

Náš domov



Zima 2013

Vážení klienti domova, vážení zaměstnanci,

stává se již téměř folklórem, že v úvodníku posledního časopisu v roce děkuji Vám všem za velkou trpělivost a pochopení, s kterými vždy ke konci roku zvládáte hektické období spojené s řadou provozních akcí – ať již to v minulosti bylo malování, výměna oken, rekonstrukce elektrorozvodů či pokládka podlahových krytin. Důvod, proč tyto práce realizujeme vždy až v posledních měsících roku, jsem již několikrát objasňoval – pro nové klienty radši ještě zopakuji. Finanční politika v našich podmínkách je bohužel nastavena tak, že musíme převážnou část roku čekat, kolik finančních prostředků vlastně dostaneme. A když je obdržíme, tak čekáme, kolik si jich můžeme dovolit utratit, abychom měli jistotu, že nám investované peníze nebudou chybět na běžný provoz domova, popřípadě na nečekanou havárii.

V letošním roce byl tento „mumraj“ ještě rozšířen o velkou investiční akci, která byla v našem domově uskutečněna na základě rozhodnutí představitelů našeho zřizovatele Města Heřmanův Městec – akce byla pojmenována „Snížení energetické náročnosti budov Domova pro seniory Heřmanův Městec“ (bližší podrobnosti o tomto projektu uvádím na jiném místě časopisu). Přišli jsme tak o možnost využít v poklidu část letní sezóny na naší zahradě, kdy byl klid narušen prací těžkých, hlučných a prášících strojů, absolvovali jsme několik dnů bez teplé vody a zažili zimu na pokojích a chodbách, zateklo nám do šatny v kotelně a zahrada celkově připomíná měsíční krajinu.

Musíme však doufat a věřit, že všechny výše popsané „útrapy“ budou v budoucnu vynahrazeny slibovanými úsporami cca 800.000 Kč ročně v nákladech na energie.



Vážení klienti, vážení zaměstnanci,

nebudu se na tomto místě rozepisovat o všech akcích, ať již provozních či kulturních, které se v průběhu roku 2013 uskutečnily, neboť jsou popisovány průběžně v časopise *Náš domov* a také na webových stránkách domova.

Spíše tento prostor využiji k tomu, abych Vám všem bez rozdílu, Vaším rodinným příslušníkům, přátelům a známým popřál do celého roku 2014 hlavně a především pevné zdraví.

Chtěl bych také na tomto místě vzpomenout na všechny klienty domova, kteří nás v roce 2013 opustili a letošní Vánoce s námi již nemohou oslavit. Věřím, že v našich vzpomínkách stále zůstávají.



Vážení klienti, vážení zaměstnanci,

prožijte svátky vánoční a Nový rok v pohodě, spokojenosti a zdraví, abychom se na začátku roku 2014 znovu sešli a pustili se do další práce.

Ing. Petr Mazura
ředitel domova



Malí Japonci v mateřské škole

Dcera pracovala jako učitelka v nádherné mateřské škole v Praze Na Hanspaulce. Kromě dětí známých osobností, jako byla Věra Čáslavská či Michal Prokop, měla ve svém oddělení malého Joheye a starší Mikki. Jejich otec Šimpej Haneda a jeho žena Kejko pracovali v Praze jako novináři.

Děti k dceři přilnuly, oblíbily si ji a ona k radosti Hanedových si je často vozila vlakem do Heřmanova Městce. Poznaly tady i mé rodiče, pejska, zahrádku a chodily sáňkovat do zámeckého parku a stavět sněhuláky. Byly tu i na heřmanoměstecké pouti, kde byly středem pozornosti fotografů.

Japonské děti jsou proti našim českým menší a v roce 1976–1977 měly už suché zipy na botičkách a oblečení – to jsme my tenkrát ještě neznali. Udivovaly každého svou krásnou češtinou a Mikki znala spoustu japonských i českých písniček. Rodiče je vzorně vedli, děti byly skromné a k sobě vzácně pozorné. Naučily se česky dříve než pan Šimpej a paní Kejko.

Když Mikki dosáhla 6 let, chodila v Praze do české a japonské školy, naučila se psát česky i japonsky. Když se měli Hanedovi s Prahou loučit, pozvali celou naši rodinu na tradiční japonský oběd. Jedli jsme hůlkami a dalo nám to dost úsilí, abychom to zvládli. Na kulatém stolku měla paní Kejko otvor a flambovala krevety. K obědu byly trojúhelníčky z rýže obalené řasami, malá sousta ryb se namáčela v miskách se sójovou omáčkou a ještě ve dvou jiných pikantních omáčkách. Se smíchem došel pan Šimpej se džbánem pro pivo, protože mu v Praze moc chutnalo. Obdivoval pražské památky a vážil si našeho prostředí – dýchá se tu prý mnohem lépe než v Tokiu.

Asi dvakrát ještě Mikki z Japonska napsala, my jí také. Zůstaly nám krásné vzpomínky. Kdo ví, zda ještě a kde dnes žijí.

Jaroslava Rousková



Naše město

V minulém čísle jsme Vám slíbily, že Vás budeme seznamovat s dalšími památkami města. Pro dnešek jsme vybraly židovskou část.

Židovská čtvrť severovýchodně od hlavního náměstí vznikala od poloviny 17. století. V jejím centru stojí nyní nově zrekonstruovaná synagoga z roku 1760 a bývalá židovská škola, v níž je stálá expozice uměleckých děl.

Výjimečně cenný je místní židovský hřbitov založený asi v 16. století. Nejstarší dochovaný náhrobek nese letopočet 1647.

V prostorách bývalé židovské školy u synagogy je dnes galerie Cyrany, kde se vystavují díla východočeských malířů a sochařů.

