čtyři roky prázdné na její památku.

Maturovali jsme ve svazáckých košilích a modrá barva byla vidět v ty dny ve všech školách v Chrudimi.

Do zaměstnání jsme nastupovali na základě umístěnky, kterou škola dostala, a byli jsme pozváni do ředitelny k převzetí a určení nástupu. Po celé republice jsme se pohybovali – někdo na Slovensko, někdo zůstal v Chrudimi. Já jsem dostala umístěnku do národního podniku Potrubí Praha do finanční účtárny, v budově snad bývalé kavárny na rohu Vinohradské a Italské ulice. Musela jsem shánět ubytování někde v soukromí, což se mi podařilo. Měla jsem to do práce blízko, bydlela jsem v Moravské ulici.

Byla jsem šťastná. Potrubí mělo předplacené dvě šatny na tenisovém kurtu za Hlávkovým mostem a my čtyři z Potrubí jsme od půl šesté ráno mohli hrát tenis, osprchovat se a jet zase tramvají do kanceláře, protože jsme pracovali od 8.30 hod.

Sedělo nás ve finanční účtárně 17. Víc by se tam už nevešlo, i když osobní oddělení ještě potřebovalo rozšířit aspoň o jeden stůl. Náš vedoucí se bránil: „Ještě zákon o neprostupnosti hmoty platí!“ „Všechny staré zákony padly,“ odpověděl pracovník osobního oddělení, čímž nás všechny rozesmál.

Práce bylo nad hlavu, Potrubí mělo po republice spoustu montérů, sklady potrubí v Ústí nad Labem, kam jsme jezdili dělat inventury.

A co mne ještě těšilo kromě práce, kterou jsem se pořádně naučila díky přísnému vedoucímu panu Beranovi, který měl k nám nejmladším pěkný vztah a byl přísný – chodila jsem do Vinohradského, Národního, Komorního, Smetanova divadla a viděla jsem ty naše nejlepší herce. A i když jsme moc peněz nedostávali, lístky nebyly tak drahé, takže mi koncem měsíce ještě zbylo 15 Kčs na cestu vlakem domů, do Heřmanova Městce.

Držím palce letošním maturantům, ať všechno bez trémy zvládnou. Někdo má kuráž, ale když si vytáhne otázku, buď se zaraduje, nebo se otřese trémou, a než promluví k otázce, začne třeba koktat. Já jsem šla na řadu jako devátá podle abecedy a devítka byla moje šťastné číslo.

V těchto tropických vedrech to není nic příjemného. Hodně zdaru maturantům a šťastné zakončení školního roku všem žákům a krásné prázdniny!

*paní Jaroslava Roušková
klientka z oddělení D3*



Co je u nás nového?

- *Pracovnice přímé péče* mají od 1. června 2019 *posunutou odpolední přestávku* od 15:30 do 16 hodin.
- Možná jste si všimli *nového osvětlení* v koupelnách na odděleních D3 a D4, v suterénu, v dílně ručních prací a v relaxačním centru.
- Na zahradě domova byly vytvořeny *boxy na sypké materiály a železný šrot*. Pokud se podíváte večer z okna do zahrady, může Vás zaujmout *nové osvětlení hlavního chodníku zahrady*.

Vozíků není nikdy dost

Máme tu vytoužené léto, teplé počasí a řada klientů ráda tráví čas venku v rozkvetlé zahradě. Ta poskytuje příjemné posezení pod korunami stromů nebo pergolou.

Na jednotlivých odděleních jsou k dispozici mechanické vozíky, které používáme k přemístění klientů na zahradu, ale jejich počet je omezen. Hlavním důvodem je místo, nemáme prostě vozíky kam vhodně uklidit. Oslovili jsme klienty, kteří využijí vozík po celý den, aby měli svůj.

Pořídít si jej jde dvěma způsoby. Buď je předepíše odborný lékař – ortoped, neurolog, internista, rehabilitační lékař. Předpis musí schválit revizní lékař Vaší pojišťovny. Vozíky a čtyřkolky platí zdravotní pojišťovna a Vy je máte zcela zdarma. Ovšem vozík nebo čtyřkolka zůstává majetkem pojišťovny a vrací se, když už jej nepotřebujete.

Druhou možností je zakoupení vlastního vozíku nebo čtyřkolky, ať už nových nebo repasovaných. Cena je od 2000 Kč a výše, záleží na typu a stáří vozíku. Nákup pomůcky zajistí rodina. Samozřejmě poradíme, jaký typ vozíku nebo chodítka by vyhovoval a také prodejce těchto výrobků.

Přeji Vám všem pěkné léto i čas strávený venku v přírodě.

*Alena Vitvarová
vrchní sestra*



Pečení jidášů a celodenní vaření v dílně ručních prací

V úterý 2. dubna 2019 jsme se sešly celkem čtyři klientky z oddělení D3 a D4, abychom – vzhledem k blížícím se Velikonocům – upekly jidáše. Vymýšlely jsme různé tvary a byla kolem toho kupa zábavy. Upečené byly pomazány medem. Vůně z pečení přilákala mlsné jazýčky, všem chutnaly. Těšíme se na další pečení.

O měsíc později, v úterý 30. dubna 2019, jsme se sešly, abychom si něco uvařily. Bylo nás pět (paní Vančurová, paní Marvanová A., paní Vilímovská, paní Matějková a já) a dvě sestřičky. Ty nám zajišťovaly materiální základnu pro celodenní menu:

snídaně – palačinky s marmeládou a šlehačkou

oběd – knedlíčková polévka, pečená kachna s bramborovým knedlíkem a zelím

svačina – buchty s tvarohem a švestkami a káva

Protože to vše krásně vonělo, bylo to cítit po všech patrech, o zájemce nouze nebyla. Celý den se vydařil a věříme, že příští parta bude stejně úspěšná.

Pracovnicím Iloně Vobejdové a Haně Heřmanské děkujeme za pomoc při vaření.

*Sepsala účastnice pečení a vaření paní Marie Heřmanová,
klientka z oddělení D4.*



Milá návštěva s velikonoční nadílkou

V neděli 21. dubna 2019 přišly naše klienty potěšit paní Milada Svobodová s paní Evou Doležalovou, které přinesly všem našim klientům velikonoční nadílku – balíček s velikonočními pochutinami a sprchovým gelem. Stejně jako o Vánocích obešly všechny klienty, obdarovaly je a krátce s nimi popovídaly. Obdarované tento čin samozřejmě potěšil, u některých vyvolal dojetí a někdy i údiv nad tím, že někdo cizí si vzpomněl a chtěl jim udělat radost.