V předvánočním čase můžeme tuto galerii navštívit a potěšit se sváteční atmosférou.



Dnes Vám představíme památku:

SYNAGOGA



V roce 1995 byla zařazena do programu rekonstrukce města a prošla celkovou opravou. Slavnostní otevření bylo v roce 2001. Tím se tyto prostory



staly významným místem koncertů, svateb a koná se tam také slavností vyřazení žáků heřmanoměstecké školy.

Synagoga je otevřena i pro veřejnost s možností výkladu o historii města.

Za náš kolektiv Vám přejeme krásné prožití svátků vánočních
a těšíme se na další povídání o našem městě.

kolektiv D3, D4

„Snížení energetické náročnosti budov Domova pro seniory Heřmanův Městec“

V srpnu 2013 byly pod výše uvedeným názvem v našem domově zahájeny práce na akci, jejímž cílem by měly být v následujících letech velké úspory energií. Realizovaná opatření spočívala v zateplení stropů nevytápěných pód a zateplení fasády spojovací chodby v kombinaci s instalací nového zdroje pro vytápění. Tímto novým zdrojem je 24 kusů tepelných čerpadel země/voda, umístěných ve vrtech hlubokých 125 metrů. Součástí celého projektu je i instalace solárního systému pro předehřev teplé užitkové vody. Realizací tohoto projektu dochází ke snížení emisí CO₂ o cca 94 t/rok.



Celkové náklady na akci činily 14.299.541 Kč, z toho byl příspěvek z fondu Evropské unie 12.154.610 Kč (85 %), příspěvek Státního fondu životního prostředí ČR 714.977 Kč (5 %) a příspěvek města Heřmanův Městec 1.429.954 Kč (10 %).



Roční úspora v nákladech na energie by měla být po uskutečnění projektu cca 800.000 Kč. Tak budeme všichni věřit, že se někdo nepřepočítal, a těšit se, že celá akce přinese skutečně výše uvedené úspory.

*Ing. Petr Mazura
ředitel domova*

Akce, které se v našem domově udály v poslední čtvrtině roku:

Sportovní hry

Kuželky, šipky nebo házení kroužků – tyto sportovní disciplíny nejsou pro naše klienty žádným neznámým pojmem, ba naopak. Mnozí z nich se sportovních programů pořádaných v našem domově účastní pravidelně, nebo dokonce chodí poměřovat svoji sportovní kondici s ostatními sportovními „náruživci“ do jiných zařízení. Zároveň jsou tací, kteří například šipky ve svém životě nikdy nedrželi v ruce, a volný čas v našem domově jim umožňuje si na sklonku života vyzkoušet věc, na kterou ve svém původním bytí neměli vůbec čas.

A jak to vše tentokrát dopadlo?

Šipky – 1. pí Rousková, 2. pí Spálenská, 3. pí Marvanová

Kroužky – 1. pí Jirsová, 2. pí Kinclová, 3. pí Mariniová

Kuželky – 1. pí Marvanová, 2. pí Vohradníková, 3. pí Sýkorová



Jak však vždy a pokaždé konstatujeme – vítězi jsou všichni, kteří za „sportem“ dorazili a mají chuť být stále aktivní. Nerezignovat i ve svých sedmaosmdesáti, devadesáti nebo dokonce čtyřiašedesáti letech (i takový účastník se přišel do kulturní místnosti aktivně zapojit).

Mgr. Lenka Kellerová

Den seniorů

Myslím si, že jedna z nejpovedenějších akcí tohoto roku bylo posezení ke Dni seniorů, které se konalo 2. 10. 2013 v kulturní místnosti. Peníze věnovala firma Martek Medical a o výtečná vykostěná kolena se postaral pan Vladan Čempěl z Pardubic. K tomu se podávalo dobré pivečko. Velice mě potěšily prázdné talíře a Vaše pozitivní ohlasy. Obzvlášť jeden si pamatuji: „Kavárna je výborná, ale tohle bylo ještě lepší a mohlo by to být častěji.“ Moc ráda jsem viděla Vaše spokojené a usměvavé tváře a bylo fajn, že jste si spolu rádi poseděli a popovídali si.

*Gabriela Ilková
staniční sestra L1*



Život je kabaret

V pátek 4. 10. 2013, jako dodatečný dárek ke Dni seniorů, který jsme oslavili 1. října, přijel pan Jan Vízner se svou společnicí Ivetou Hrtánkovou a s jejich hudebně-zábavným pořadem „Život je kabaret“. Vystoupení pana Víznera jsou vždy pečlivě připravena, včetně kulis na improvizovaném „pódiu“ v naší kulturní místnosti, kostýmů a propracovaných dialogů. Ani nyní tomu nebylo jinak. Zábavná hodinka nám přinesla nejen hudební potěšení v podobě „swingovek“, šansonů a slavných muzikálových písní čtyřicátých a padesátých let minulého století, ale také humorné dialogy a slovní „špičkování“ obou vystupujících ve stylu Jiřina Bohdalová – Vladimír Dvořák.

Mgr. Petra Kynclová



Vystoupení pana Vávry

Rytmus valčíku, polky, tanga a foxtrotu se v úterý 8. 10. 2013 po obědě linul z naší kulturní místnosti.



Své hudební náčiní v podobě trubky a elektronických varhan zde před 13. hodinou vybalili manželé Vávrovi, kteří jsou již pravidelnými a vítanými návštěvníky našeho domova. Více než 90minutový program opět sklidil úspěch. Oceňují ho zejména klienti, kteří mají v oblibě lidové české a moravské písně, klasiku, kterou zpívaly jejich maminky doma při práci nebo oni samotní pro zpříjemnění dne. Ačkoliv někteří z klientů mají problémy s krátkodobou pamětí, písně z jejich mládí, dospívání a dřívějšího života se jim vybavují velmi dobře a dost často si prozpěvují spolu s interprety.

V měsíci říjnu chystáme ještě přednášku o rodácích z Heřmanova Městce, která potěší zejména zájemce o historii.

Mgr. Lenka Kellerová

Přednáška Rodáci z Heřmanova Městce

Zejména pamětníci a rodáci z Heřmanova Městce z řad klientů přišli ve čtvrtek 17. 10. 2013 do kulturní místnosti našeho domova poslechnout si přednášku pracovnic heřmanoměstské knihovny, paní Polákové a paní Jablečnickové. Ty ve svém historickém výkladu jmenovaly významné osobnosti, které v Heřmanově Městci žily a tvořily, a vzpomínaly na ně. Svůj výklad pracovnice doprovodily vizuální ukázkou fotografií, knih i zajímavých

dokumentů týkajících se těchto osobností. Za mnohé z významných postav lze například zmínit: F. Palackého, F. L. Čelakovského, K. Jonáše, R. Pokorného z literárního světa, J. Gutta Jarkovského, M. Lederera z oblasti kultury, K. Havlase, O. Ostrčila, J. B. Ferstera z hudebního světa, z výtvarného světa W. Horného, J. Hlínu a K. J. Sigmunda. Snacha tohoto malíře, sama sochařka a keramička, paní Olga Sigmundová, žije v současnosti v našem domově a byla na přednášce též přítomna. Nemohlo se také zapomenout na jméno Ladislava Mareše, který se zasloužil o zrestaurování místního židovského hřbitova a synagogy.

Přednášející zároveň poskytly prostor i pro vyprávění a líčení zážitků samotných klientů – paní Vašíčková například vzpomínala na tanec s nejvyšším mužem v Československu, kouzelníkem Jaroslavem Markem alias Longmarkem, vysokým 210 cm. Paní Rousková přispěla informacemi k životu spisovatelky Evy Erbenové, ženy přeživší holocaust a nyní žijící v Izraeli.

Historická přednáška tohoto typu nemůže oslovit všechny klienty v našem domově žijící. O to více ji ale uvítali ti, jejichž velkým koníčkem byla a je historie či zájem o kulturní dění v Heřmanově Městci. Bohužel nebylo dopřáno se přednášky zúčastnit panu Václavu Chládkovi, rodákovi z Heřmanova Městce, který byl donedávna naším klientem a o historii nejen města se živě zajímal a sám též osobně svými zážitky přispíval. Vzpomínáme.

Mgr. Lenka Kellerová



Dopoledne s dětmi z mateřské školy

Říjnové středeční dopoledne 23. 10. 2013 přišly svou návštěvou potěšit naše klienty děti z mateřské školy v Heřmanově Městci z oddělení Zajíček. Aby v domově prožily zajímavé chvíle, připravili jsme pro ně aktivizační činnosti pro rozvoj smyslů. Na jednotlivých stanovištích byly rozmístěny různé předměty, které měly děti poznávat pomocí čichu, hmatu, zraku a chuti. Děti obdržely při příchodu kartičky, do nichž po splnění jednotlivých úkolů dostaly razítko. Při této akci nezůstali pasivními ani naši klienti, kteří spolupracovali u jednotlivých disciplín. Na závěr děti přednesly básničky a zazpívaly písničky, nejdříve společně, pak několik odvážnějších jednotlivců samostatně a postupně se připojovaly i další, které chtěly předvést, co se ve školce naučily. Za jejich výkony bychom je chtěli velice pochválit. Tato akce, která byla novinkou pořádanou u nás v domově, se osvědčila, a byli bychom tedy rádi, kdybychom ji při jiných návštěvách opět společně s našimi klienty mohli zopakovat.



Mgr. Petra Linhartová



Výlet do muzea v Rosicích

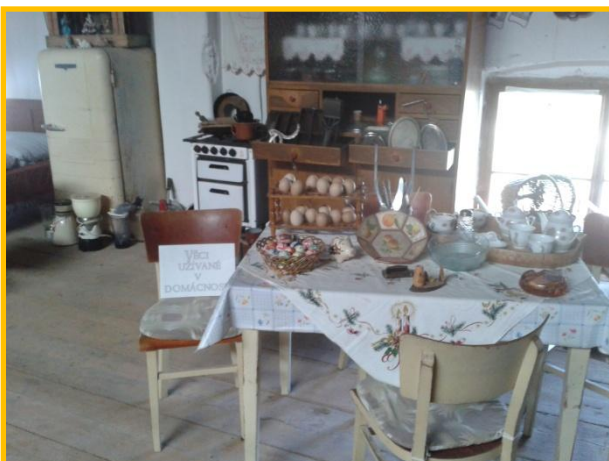
Dne 12. 11. 2013 jsme pro naše klienty uspořádali výlet do Rosic u Chrasti, kde se v bývalé cihelně nachází muzeum vesnických předmětů s názvem „Vesnice žije“. Jelikož se přihlásilo větší množství zájemců a do aut bychom se nevešli, objednali jsme autobus. Cesta nám rychle utekla a v Rosicích na nás již čekal pan Hromek, kterého můžeme nazvat kurátorem výstavy. Stará se jak o vybavení muzea, doplňování a popisování předmětů, tak zajišťuje i roli průvodce. Při vstupu do muzea na nás dýchlá taková zvláštní atmosféra. Dříve tyto prostory sloužily jako pece k vypalování cihel, z kterých je vyrobeno úplně všechno, podlahy, zdi i klenuté stropy. Cihelna již asi 15 let neplní svůj účel, a proto se obec snažila tyto prostory nějakým způsobem využít pro veřejnost.