Rádi bychom poděkovali paní Miladě Svobodové za opětovné zorganizování nápadu, který přináší pohlázení po duši našim klientům. Také samozřejmě jejím přátelům, kteří se společně podíleli na nákupu velikonoční nadílky. Obohatili velikonoční svátky našich klientů i své o další rozměr – o pocit sounáležitosti a radost ze vzájemné podpory mezi lidmi, kteří by se jinak neměli možnost ani potkat.

Návštěva skautů v domově



Velikonoce v domově jsme měly tradiční. Pekly jsme jidáše a barvily vajíčka. Vařily jsme je v cibuli, byla velice hezká.

Po svátcích nás přišli navštívit malí skauti v počtu deset dětí, tři dospělé skautky a jeden vedoucí skaut. Hrál na kytaru a malí skauti tančili a zpívali. V publiku nás bylo asi dvanáct bývalých skautek. Měly jsme na co vzpomínat. Bavily jsme se velice dobře a zase jsme je pozvaly na besedu. Potěšilo je to a těší se na návštěvu. Za celou skupinu bývalých skautek, kterými jsme byly před sedmdesáti lety

důchodkyně Hana Novotná, klientka z oddělení L1.



Oslava významných narozenin

Dne 28. dubna 2019 jsme my, pracovnice odd. D3+D4, s velkým potěšením mohly popřát paní Marii Lizánkové, narozené 28. dubna 1917, k jejím krásným 102. narozeninám. Ke gratulantům se připojila i vrchní sestra a pan ředitel.

Své narozeniny oslavila se svou rodinou v salonku odd. D3.

Paní Lizánková je u nás v Heřmanově Městci již druhým rokem a my všichni pevně věříme, že je u nás v Domově spokojená. Její skromná, optimistická povaha jí pomáhá udržovat pozitivní pohled na život, který u ní můžeme obdivovat.

Za náš kolektiv jí přejeme nadále pevné zdraví, životní vitalitu a stále dobrou náladu.



kolektiv oddělení D3+D4



Návštěva Rady města Heřmanův Městec v našem domově

Dne 13. května 2019 v odpoledních hodinách navštívili náš domov členové Rady města Heřmanův Městec v čele se starostou města panem Josefem Kozlem. V první části setkání jsme společně s paní Vitvarovou informovali členy Rady o nejpalčivějších problémech, které provázejí naši práci v současné době a s výhledem do budoucna. Jedná se zejména o navyšování platů pro pracovníky v sociálních službách, aniž by na toto navýšení dala vláda dostatek finančních prostředků. Do budoucna jsme avizovali jako podstatný problém to, že se stále se zhoršujícím zdravotním stavem jak stávajících, tak nově nastupujících klientů domova se bude čím dál více projevovat nevhodné uspořádání pokojů v domově – málo místa na manipulaci s ležícími klienty, málo místa pro klienty na invalidním vozíčku atd. Ze strany členů Rady města bylo doporučeno navázat kontakt s architektem města a požádat ho o pomoc v této věci.

Ve druhé části setkání jsme provedli členy Rady města po domově, zajímali se především o prostory kuchyně, prádelny a ukázali jsme jim též kapli.

Z plánované schůzky na cca půl hodiny se nakonec stalo jedenapůlhodinové setkání, které, jak doufám, bylo přínosné pro obě strany.

*Ing. Petr Mazura
ředitel domova*

Návštěva Slovenska

Rok se s rokem sešel a do našeho domova opět dorazilo pozvání kolegů a kolegyní ze Staré Lúbovni. Přestože naše domovy spolu udržují přátelství již 14 let, je stále o čem povídat, a proto jsme s radostí pozvání po dvou letech opět přijali.

Ředitel domova Peter Mucha nás dopředu seznámil s programem, který pro nás nachystali, a my natěšení jsme se připravovali na cestu. Abychom nepřijeli s prázdnou, pracovnice relaxačního centra přichystaly dárky, které společnými silami s klientkami vyrobily. Nesmělo chybět ani něco na zub, proto jsme s sebou vezli regionální potravinu, a to Pardubický perník. Paní tajemnice Městského úřadu v Heřmanově Městci připravila několik tašek s propagačními materiály Heřmanova Městce a okolí.

Takto vybaveni jsme se v úterý 14. května 2019 vydali na cestu přes 400 km dlouhou ve složení: Ing. Mazura, p. Svobodová, p. Vitvarová

a Mgr. Linhartová. Od rána svítlo sluníčko a počasí vypadalo nadějně. Když jsme se ale přibližovali k hranicím se Slovenskem, začalo poprchávat a na hranicích, kde terén stoupal do kopců, proletoval i sníh. Před námi se otevřela zasněžená krajina, jako kdyby byl leden. Při sjezdu dolů sníh pomalu ustupoval, ale déšť ne a ne brát konce. Dovezli jsme ho s sebou až do Staré Ľubovni, kde na nás čekalo vřelé přivítání a syté občerstvení. Během odpoledního posezení jsme postupně probrali, co je v domovech nového, a následoval odjezd na ubytování do penzionu *Hanus* ve Spišských Hanušovcích, kam nás pan ředitel Peter doprovodil.



Na středu 15. května jsme měli domluvenou návštěvu v zařízení sociální péče *Jasoň* ve Spišské Staré Vsi, zřizovaném Prešovským krajem. Jedná se o zařízení, které má 16 klientů a působí velmi rodinným dojmem. Sympatická paní ředitelka Viera Pasterová nás seznámila s chodem zařízení a s jeho prostředím. I přesto, že v něm probíhaly stavební úpravy, nám tam bylo příjemně. Měli jsme také štěstí, že na dobu naší návštěvy měli pro klienty přichystané vystoupení ke Dni matek a my jsme si mohli vyposlechnout recitaci básniček dětí z mateřské školky, hudební vystoupení zástupců umělecké školy a na závěr recitaci klientek a paní ředitelky. Po velmi příjemně stráveném dopoledni následoval oběd v místní restauraci. Protože nám počasí nepřálo a nebylo možné se účastnit venkovních aktivit, které pro nás kolegové naplánovali, zůstali jsme v restauraci, kde byla možnost zahrát si bowling, a my mohli poměřit síly ve smíšených družstvech. Nehráli jsme Slováci

proti Čechům, jak by se dalo očekávat, ale poctivě jsme se o dráhy podělili a vytvořili federativní týmy. Takže nakonec vyhrály oba národy ☺.