Tato výstava je otevřena pravidelně o sobotách, kromě měsíců leden a únor, již po čtyři roky. Tomu ale předcházelo 10 let shromažďování předmětů, které jsou ve všech případech darované. Jiné dny v týdnu je možno využít pouze po domluvě s panem Hromkem. Můžeme zde obdivovat stroje našich dědečků a babiček, které používali jak v domácím hospodářství, tak v zemědělských družstvech. Za zmínku stojí sekačky, šrotovníky, pluh. Dále je zde k vidění vybavení domácností našich předků, od různých vařenek, kredenců, nádobí, po postele, ale i hračky. I hasiči zde mají svůj koutek, včetně fotodokumentace hasičských sborů. Naposledy doplněným výstavním artiklem jsou vchodové dveře a okno ze zdejší základní školy, které voněly novotou před úctyhodnými 93 lety.

Část výstavy se dvakrát do roka obměňuje. Vystavovateli jsou místní umělci, kteří zde nabízejí k prodeji ruční výrobky, např. ze suchých květů, vyšívané obrazy, háčkované hračky a čepice, malované obrazy, šperky z korálků, výrobky z novinového papíru a další.

Myslím, že se výlet vydařil, i počasí nám přálo, jen je škoda, že kvůli schodům do patra muzea nemohli někteří klienti navštívit tamní výstavu. Ale myslím si, že i v přízemí bylo dost věcí k prohlédnutí. U některých návštěvníků pohled na stroje a vybavení vyvolal nostalgické vzpomínky, některým zase připomněl dřinu, která byla spojena s používáním této techniky a leckdy dennodenním chlebem. Je dobře, že se takovéto výstavy vůbec uskutečňují, že je někdo, kdo nám připomíná, jak se nám současná technika snaží usnadnit život. Jestli je ale o to hodnotnější, to už je na posouzení každého z nás...

Mgr. Petra Linhartová



Zámecký šotek

Dne 14. 11. 2013 se konal v heřmanoměsteckém zámku devátý ročník recitační soutěže „Zámecký šotek“. Této soutěže se zúčastnily tři naše klientky: paní Jaroslava Hergerová, paní Anna Písařová a paní Marie Švadlenková. V kategorii převzaté tvorby se na čestném druhém místě umístila paní Marie Švadlenková s básní Spartakus od Jaroslava Vrchlického. Tímto jí všichni moc gratulujeme.

Letošní soutěž byla také zajímavá tím, že jako čestný host byla pozvána známá česká herečka Ivana Andrlová. Ta byla také jednou z členek poroty, jež hodnotila recitaci soutěžících. Poté následovala beseda s paní Andrlovou, která odpovídala na položené dotazy. Byla velice milá a veselá, a tím vytvořila příjemnou atmosféru v sále. Na řadu přišlo vyhlášení vítězů. Tohoto úkolu se s grácií a profesionalitou rovněž ujala paní Andrlová. Pro všechny z nás to určitě byl příjemně prožitý čas plný krásných básní, a proto se již teď těšíme na příští rok.



*Zuzana Dostálová
rehabilitační
pracovnice*



Odpoledne s vážnou hudbou

To, že v našem domově žijí i klienti, kteří si rádi vypočlechnou tóny vážné hudby, se ukázalo ve čtvrtek 28. 11. 2013. Do kulturní místnosti našeho domova zavítala absolventka Konzervatoře Jana Deyla pro zrakově postižené, paní Monika Mašková. Zpěvačka během hodinového vystoupení svým kouzelným a obdivuhodným hlasem uvedla skladby známých i méně známých hudebních mistrů. Skladby v různých jazycích (latina, italština, ruština, slovenština), z různých časových období a od různých interpretů. Vyslechli jsme si například písně: Caro mio ben od G. C. Bartoliho, Panis Angelicus od J. Grobana, Lascia Ch'io Pianga od G. F. Händela, úpravu lidových písní od A. Dvořáka a mnohé další.

V druhé části vystoupení nám paní Mašková předvedla, že by mohla být i muzikálovou zpěvačkou, a to tehdy, když se v písních z muzikálu Kleopatra, Dracula a z filmu Noc na Karlštejně krásně pěvecky vcítila do rolí hlavních postav. Pěvecký um Moniky Maškové je o to více obdivuhodný, že se zpěvačka musí ve svém životě vypořádat s těžkou zrakovou vadou, kterou má od narození. Monika i přes tento hendikep razí svoji životní cestu s energií a osobitostí jí vlastní a jde si za svým životním cílem – být zpěvačkou a realizovat se na hudebním poli. Mohu říci snad za všechny spokojené posluchače, které její vystoupení místy dojalo, že Monice v jejím životním směřování držíme pěsti.

Mgr. Lenka Kellerová



Vánoce v domově

Pod tímto názvem přijel do našeho domova dne 29. 11. 2013 potěšit svou zábavou naše klienty pan Petráš se svým kolegou. Asi hodinové vystoupení, které obsahovalo převážně lidové písně, bylo protkáváno vtipy a soutěžními otázkami a uzavřeno právě vánočními písněmi k naladění počínajícího adventu.

Některým klientům se vystoupení moc líbilo a byli pobaveni vtipnými výroky pana Petráše, jiní představení považovali trochu za dětinské. Myslím, že si každý vybral trochu toho svého oblíbeného a že mohl příjemně strávit páteční odpoledne se svými přáteli.