Na třetí den pobytu na Slovensku jsme měli připravené návštěvy dvou zařízení. První se nacházelo asi 50 km od Staré Ľubovni, v Bardejově. Jednalo se o soukromé zařízení s kapacitou 100 klientů, kterým nás provedl pan ředitel Jaroslav Živčák. Měli jsme možnost porovnání státní a soukromé sociální služby. Domov pro seniory *Antik* je velmi moderní zařízení, které připomínalo spíše hotel. Zázemí pro aktivizaci a rehabilitaci bylo na velmi vysoké úrovni. Venkovní zázemí s altánky a jezírkem vybízelo k posezení. Domov klientům nabízí i čtyřnohého obyvatele a tím je felinoterapeutická kočka Sisinka, která zaujala i naši paní vrchní, jež neodolala tomu, aby si ji pochovala ☺. Pan ředitel Živčák byl velmi hovorný, a tak se nám dopolední návštěva protáhla až do půl druhé. Poté následoval oběd v Bardejově a přesun do pár kilometrů vzdáleného města Zborov. Ve Zborově se nachází sociálně zdravotní zařízení, které se specializuje na seniory, a doléčovací oddělení, kam jsou překládáni pacienti z nemocnic. Zařízení má kapacitu 82 lůžek a vede ho paní ředitelka Vlasta Lešková. Paní ředitelka zařízení v posledních letech modernizuje a dostavuje další společenské prostory, které by měly vyhovovat klientům ve vysokém stupni závislosti, kterých mají, jak sama podotkla, většinu.

Po celodenních prohlídkách zařízení nás čekal asi 100 km návrat do našeho penzionu. Po cestě zpět jsme se zastavili ještě v obci Hniezdne, kde jsme se občerstvili, někdo čajem, někdo čokoládou, rozloučili jsme se s kolegyněmi z domova ze Staré Ľubovni a pan ředitel Peter nás doprovodil do Spišských Hanušovic k penzionu. Necelé 3 dny strávené ve společnosti slovenských kolegů byly jako vždy velmi příjemné, ale jako vždy neskutečně rychle utekly.

Ředitelé obou domovů se domluvili na dalším setkání, které by se mělo uskutečnit příští rok v Čechách. Už teď bychom měli začít přemýšlet, jak zpestřit pobyt v našem kraji, aby byli všichni tak spokojeni jako my na Slovensku.



*Mgr. Petra Linhartová
vedoucí sociálního oddělení*

Letní sportovní hry v domově

Letní sportovní hry se v našem domově konaly ve čtvrtek 30. května 2019. Po propršených dnech na nás vykouklo sluníčko, které nás celé odpoledne pěkně hrálo a všechny účastníky povzbuzovalo ke sportovním výkonům. Soutěžilo se již tradičně ve čtyřech disciplínách – hod kroužky, kuželky, šipky a hod míčem na medvěda. Účast byla veliká, možná některé sportovce nalákala i odměna po sportovním výkonu v podobě zákusku, řízku a piva.

Všem sportovcům patří veliká gratulace, že se zúčastnili již 12. ročníku letních sportovních her. Z každé disciplíny byli vybráni 3 nejlepší sportovci, kteří byli odměněni medailí, diplomem a dárkovým balíčkem.

Děkujeme sponzorovi – firmě MK Market – za poskytnutí dárkových balíčků pro naše vítěze.

Hod kroužky:

1. místo – paní Anna Vančurová
2. místo – paní Bohumila Moškaničová
3. místo – paní Alenka Marvanová

Šipky:

1. místo – pan Petr Fuksa
2. místo – paní Alenka Marvanová ⇒
3. místo – paní Koberová Libuše

Kuželky:

1. místo – paní Jana Hodanová
2. místo – pan Josef Stýblo
3. místo – pan Petr Fuksa

Hod na medvěda:

1. místo – Bohumila Moškaničová
2. místo – Marta Bláhová
3. místo – Jaroslav Pošík

*Bc. Kateřina Murinová
sociální pracovníce*



Výlet do Zahrady léčivých rostlin v Hradci Králové



Na den 5. června 2019 byl naplánován výlet Domova pro seniory Heřmanův Městec do Hradce Králové. Vyjeli jsme autobusem po osmé hodině a do Hradce Králové jsme přijeli po deváté hodině. Cílem výletu se stala [Zahrada léčivých rostlin](#), která je účelovým zařízením Farmaceutické fakulty Univerzity Karlovy. Zabezpečuje pěstování rostlin pro pedagogické a výzkumné účely. Zabývá se i sběrem semen léčivých rostlin pro mezinárodní výměnu semen.

Po celou dobu prohlídky nás provázela zaměstnankyně ZLR s patřičným komentářem. Ta nás také přivítala a seznámila s dějinami zahrady. Nachází se zde Naučná stezka farmacie. Má 13 zastavení, úvodní se týká farmaceutického školství a poslední je věnováno firmě *Teva*, bez jejíž pomoci by stezka zřejmě nevznikla. Vzhledem k tomu, že veškeré léčení má svůj začátek v přírodě a v jejích produktech – nejčastěji v léčivých rostlinách – má umístění tohoto naučného cyklu právě v botanické zahradě hluboké opodstatnění.

Je zde ukázáno, které rostliny jsou stále významné, které poskytly své obsahové látky chemikům pro další úpravy lékových forem. Speciální tabule je věnována tropickým léčivým rostlinám. Umístěna je do sbírkového skleníku.

Návštěvníci zahrady léčivých rostlin zde mohou relaxovat v příjemných zákoutích, mohou se i poučit a poučit své děti.

Na podzim v roce 2015 zde vzniklo „malé rozárium“. Ve spolupráci s prestižní francouzskou růžařskou společností *Meilland/Richardier* zde byla vysazena kolekce přibližně 300 růží v padesáti odrůdách. Všechny růže jsou označeny popiskami s uvedením názvu růže. Jméno Meilland je ve světě růží veličinou. Dvě růže z jeho šlechtění je nutné připomenout. Na prvním místě je čajohybridová kráska *Gloria Dei* uvedená na trh v roce 1945 při příležitosti ukončení 2. světové války. Je dodnes nabízena předními společnostmi. Druhou proslulou a nádhernou růží je *Papa Meilland*, tmavě červený sametový a silně

vonící čajohybrid z roku 1963, v roce 1988 uvedený do síně slávy – do společnosti nejznamenitějších růží všech dob.

Vedle růží najdou návštěvníci v zahradě i novou výsadbu pivoňek. Zatím v 30 exemplářích. Tato kolekce se bude postupně rozšiřovat. Návštěvníci si mohou také zakoupit sazeničky léčivých bylinek.

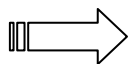
Po skončení prohlídky jsme se naobědvali v příjemném prostředí a poté odjeli do Heřmanova Městce. Návrat byl asi o půl jedné. Výlet byl velice pěkný a poučný. Děkujeme organizátorům a těšíme se na další výjezd.

Přeji Vám všem hodně zdraví a spokojený pobyt v domově.

Za použití vlastních zážitků a informací z internetu sepsala

Zdena Knapová, klientka z oddělení B.