Mgr. Petra Linhartová



Mikuláš s čertem a andělem v domově

Ve čtvrtek 5. 12. 2013 se v prostorách našeho domova zjevili Mikuláš s čertem a andělem. Vzhledem k tomu, že naši obyvatelé jsou jiného věkového složení, zaměřily si to tyto bytosti z nebe a pekla do mateřské školy v Jiráskově ulici. Zdejší děti z oddělení Myška, Ježek, Krtek a Zajíček je zde již netrpělivě, ale také úzkostlivě, očekávaly. Zejména děti z mladších oddělení možná poprvé ve svém životě viděly na vlastní oči čerta – pekelníka, a proto došlo u některých na pár slziček. Mikuláš se svými kolegy děti vyzpovídal, zda jsou hodné a zaslouží si odměnu, čert se zase zaměřil na ty hříšníky, kteří trošku zlobí. Všichni pak dostali možnost svoje občasné prohřešky odčinit zazpíváním písničky nebo odříkáním básničky. I čert musel uznat, že děti jsou šikovné a učenlivé a že nezbyvá než je odměnit balíčkem dobrot.

O popovídání s andělem nepřišli ani klienti našeho domova. Zatímco Mikuláš s čertem již měli jiné povinnosti, anděl zavítal i na odpolední kavárničku a předal zde zúčastněným klientům andělské pozdravení a přání kupy zdraví a životní spokojenosti.

Děkujeme staniční sestře Gábině Ilkové za čertovskou rozvernost, pracovníci oddělení L0 Janě Jandáčkové za Mikulášovu shovívavost a sociální pracovníci Lence Kellerové za andělskou laskavost.

Mgr. Lenka Kellerová



Nákupy v Globusu



Jak se již pomalu stává každoročním zvykem, na žádost klientů jsme i letos 6. 12. 2013 vyrazili s pěti zájemci na předvánoční nákupy do pardubického Globusu. Po příjezdu jsme zjistili, že ať se jedná o kteroukoliv denní dobu, nakupujících je v hypermarketu dostatek. Tak jsem se i my přimísili do davu horlivého nákupů. Prohlédli jsme si lákavě vypadající zboží související s Vánocemi, prošli potravinami, vystáli několik front a nakoupili pár dobrot. U kasy nám to pěkně spočítali a odlehčení od peněz, ale obtěžkáni nákupy, jsme se zase pomalu ubírali k domovu.

Mgr. Petra Linhartová

Vánoce se blíží

V neděli 1. prosince se setry Radilová a Brožková vydaly se dvěma vozíky a třemi klientkami na náměstí, kde od 13 hodin měly účinkovat děti z mateřských škol a později i starší a pěvecký sbor Vlastislav. Bylo chladno, ale zvládly jsme to. Někdo zabalený, jiný přešlapující. Přesto jsme se musely vrátit do tepla a sestry čekala další práce s klienty. Byl to hezký zážitek, zvláště ty nejmenší děti měly velký aplaus. Škoda, že jsme nemohly vidět i rozsvícení vánočního stromčku a slavnostní osvětlení města. Potom jsme odpoledne odpočívaly. Vlastislav nás navštíví i v našem domově kromě jiných kulturních akcí, které se pro nás chystají.

Sestřičky zapálily první adventní svíčku a my klientky z oddělení D3 jsme se společně sesedly na chodbě se sloužícími sestrami Radilovou, Ješinovou a Brožkovou a radostně jsme zpívaly krásné české koledy. Moc děkujeme sestřičkám. Vánoce na nás působí vzpomínkami a děkujeme všem, kdo se o nás starají, že nám zpříjemňují pobyt v DPS.

Přejeme všem krásné Vánoce!

Jaroslava Rousková

Vánoční vystoupení pana Kubce

Přestože jsme v pátek měli toho pověstného třináctého, nezalekli jsme se magického data a uspořádali jsme v naší kulturní místnosti hudební vystoupení. A chyba to určitě nebyla. Se svým vánočním programem přijel pan Kubec, který nikdy není krokem vedle. S komponovaným pořadem nazvaným „Kde se vzaly Vánoce“ a se svou kolegyní Kateřinou Klečkovou se jim podařilo navodit krásnou atmosféru přicházejících svátků.

Pan Kubec vystudoval Státní konzervatoř v Praze a může se pochlubit účastí v několika symfonických orchestrech a spoluprací s Jihočeskou filharmonií. Svou uměleckou agenturu založil již v roce 1992. V současné době jezdí po celé republice se svými vlastními hudebními pořady, kterých ročně odehraje téměř 300! Již nyní, v polovině prosince, má na příští rok sjednaných 198 akcí.

Páteční hudební hodinka přinesla mnoho lidových koled a poezie, vánočních písní a povídaní o prosincových tradicích a zvycích od dob pohanských po současnost. Celá scéna lahodila oku, nechyběly kulisy a bohatá kolekce pečlivě připravených kostýmů, které dotvořily celkový dojem. Účinkující aktivně zapojovali do svého vystoupení publikum, tak se i z našich klientů na chvíli stali pastýři či improvizovaní hudebníci. Rádi pana Kubce opět přivítáme v našem domově.