Gloria Dei



Návštěvy zvířat v našem domově

V uplynulém období jste měli v našem domově možnost potkat se s různorodými zvířátky. Pravidelně dvakrát do měsíce nás navštěvují canisterapeutky paní Olga Němcová a Radka Pátková se svými psími svěřenci a koucourkem Hermelínem. Při návštěvě 4. června s sebou paní Němcová přivezla také čtyři užovky červené, které zlepšily náladu naší největší milovnici hadů, paní Horřicové.



V dubnu nás navštívili manželé Paldusovi se svou cirkusovou show, v rámci které předvedli některá cirkusová čísla se svými dvěma psy. Na závěr se představila opice Žofka z rodu paviánů, kterou si spolu s činčilou mohli klienti pohladit.

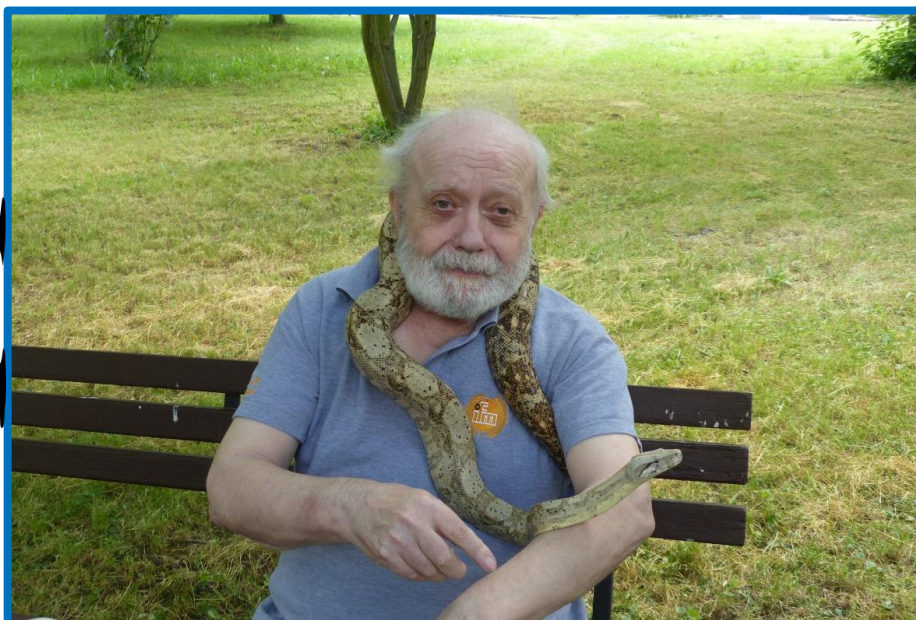
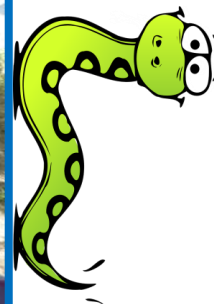


V neděli 16. června 2019 za námi s panem Piskačem z Chrudimi dorazila krajta Krajťa, kterou někteří z Vás znají již z předchozích návštěv.



Velmi oblíbenou akcí je také mobilní zvěřinec paní Němcové, při kterém se setkáte se zvířaty různých druhů. V pondělí 17. června jste si na zahradě našeho domova mohli pohladit například mládě polární lišky a pštrosa, chlupaté králíky, prasátko, agamu, chameleona, strašilky, užovky či hroznýše; v kleci pobíhaly surikaty a na hlavě paní Němcové celou dobu trůnila opička tamarín. I tentokrát se akce těšila hojné účasti a vzbudila mnohé veselí.





*Na další setkání
s Vaší radostí
ze zvířat se těší
Mgr. Lenka Kellerová
sociální pracovnice.*

Na co nesmíme v létě zapomínat



Léto je za rohem a spolu s ním i dlouhé dny, prosluněná odpoledne a především vysoké venkovní teploty. Právě ty mají zásadní vliv na náš organismus. Je důležité, abychom během horkých dnů měli stále před sebou skleničku s nápojem. V opačném případě nám hrozí dehydratace, která způsobuje závrať, zvýšený tep, vysoký krevní tlak, bolest hlavy a další životu nebezpečné komplikace.

I když všichni tušíme, že pravidelný pitný režim je pro naše tělo důležitý, občas se stane, že přes den žízeň nepociťujeme a večer si vzpomeneme, že jsme měli sotva dva loky vody.

Minimálně bychom měli vypít 2 litry tekutin denně. Přeslazené limonády, káva nebo alkohol rozhodně nejsou ideálními nápoji v boji proti dehydrataci. Sklenička vody nebo neslazeného čaje by měla doprovázet každý jídelní chod a zároveň by měla být naším společníkem při všech našich aktivitách. Ať již venkovních nebo ve vnitřních prostorách domova.

Pojďme společně zapracovat na našem pitném režimu, abychom si léto užili bez zbytečných nepříjemností.

Miluše Magerová

staniční sestra oddělení LO, B

Kdo je kdo v našem domově?



Paní **Hana Heřmanská** (39 let, bydlí v Podhořanech u Ronova) Vás povzbuzuje při cvičení, zpívá s Vámi a půjčuje Vám knížky. Je plná energie a ráda si s Vámi zavtipkuje.

Jak dlouho a v jaké funkci v DPS pracuješ?

„Do domova jsem nastoupila na začátku září roku 2012, ve stejný den, kdy můj starší syn

zahájil školní docházku. Nastoupila jsem na odd. D3, D4, kde jsem pracovala rok a čtvrt, poté jsem byla přeřazena na odd. L0, kde jsem pracovala rok a půl. V roce 2015 mi byla nabídnuta práce v relaxačním centru, kde pracuji dodnes. “

Jaké byly Tvoje předchozí pracovní zkušenosti?

„Po ukončení střední školy jsem v roce 1998 nastoupila do Českého telecomu (dnes O2), kde jsem pracovala jako operátorka na lince 1180. Práce mě hodně bavila, byla to práce s lidmi, i když po telefonu. Dohledávali jsme telefonní čísla na různé firmy i fyzické osoby po celé České republice. Ze začátku to bylo docela složité, počítače nebyly tak rychlé jako dnes, takže se občas stávalo, že se nám to celéablokovalo a lidé si museli počkat nebo zavolat znovu. Později, když nám vyměnili počítače a dali nám nové programy, to byla jiná... Začali jsme telefonní čísla posílat i přes smsky nebo přes e-mail. Denně nás tam pracovalo skoro 90 a každá z nás zpracovala 600 – 800 telefonátů za službu. Od té doby mluvím rychle, aniž bych si to uvědomovala. Po pěti letech jsem v rámci firmy přestoupila do archivu, kde jsme spolupracovali s oddělením pohledávek a reklamací, dohledávali jsme staré smlouvy, převody, ukládali jsme nové a zadávali je do počítače. “

„Po mateřské dovolené jsem nastoupila do firmy, která vyráběla nábytek. Bylo velmi zajímavé pozorovat úplně od začátku výrobu jakéhokoliv nábytku. Člověk by nevěřil, kolik strojů či nástrojů je potřeba k jejich výrobě. “

Máš možnost srovnat dvě různé pracovní pozice v domově – ve které jsi více pracovníně spokojená?

„Mohu porovnat práci v přímé péči a práci v relaxačním centru. Obě pozice jsou stejně důležité, ale spokojenější jsem v relaxačním centru – práce je o něco pestřejší než na oddělení, ranní směna mi vyhovuje hlavně kvůli dětem, které můžu vozit na kroužky a fotbal. Ráda občas sloužím i na oddělení, je to příjemná změna a není na škodu, když si vše připomenu, kdybych se někdy v budoucnu rozhodla vrátit na oddělení. Chci být zkrátka v obraze. “

Co Tě baví na práci v domově pro seniory?

„Baví mě kontakt s lidmi. I když je to práce fyzicky a psychicky náročná, jsem ráda, že tu můžu pracovat. Můžu si s nimi povídat o jejich životě, co všechno zažili. Udělat jim radost jenom tím, že se na ně usměju. Někdy není potřeba ani to. Stačí, když je chytneš za ruku a společně mlčíme nebo hrajeme karty, čteme nebo něco tvoříme v dílně u šikulek. Baví mě cvičení a jsem moc ráda, že na skupinové cvičení chodí stále více klientů. A z čeho mám opravdu dobrý pocit, je pěvecký soubor Heřmánek. Nikdy bych nevěřila, že to bude klienty

tak bavit. Společně s námi (Lenka Kellerová, Helena Plecháčková) navrhuji písničky, které by si rádi zazpívali. Na konci června nás čeká vystoupení tady v domově, budeme rádi, když nás klienti i personál přijdou podpořit.“

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

„Mám velkou radost, že se k nám do relaxačního centra dostává více klientů. Určitě k tomu přispělo i nové prostředí, ať už jde o výmalbu, nové lino či krásnou tapetu přírody nebo videotrasy, které jsou velmi oblíbené. Klienti se u nás cítí příjemně a jsme velmi rády, že se jim u nás líbí. To, že nás vyhlížejí, je pro nás ta správná odměna. Těší se, že se s nimi projdeme, popovídáme si, co je u nich nového, jak se mají vnoučata, co je trápí atd. Víme, že naše práce má smysl, a když vidíme, že se klient zlepšil po stránce pohybové, jsme rády, že jsme k tomu alespoň malou částí přispěly.“

Je něco, co si myslíš, že by se mělo změnit, že je to nevyhovující?

„Vadí mi nevyhovující prostory dílny – místnost je velmi malá, máme tam jak kuchyňskou linku, tak veškeré věci na tvoření. Většina klientů je na vozíku, a když se jich tam sejde více, nemůžeme se tam poskládat. Bohužel, jiné větší prostory nejsou k dispozici, musíme se spokojit s tím, co máme.“

„V domově nepracuji zas až tak dlouho, jsem zde spokojena. Různé změny přicházejí a s těmi se musíme nějak popasovat, i když nám třeba nevyhovují.“

Máte nějaké plány či cíle pro další práci?

„Jeden cíl se nám už splnil – kolegyně Jitka Jirásková posílila naše řady v relaxačním centru. Věřím, že se jí u nás bude líbit, i když je to práce jiná než na oddělení. Každá z nás má na starosti už jen dvě oddělení, máme více času věnovat se klientům, kteří jsou upoutaní na lůžko, v odpoledních hodinách se můžeme věnovat více aktivitám, a to mě baví.“

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

„Ve volném čase ráda a hodně čtu, dokážu číst při jakékoli činnosti. Pokud je to zajímavá knížka, mám problém se od ní odtrhnout. Ráda jezdím s rodinou na kole, cvičím jógu, chodím na procházky s hůlkami (nordic walking), při kterých si krásně vyčistím hlavu a všechny starosti hodím za hlavu. Občas zajdu do kina, divadla, jedeme na výlet nebo si jdeme zatančit na ples či zábavu.“

Co bys přála (vzkázala) našim klientům?

„Klientům přeji, aby se jim tady hezky žilo, netrápilo je zdraví, aby tady navázali přátelství, měli si za kým dojet na návštěvu a popovídat si. Je tu mnoho možností, jak trávit volný čas, a budeme rádi, když nějakou tu možnost využijí.“

Co bys přála (vzkázala) našim zaměstnancům?

„Pevné zdraví. To je to nejdůležitější, co máme. Dále lásku, protože ji k životu prostě potřebujeme, štěstí, pohodu. Všem zaměstnancům přeji krásné a klidné léto, užijte si své dovolené v kruhu rodiny či přátel.“

Máš nějaké přání?

„Mé největší přání je zdraví celé mé rodiny a od toho se odvíjí vše ostatní.“

„Moje takové tajné přání je naučit se hrát na piano, ale zatím sbírám odvalu oslovit někoho, kdo by měl se mnou velkou trpělivost a něčemu mě přiučil.“

Děkujeme za rozhovor.



Paní **Eva Kubelková** (82 let, pochází z Bylan) je ženou, která se často směje a je ráda, když i ostatní lidé kolem ní mají důvod k úsměvu. Líbí se mi na ní, že se snaží stále na sobě pracovat a nad těžkostmi svého života se povznáší.

Kde jste se narodila, kde jste žila?

„Bydlela jsem celý život v Bylanech, ale narodila jsem se v Morašicích, protože tam byla porodní bába a kostel, kde mě dali hned po narození pokřtít.“

Jsem z rodu Remešů, je to teď už sedmá generace. Naši předkové byli někde z Francie, za napoleonských válek zde zůstalo hodně Francouzů, brácha se jel podívat i do Remeše do Francie, odkud naši předci pocházejí.“

„Bydlela jsem s rodiči, s babičkou a dědečkem v Bylanech na návsi u rybníka. Do školy jsme chodili v Třibřichách, což bylo asi 1,5 km pěšky. Když byla zima, soused pan Šíp vzal sáně a koně a vezl všechny děti do školy a ze školy. Vozil lidi

i k doktorům nebo do nemocnice, všem sloužil. To byl hodnej člověk, ale špatně se mu komunisti odměnili – vystěhovali je ze statku a museli jít až někam do Jeseníků. Pak tohle vození převzal můj muž, protože jsme měli auto a v Bylanech tenkrát byly jen dvě auta. Vždycky k nám někdo přiběhl – tenhle si rozbil koleno, tenhle zub, tak manžel je vždycky vezl do nemocnice. Dokonce přiběhl jednou pan Bláha, že mu manželka rodí. Tak ji naložili do auta, naproti už jela sanitka, u Markovic ji přeložili do sanitky, takže neporodila v našem autě, ale v sanitce.“

„S manželem jsme pak začali stavět svůj barák, já jsem přidávala, pomáhala, chodila jsem pro kořalku a pro pivo. Manželův otec se divil, na co stavíme tak velký barák. Chtěli jsme, aby tam rodiče šli s námi. Babička rozprodala zvířectvo (kačeny, husy, králíky) a pak se k nám přistěhovala, byla u nás šest let, dosloužila jsem jí k smrti. Byla to hodná tchýně.“

Co jste ve svém životě dělala, kde jste pracovala?