Mgr. Petra Kynclová



Vystoupení sboru Vlastislav

V sobotu 14. 12. 2013 přišel vánoční písně a koledy našim klientům pěvecky předvést heřmanoměstský sbor Vlastislav pod vedením paní Markéty Výborné. Tento smíšený pěvecký sbor má dlouholetou tradici – v letošním roce slaví 151 let od svého založení – a stal se nedílnou součástí kulturního života heřmanoměstského mikroregionu. V řadách členů sboru se představili také pracovníci našeho domova – staniční sestra odd. L2 Iva Mejstříková a pracovník údržby Vít Bartoníček. Stejně tak někteří klienti našeho domova se svým hlasem dříve pěvecky podíleli na vystoupeních sboru – např. paní Vašíčková. V sobotním odpoledni se tedy mohli návštěvníci kulturní místnosti spolu s Vlastislavem adventně a vánočně naladit při poslechu písní od A. Tučapského, J. Křičky nebo koled od K. Steckera. Když zazněly známé koledy jako Nesem Vám noviny, Půjdem spolu do Betléma nebo Narodil se Kristus Pán, linuly se hudební tóny z úst nejen zpěváků, ale také posluchačů. Příjemné naladění a úsměv na tvářích zástupců publika opět přesvědčily, že sbor Vlastislav umí předat hudební poselství skladatelů z dávných dob.

Mgr. Lenka Kellerová



Dětské taneční kroužky „Koťata“ a „Dino“

Dne 15. 12. 2013 přišly naše seniory do domova navštívit děti z tanečního kroužku z domova mládeže na Ježkovce. Představily se nám ve dvou skupinkách, kde ty menší si říkají „Koťata“ a ty odrostlejší „Dino“. Asi tříčtvrtěhodinové vystoupení bylo rozloženo do pěti částí a v každé z nich se děti předvedly v jiných oblečcích se zimní tematikou. Převlečeny byly např. za sněhuláky, zimní víly, Santa Klause. Děti přišly v doprovodu rodičů, kteří jim v zákulisí pomáhali s převlékáním. Pauzy byly prokládány vánočními koledami. Vystoupení se klientům moc líbilo a i děti byly po zásluze odměněny.

Mgr. Petra Linhartová

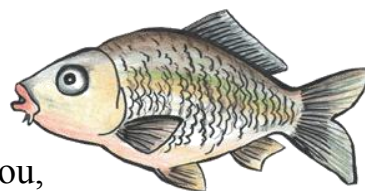


Dětský pěvecký soubor Písnička

Štědrý den už je téměř za dveřmi a čekání na tento svátek nám přišly zpříjemnit děti z pěveckého souboru Písnička. Tradičně touto dobou před Vánocemi navštěvují náš domov a se svou paní učitelkou, která je doprovází hrou na klávesy, nám zpívají koledy a recitují vánoční básně. Letos jsme přivítali 26 šikovných dětí se zvonivými hlásky, které nám připomněly, že se svátky lásky, klidu a pokoje blíží. Kromě zpěvu jsme si poslechli i hru na trubku a zobcovou flétnu v podání malých muzikantů.

Pro ty, kteří v úterý 17. 12. 2013 nezavítali do naší kulturní místnosti, přináším krátkou úsměvnou básničku, jež z dětských úst zněla kouzelně:

„Urazil se na mě kapr, že ho vážně neberem,
nejvíc se ho ale dotklo, že ho večer sežerem,
Tvářil se moc potměšile, když mě viděl s paličkou,
ukazoval na mne z vany sprostá slova ploutvičkou.
Vyhrožoval sebevraždou. Prý vypustí si vanu.
Nechce župan ze strouhanky, nesnese tu hanu!



Mgr. Petra Kynclová



Vánoční besídka

Na 18. prosince si ošetřující personál připravil pro klienty předvánoční posezení, jehož součástí bylo občerstvení v podobě chlebíčků, ovoce a cukroví. Prostředí bylo provoněno punčem, ale podávala se i káva a čaj. A aby celá tato akce nebyla jen o jídle, sestřičky si pro klienty přichystaly také pěvecké vystoupení. Mohli jsme se tak zaposlouchat do koled, např. „Půjdeme spolu do Betléma“ či „Pásli ovce valaši...“, ale také do básní, které přednesla vedoucí přímé péče paní Vitvarová a z klientek paní Rousková, paní Zemková a paní Hergerová. Za hudební doprovod, který jistě zpestřil pěvecké vystoupení, bychom rádi poděkovali paní Kellerové, která doprovázela na zobcovou a příčnou flétnu, a paní Filipové, která hrála na harmoniku. Klienti si také mohli losovat z bohaté tomboly. Za ceny do ní věnované bychom chtěli poděkovat MK Marketu, dodavateli hygienických pomůcek, zaměstnancům a klientům, kteří tuto tombolu rovněž věcně sponzorovali. Na závěr celé akce ředitel domova poděkoval všem zaměstnancům, kteří se podíleli na přípravě vánočního programu, a popřál klientům i zaměstnancům klidné svátky a pokračující dobrou spolupráci i v novém roce.

Mgr. Petra Linhartová



Pár slov o předvánočních svátcích

Měsíc prosinec je doslova „nabitý“ nejrůznějšími svátky, ke kterým se váže mnoho pranostik a zvyků. Přestože tradice řezání třeshňových větvíček, takzvaných „barborek“, rčení „Lucie noci upije.“ či obdarovávání mikulášskou nadílkou jsou všeobecně známé, víme, co vlastně ve skutečnosti znamenají?

Sv. Barbora – 4. prosinec

V tento den ženy řezou třeshňové větvíčky zvané „barborky“, dávají je do vázy a (ne)trpělivě očekávají, zda a kdy vykvetou. Lidová pranostika říká, že vykvetou-li na Štědrý den, čeká rodinu v nadcházejícím roce samá radost. A je-li v rodině svobodné děvče, v příštím roce se zadá nebo lze dokonce očekávat svatbu.

Sv. Mikuláš – 6. prosinec

Sv. Mikuláš má svátek 6. prosince, ale dle tradice obchází domácnosti v předvečer tohoto dne a v doprovodu čerta a anděla obdarovává děti podle jejich zásluh. Mikuláš je představitelem dobra a štědrosti. Anděla má s sebou, aby rozpoznal hodné děti, čerta naopak, aby ty zlobivé bral s sebou do pekla. Ovoce, oříšky a sladkosti Mikuláš naděluje dětem, které byly celý rok hodné, které mají úctu k rodičům a starším lidem. Zlobivé děti od něj dostanou uhlí a brambory, v horších případech je vezme čert.