„Já ani bratr jsme se nemohli kvůli tatínkovu původu (kulak) vyučit, po základní škole jsem musela do družstva. Chodila jsem na pole, jednotili jsme například řepu – měli jsme vypočítaný, že jsme po kolenách došli až do Čáslavě. Výdělek byl 4 Kčs denně. Tatranka stála 1,20 Kčs, tak jsme váhali, jestli si ji máme koupit. Pak jsem vyhazovala řepný řízky z vagonů nebo pracovala ve chlívě. Časem mě vzali do družstevní kuchyně, kde jsem byla několik let s manželi Zitkovými z Heřmaňáku. Chodila jsem načerno brigádníčit do Jednoty, pomáhat paní vedoucí. Pomohly mi dvě sousedky-soudružky, které se za mě zaručily – udělala jsem si zkoušky na prodavačku v Hlinsku, dostala jsem výuční list a list na vedoucí. Vedla jsem pak v Bylanech přes třicet roků prodejnu. Když začaly supermarkety, prodejna byla zrušena a já už jsem šla do důchodu. Protože jsme tam vzorně hospodařily, dostala jsem zájezd do Jugoslávie.“

Co jste ráda dělala ve volném čase dříve a co děláte nyní?

„V Bylanech se konalo pořád něco – chodilo se do Sokola, konala se loutkářská sešlost, kde jsem jako holka četla komentáře k loutkám. Hasiči tam byli. Vzpomínám, jak jsme jako holky lezly na lípu a koukaly na Markovice a chrudimské věžičky, ta lípa už musí být teď stoletá.“

„V mládí jsem chodila ráda tancovat. Tam jsem se seznámila i s manželem. Kluci z Klešic a Rozhovic chodili do Bylan k muzikám. Měla jsem dva kluky – jeden byl Jarda a jeden byl Zdeněk, pořádně jsem nevěděla, kterého si vybrat. Pak mi říkali: 'Hele, ty kluci, to jsou rošťáci. Ten Jarda vlezl na střechu u kapličky.' Já povídám: 'To je teda hrozný, tak Jarda to nebude, když lezl na střechu od kapličky, to bude teda Zdeněk.' A on se mně pak po dlouhý době

přiznal, že tam lezl taky. Když jsme pak jezdili kolem, vždycky jsme zdravili kapličku. Byli jsme spolu šedesát let.“

„Nejdříve jsme budovali dům a pak jsme jezdili po všech čertech – manžel rád řídil, auta také opravoval. S jezeďáky jsme byli v Německu u moře, pak už jsme jezdili sami autem – do Maďarska na Balaton, do Bulharska, do Rumunska a Jugoslávie, na Slovensko na Šíravu – jeden rok jsem tuto cestu dokonce odřídila sama. Jezdili jsme i s takovým přívěsem, ve kterém jsme spali. Líbilo se mi všude, každá oblast má něco jiného.“

„Pak už jsme začali jezdit jenom na ryby – sem na rybník Herout nebo na písničky u Opatovic nebo na Rozkoš u České Skalice, pořád jsme byli na rybách. Já jsem byla pomocník – doma jsem dělala všelijaké kaše a krmení jako návnadu.“

„Jinak jsme měli kačeny, slepice, králíky, pěstovali jsme různorodou zeleninu a prodávali do výkupu v Pardubicích. Pěstovala jsem rododendrony, azalky a měla jsem skalku, kde jsem měla asi padesát kyticí. Mezi nimi různé kameny – z Rujány jsem si do skalky dovezla krásnej bíločernej balvan, i když se to tehdy nesmělo. Musela jsem ho schovat do ručníku.“

Na co jste ve Vašem životě hrdá?

„Rodiče mého manžela měli hospodářství (pole a krávy), které jim komunisti zabrali. Tatínka to dost sebralo, že v šedesáti letech pak zemřel. Můj tatínek měl také hospodářství, které prosperovalo, hlavně chov prasat, říkali tomu „prasečkáři“. Něco bylo k chovu, něco chodilo na výstavy až do Prahy. Tatínkovo hospodářství vzkvétalo a najednou 'BÁC' – bylo po všem, komunisti to zabrali. Tatínek měl zemědělskou školu, byl vzorný chovatel, potřebovali ho jako zootechnika do družstva. Nevystěhovali nás úplně jinam jako například jiných pět statkářů z Bylan, které odvezli nákladním autem do Jeseníků a mohli si vzít s sebou jenom to, co se naložilo na jedno nákladní auto. Náš tatínek se snažil těmto lidem pomáhat, nebál se. Šedesátiletý pan Šíp například musel pracovat v cementárně v Prachovicích – tatínek mu tam nesl přes plot balíček s různými věcmi. Pomohl i synům těch statkářů, aby se mohli přestěhovat a ještě dostudovat.“

„Rodina bratrance Pepy v Morašicích měla větší hospodářství. Bratranec na vojně odpověděl na otázku, jestli čte Rudé právo, tak, že by si ho dal akorát do bot. Byl pak zavřený v dolech, kde přišel o zdraví a ještě jako mladý zemřel. Na jeho pohřbu se procházel po kostele jeho malý chlapec – to vidím dodnes. V tu chvíli jsem cítila takovou nenávist.“

„Po revoluci byly restituce, tak jsem se do toho pustila, abychom dostali zpátky to, co nám komunisti sebrali. Celkem to trvalo tři roky, měli jsme za právníka

pana doktora Plavce, který nám s tím pomáhal. Byli jsme nakonec u soudu až v Hradci Králové. Pořád se nevědělo, jak to dopadne, poplatky za soud měly být vysoké. Ale já jsem se zatvrdila a rozhodla, že to nějak uděláme a dobojujeme, i kdybychom měli prodat auto. Nakonec jsme to vyhráli, měla jsem z toho radost. Brala jsem to jako zadostiučinění za celou naši rodinu. “

„S manželem jsme něco vybudovali. Syn i vnuk jsou hodně pracovití, mám z nich radost. Kladu jim jen na srdce, aby si připomínali, co se dělo dřív, a když jdou k volbám, aby koukali spíše doprava. “

„Zachránila jsem tři děti od utopení. Tříletého Fanouška, který spadl do Opatovického písničku, jednoho klučíka na Balatonu a holčičku na Šíravě. “

„Manželovi jsem doma dosloužila, nebylo to s ním ke konci jednoduché. “

Je něco, co byste ve svém životě změnila?