Sv. Lucie – 13. prosinec

„Lucie noci upije, ale dne nepřidá.“ Do svátku sv. Lucie, který připadá na 13. prosince, zapadá slunce stále dříve a ráno vychází později. Je tedy dlouhá noc a den krátký. Kolem svátku sv. Lucie se posunování západu slunce zastaví a to pomalu začne zapadat později než v předchozích dnech. Vypadá to tedy, že se temná část dne – noc – zkracuje. Slunce ale ráno vychází stále den ode dne později, takže dne Lucie opravdu nepřidá.

Pokud se podíváme do minulosti, byl tento svátek určen především dívkám a ženám, které v tento den nesměly příst nebo drát peří. Kdyby je sv. Lucie přistihla při práci, rozmotala by jim napředené nitě a rozfoukala peří po celém stavení. Ženy tak měly možnost si během tohoto svátku odpočinout od každodenní dřiny.

Advent – v období 4 nedělí před Štědrým dnem

V původním křesťanském smyslu je advent dobou očekávání příchodu spasitele. Začíná se slavit čtyři neděle před Štědrým dnem. První adventní neděle připadá vždy na neděli mezi 27. listopadem a 3. prosincem – v letošním roce to byl 1. prosinec. Pro většinu lidí je známá především tradice zapalování svíček na adventním věnci, který představuje symbol vítězství světla nad tmou, dobra nad zlem. Vánoce a předvánoční čas jsou silně protkané symbolikou. Adventní věnec je vytvořen z větvíček jehličnanů. Jejich stále zelená barva značí věčnost a nezníčitelnost. První adventní svíce vyjadřuje očekávání a tajuplnost. Druhá je zase symbolem lásky. Její zapálení slouží k uctění vztahů z minulosti, přítomnosti i vztahů budoucích, teprve na nás čekajících. V tuto druhou adventní neděli má hospodyně zahájit pečení vánočního cukroví a postupně připravit devět, či ještě lépe dvanáct druhů, aby vzdala hold každému z dvanácti měsíců v roce. Třetí adventní neděli zapalujeme svíčku na počest sebe sama, svých schopností a své síly. Poslední neděli před Štědrým dnem, takzvanou zlatou, bychom dle tradice měli uctívat Boha, anděly a čtyři živly – oheň, vzduch, vodu a zemi.

Zajímavostí je, že známé pojmenování jednotlivých adventních nedělí – železná, bronzová, stříbrná a zlatá – nemá nic společného s křesťanskou tradicí. Jedná se pouze o komerční označení vzniklé v minulém století, které má za cíl podpořit zákazníky v nakupování vánočních dárků. Většina obchodníků má v tento čas prodlouženou otevírací dobu.

Mgr. Petra Kynclová



Naši noví kamarádi

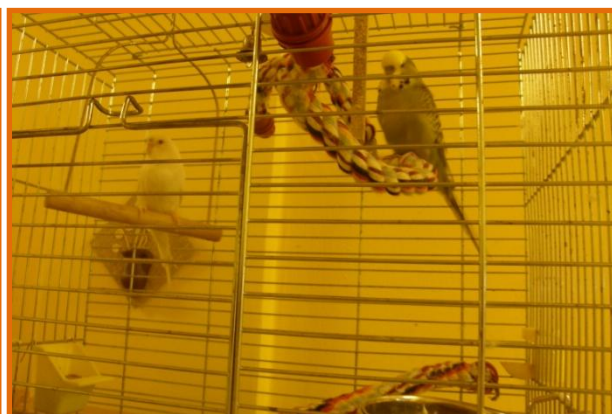


Rádi bychom se Vám pochlubili, že k nám na oddělení L1 přibyli noví kamarádi. Ke králičím klukům Filipovi a Evženovi nám sestřička Petra Sluková věnovala akvárium. Umístili jsme ho v naší malé kulturní místnosti a dokoupili pár rybiček. Krásně se u něho relaxuje, tak kdo bude mít zájem, ať si přijde k nám na kulturní místnost posedět.

Dále nám dcera paní Kubelkové Milušky, paní Janatová, darovala bílou andulku, které říkáme Zuzanka. Aby jí nebylo smutno, tak k ní přibyl kluk Filip, kterého nám věnovala sestřička Hela Hnidková.

Naši klienti jsou rádi, že tu nějaká zvířátka máme, chodí se na ně dívat, mluví s nimi, někteří jim donesou něco dobrého na zoubek. Mnohé návštěvy se tu zastaví s malými dětmi.

kolektiv oddělení L1



Tajenka osmisměrky a křížovky z předešlého čísla časopisu:

Osmisměrka: **NĚCO NOVÉHO**



Křížovka: **KROKODÝL**

OSMISMĚRKA

Kurz lyžování se skládá z těchto částí:

1. Připnout si lyže.

2. Spustit se ze svahu.

3. Tajenka na 21 písmen.

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

AKCIE
AMOKY
ATELIT
BERLA
DETAIL
DŽUNGLE
FUTRÁL
HNÁTA
HOKEJISTA
CHVÁLA
IONTY
JÁDRA
KARAS

KOALA
KOMBINÉ
KONDOM
KOŽICH
LACLE
NOTES
OHŘÁT
OKTÁV
OPORA
OSVĚTLIT
OTÁČETI
PORODNICE
PŘÍMO

RADNÍ
RADVANICE
REJNOK
ROHOŽ
ROUPI
ROZBALIT
TANCE
TEMPERY
TEPLOTA
TOLTÉCI
TORZO
TRÁMEK
TRIODA

TRÝZEŇ
TYKEV
UBRUS
ÚTOKY
VIDMO
VRAŽDA
VÝDAJ
VZADU
ZEBRA
ZEMČAN
ZŘÍCI
ŽABÁK

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

Jak přežít zimní měsíce ve zdraví

Pokud chcete přežít chladné zimní počasí ve zdraví, zaměřte se na dostatečný spánek, pravidelný pohyb, vyváženou a pestrou stravu. Vyhýbejte se stresu.