„Asi nic. Mrzí mě jen, že v domě, který jsme s manželem postavili s myšlenkou, že tam budeme všichni pospolu bydlet, nakonec nikdo není, je prázdný. “

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

„Líbí se mi všechno, jsem stoprocentně spokojená – vzorná a dobrá obsluha, jídlo dobré, paní doktorka mně taky poslouží, když potřebuju. Vycházím se všema. “

Je něco, co byste chtěla v DPS změnit?

„Já myslím, že je to dobrý. “

Co byste přála (vzkázala) našim klientům?

„Klid, těšit se a soustředit se na pozitivní věci, třeba na sluníčko, na občerstvení nebo na nějakou schůzku s někým, jít si s někým popovídat, všechno v klidu. Nemyslet na to nejhorší. Nechtěla jsem obtěžovat rodinu doma, aby se o mě museli starat, a nechci obtěžovat ani nikoho tady, tak se podle toho chovám. “

Co byste přála (vzkázala) našim zaměstnancům?

„Hlavně hodně zdraví, a aby je někteří klienti tak nedrezírovali. Hlavně muži si tady těžko někdy zvykají a dávají to pak znát. “

Jaký máte recept na vitalitu?

„Mám takovou myšlenku, podle které se řídím: 'Když to jde, tak to jde, když to nejde, tak to nejde.' Musí se to brát, jak to je. Prostě nedumat nad blbostma a pořád se nepozorovat, nechat to bejt, ono se to nějak ukáže. Ve svých 83 letech jsem byla jednou v nemocnici, a to akorát na porod. V sedmdesáti letech jsme

ještě lezli s manželem na střechu, jestli ji dobře udělali, a nasázeli jsme tisíc stromků. “

„Ráda pomáhám ostatním – když vidím, že je někdo smutný, snažím se ho povесelit. Nedávno jsem říkala sestřičkám, že kdyby některá z nich nepřišla do práce, můžu jim třeba pomáhat krmit lidi. Všichni mě tady znají, tak by se mě nebáli, ráda bych je nakrmila a pomohla sestřičkám. “

„Ráno a večer cvičím na posteli, zdvihám nohy a procvičuji i prsty na rukou. Hodně jím a snažím se pravidelně pít. Odpoledne vždy vyrazím na chodbu a jdu chodit nejdříve s vysokým a pak s nízkým chodítkem, časem bych to chtěla zkusit o holích. “

Máte nějaké přání?

„Přeju si, aby členové mojí rodiny byli zdraví, aby je nepotkalo takové zklamání jako nás, že po všem honu a snažení jsme o majetek přišli. “

Děkujeme za rozhovor.

Přehled akcí konaných v našem domově ve 2. čtvrtletí roku 2019

Duben

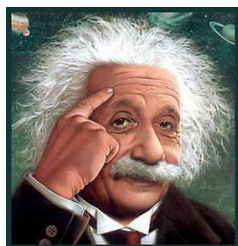
- 4. 4. 2019 Cirkus Paldus
- 5. 4. 2019 trénování paměti
- 8. 4. 2019 muzikoterapie
- 10. 4. 2019 *Já s písničkou jdu jako ptáček* – p. Pecháček
- 15. 4. 2019 pěvecký sbor Heřmánek
- 16. 4. 2019 kavárna
- 18. 4. 2019 vystoupení s harmonikou – p. Linhart
- 25. 4. 2019 **návštěva skautů**
- 29. 4. 2019 kino – promítání filmu *Pacientka dr. Hegla*
- 30. 4. 2019 canisterapie
- 30. 4. 2019 **celodenní vaření**

Květen

- 2. 5. 2019 trénování paměti
- 6. 5. 2019 canisterapie
- 6. 5. 2019 muzikoterapie
- 7. 5. 2019 canisterapie
- 13. 5. 2019 návštěva dětí z MŠ ke Dni matek
- 15. 5. 2019 trénování paměti
- 18. 5. 2019 taneční vystoupení dětí DDM Ježkovka
- 20. 5. 2019 pěvecký sbor Heřmánek
- 21. 5. 2019 Zámecké koulení
- 27. 5. 2019 kino – promítání filmu *Pokušení paní Antonie*
- 28. 5. 2019 canisterapie
- 30. 5. 2019 sportovní hry
- 31. 5. 2019 trénování paměti

Červen

- 3. 6. 2019 muzikoterapie
- 4. 6. 2019 canisterapie
- 5. 6. 2019 **výlet – Botanická zahrada Hradec Králové**
- 10. 6. 2019 pěvecký sbor Heřmánek
- 11. 6. 2019 kavárna
- 13. 6. 2019 trénování paměti
- 16. 6. 2019 návštěva s hadem – p. Piskač
- 17. 6. 2019 mobilní zvěřinec
- 20. 6. 2019 návštěva skautů
- 21. 6. 2019 vystoupení pěveckého sboru Heřmánek
- 24. 6. 2019 kino – promítání filmu *Fidlovačka*
- 27. 6. 2019 trénování paměti



Koutek trénování paměti

V letošním prvním pololetí roku 2019 bylo naplánováno deset setkání trénování paměti. Každého sezení se účastní 10–14 lidí, kteří si chtějí potrénovat své mozkové závity. Na hodinách si motáme hlavičky různými úkoly, při kterých trénujeme pozornost, logické myšlení, krátkodobou i dlouhodobou paměť.

A aby se naši „studenti“ nenudili ve volných chvílích, tak si z každé hodiny odnesou i domácí úkol, který si vypracují do další hodiny. Na poslední červnové hodině byli za svou snahu všichni účastníci odměněni vysvědčením. ☺

Pokuste se rozluštit následující „šifry“.

Pokud si číselné údaje převedete do římských číslic a spojíte s ostatními uvedenými písmeny, získáte slovo, které můžete napsat na volný řádek.

Nápověda: I – 1, V – 5, X – 10, L – 50, C – 100, D – 500, M – 1000

1 5 A
500 Á 1000 A
50 E 500
50 U 10 U S
T A 10 1
500 1 5
100 1' 50
50 1 1000 O
5 1' 1000
5 50 A K
O 500 50 1 5
1000 50 O 100 1
5 50 1 5
50 1' 100
50 E 1000
50 1 500 É
50 A T E 10
1000 1 50 Á

100 1' 5 K A
 100 1' 500 1 T
 5 1 500 1' 1000
 5 H 50 E 500
 1000 Á 50 O
 1000 O S T

Připravila sociální pracovníce Bc. Kateřina Murinová.
 Čerpáno z: Pracovní sešit Cvičte si svůj mozek – Mgr. Jitka Suchá

Řešení najdete na straně 33.

Vtipy o zvířátkách



Teda, jelene, za tenhle nápad bys měl dostat medaili.

Stojí zajíc v lese na pařezu a máchá kolem sebe packama v boxerkách. Jde kolem liška: „Hele, zajíci, co blbneš?“ „No, víš, trénuju teď box a až budu mít formu, tak namlátím medvědovi.“ Za chvíli jde okolo vlk a říká: „Hele, zajíci, co to děláš?“ „No víš, trénuju box a až budu mít formu, tak namlátím medvědovi.“ Za chvíli jde kolem medvěd: „Čau zajíci, co to tady děláš?“ „Ale, skáču tady na pařezu a kecám a kecám...“

Kohout a dvě slepice hrají na schovávanou. Kohout piká, první slepice se schová do kurníku a druhá do šopy. Kohout dopočítal, jde, zakopne a zakleje: „Kurníkšopa!“ Obě slepice vyběhnou a stěžují si: „To není fér, ty ses díval!“

Baví se dva kamarádi: „Hele, prý tě vyhodili ze ZOO.“ „Hmm, byl jsem asi moc pomalý. Ráno vstanu, jdu krmit. Otevřu klec a ...frnk, frnk... obě želvy zdrhly.“

Baví se dvě vlaštovky a jedna povídá té druhé: „Bude lejt.“ „Jak to poznáš?“ „Lidi na nás čumí.“

Potkají se dva ježkové. Jeden má obvázanou packu. „Co se ti stalo?“ ptá se jeden. „Ale, zapomněl jsem a podrbl jsem si záda!“

Potkají se dvě kočky. Jedna povídá: „Ahoj!“ a druhá na to: „Meee!“ „Co prosím tě blbneš?“ „No co, učím se cizí jazyky.“

Zdroj: www.vtipyo.cz, www.mirekvostry.cz

OSMISMĚRKA

„I když svět jde kupředu, mládí musí stále **TAJENKA MÁ 16 PÍSMEN.**“

Š	Z	C	I	T	CH	E	L	Š	P	T
Y	P	I	L	S	I	T	A	H	A	O
Č	N	I	E	Í	I	P	R	V	N	Í
Y	Á	N	C	S	Y	N	O	T	E	A
J	K	O	U	L	E	R	U	L	N	Š
T	A	O	A	C	Í	L	P	O	K	D
J	R	V	K	P	O	Z	I	V	A	S
B	A	A	O	S	I	P	O	P	Č	A
K	T	K	B	R	Ú	R	Á	Ř	S	R
T	O	A	U	K	P	A	L	E	T	A
Á	N	Z	U	B	Í	Ř	P	D	U	K

ABSOLUTNO
BROUSIT
ELIPSA
HRNEC
JAKUB
JAVOR

KARAS
KAUCE
KAVALY
KOULE
OKOPÍROVAT
PALETA

PANENKA
POPIS
PRVNÍ
PŘÍBUZNÁ
ROUPI
SKLOPIT

SLIPY
ŠKVOR
ŠLECHTIC
ŠPICL
TARAKÁN
ÚSKOKY
VPŘED

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

Správné řešení naleznete na straně 33.

Správné řešení osmisměrky ze strany 32:

ZAČÍNAT OD ZAČÁTKU



Správné řešení úkolu z Koutku trénování paměti ze stran 29-30:

IVA, DÁMA, LED, LUXUS, TAXI, DIV, CÍL, LIMO,
VÍM, VLAK, ODLIV, MLOCI, VLIV, LÍC, LEM, LIDÉ,
LATEX, MILÁ, CÍVKA, CÍDIT, VIDÍM, VHLED,
MÁLO, MOST

Svoje narozeniny budou slavit

pí Vašáková Anna	1. 7. 1941
pí Kupková Libuše	3. 7. 1921
p. Mlejnek Josef	5. 7. 1932
pí Sommerauerová Ludmila	5. 7. 1935
pí Kohoutková Jiřina	9. 7. 1935
pí Mgr. Pitrová Hana	11. 7. 1938
pí Horčicová Věra	14. 7. 1930
pí Drobílková Jiřina	15. 7. 1928
pí Musílková Františka	18. 7. 1928
pí Krupičková Matylda	23. 7. 1930
pí Marková Hana	23. 7. 1955
pí Mládková Miluše	26. 7. 1931
pí Baránková Edeltrauda	29. 7. 1939
pí Nováková Marta	29. 7. 1942
pí Nešetřilová Jaroslava	2. 8. 1932
p. Michek František	8. 8. 1928
pí Petráňová Libuše	8. 8. 1932
pí Hloupá Anna	17. 8. 1931
pí Kučerová Marta	21. 8. 1932
pí Příbylová Hedvika	23. 8. 1942
pí Kameníková Miroslava	31. 8. 1933
p. Stýblo Josef	9. 9. 1932
pí Abrahamová Zdenka	12. 9. 1928
pí Rintová Věra	12. 9. 1945
pí Valentová Alena	16. 9. 1937
pí Burešová Miroslava	24. 9. 1934
pí Zikmundová Božena	27. 9. 1928
pí Zimová Blanka	27. 9. 1941
pí Procházková Věra	30. 9. 1945

Noví obyvatelé našeho domova

pí Zemková Jiřina	1. 4. 2019
pí Matějková Magdalena	4. 4. 2019
pí Blažková Marie	9. 4. 2019
pí Pazderková Ivana	29. 4. 2019
pí Svatoňová Jaroslava	2. 5. 2019
pí Hloupá Anna	7. 5. 2019
pí Soukupová Dana	17. 5. 2019
pí Záleská Irena	6. 6. 2019
pí Musílková Františka	11. 6. 2019

Odchod do jiného zařízení:

pí Bakešová Marie	2. 4. 2019
-------------------	------------

Přejeme příjemný pobyt!

S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili

p. Machač Miroslav	10. 4. 2019
pí Šindelářová Jiřina	13. 4. 2019
pí Souradová Anna	14. 4. 2019
p. Ing. Chvála Václav	18. 4. 2019
pí Výborná Zdeňka	15. 5. 2019
pí Marešová Marie	24. 5. 2019
pí Víšková Růžena	24. 6. 2019

Čest jejich památce!





Náš domov

2/2019

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*

Redakční rada:

*Ing. Petr Mazura
Alena Vítvarová
Jaroslava Rousková
Mgr. Petra Holubová
Mgr. Lenka Kellerová*

Šéfredaktorka:

Mgr. Petra Holubová

Fotografie na titulní straně:

Pavel Hubáč