Pokuste se také nepodlehnout reklamním trikům. Multivitaminy z lékárny vás neochrání. Reklama nás sice denně přesvědčuje o tom, že pokud je nebudeme užívat denně, onemocníme. To je ale velký omyl. Každý z nás je jiný a potřebuje jen takový prvek, který mu chybí. Imunitu posiluje především pravidelná fyzická aktivita. Je to dlouhodobá záležitost. Nelze si po týdnu cvičení myslet, že nechytinu chřipku nebo nenastydnu.

V období chřipek, při stresu nebo velké psychické zátěži není od věci si jednu tabletu vitamínu C denně vzít a pokračovat v tom i několik dnů. Je ale zbytečné užívat multivitaminy dlouhodobě.

Jsou před námi nejkrásnější svátky v roce. Upřímně přeji všem našim klientům i zaměstnancům pokojné prožití vánočních svátků, hodně zdraví, na tváři úsměv, v srdci radost a nevyčerpatelný optimismus v roce 2014.

*Alena Vitvarová
vrchní sestra*



Tipy na kulturní akce

Pokud by Vás napadl nějaký tip na kulturní či podobnou akci, kterou bychom mohli v našem domově uspořádat, přijďte nám to prosím sdělit na sociální oddělení nebo napište svůj návrh do schránky důvěry vedle vrátnice. Zavzpomínejte, co jste rádi dříve dělali nebo co byste rádi zažili, a pokud to bude možné, pokusíme se to pro Vás zorganizovat. Vítejte Vaše návrhy!!!

Sociální oddělení



Andělíčkům spěchem planou líčka,
na adventním věnci už hoří svíčka,
a oni třídí horu psaníček,
aby mohli splnit přání lidiček,
co se těší, že od vesnice k městu,
vydá se Ježíšek na nadílkovou cestu,
protože už opět v kalendáři,
slova ŠTĚDRÝ DEN magicky září...

A tak přicházíme opět po roce
popřát Vám krásné Vánoce!
Štěstí a zdraví, ať všem dobře slouží,
a v novém roce splní se, po čem Vaše srdce touží...

Báseň od naší klientky, paní Anušky Písařové

Milý Ježíšku,

vím, už jsem velká na dopisy, ale kdo uvnitř není alespoň trochu dítětem? Co žádat od Tebe? Hm, nevím. Když jsem byla malá, psala jsem Ti, abych mohla dostat něco, co jsem během roku dostat nemohla, a jak jsem v Tebe věřila... Plakala jsem každé vánoční ráno, když jsem si pod tím stromečkem našla svůj dárek. Tak teď to také zkusím. Představím si, že někde jsi, a otevřu své srdce a poprosím tě o to, co bych chtěla v to vánoční ráno pod stromečkem najít. Pokud můžeš, do krabice vlož šek. Ale ne s čísly. Šek, na kterém bude napsáno TVÉ DĚTI BUDOU ŠTASTNÉ. Pokud mohu ještě poprosit, mohl bys mi donést ještě dva dárky? V krabičce bílý lístek s nápisem VĚNUJI TI KLID A POHODU.

A v barevném košíku malá kapsička, plná malých kapek lásky na darování. Neboť víš, někdy my velcí zapomeneme darovat lásku, ačkoli milujeme. Nevím, možná chci příliš mnoho. Pokud mi to přece jen nemůžeš splnit, tak alespoň jednu věc. Daruj mi úsměv mých dětí každý den, neboť jen tak můj život bude mít smysl.

Autor neznámý



Svoje narozeniny budou slavit:

pí Valentová Anna	1. 1. 1919
pí Kramaříková Jaroslava	1. 1. 1927
pí Malinská Marie	2. 1. 1924
pí Kubelková Hana	3. 1. 1936
pí Dvořáková Marie	5. 1. 1933
pí Kinclová Božena	9. 1. 1921
pí Pěkná Dagmar	10. 1. 1932
p. Ing. Slavík Václav	12. 1. 1944
pí Mašková Vlasta	15. 1. 1928
p. Bureš Josef	15. 1. 1929
p. Sokol Miroslav	15. 1. 1936
pí Čablová Jarmila	16. 1. 1926
p. Machač Miroslav	17. 1. 1941
pí Chrbolková Jana	18. 1. 1938
pí Ježková Marie	19. 1. 1922
pí Vojáčková Marie	25. 1. 1926

pí Půlpánová Božena	2. 2. 1921
pí Trojanová Radislava	2. 2. 1935
p. Kučera Miroslav	6. 2. 1929
pí Moškaničová Bohumila	6. 2. 1948
pí Tesařová Marie	8. 2. 1934
pí Škarková Růžena	12. 2. 1927
p. Synek Jan	13. 2. 1942
pí Houfková Růžena	14. 2. 1925
pí Tichá Miloslava	19. 2. 1932
pí Rousková Jaroslava	19. 2. 1933

pí Sigmundová Olga	20. 2. 1927
pí Kadaňková Miloslava	23. 2. 1922
p. Besperát Otakar	1. 3. 1935
pí Forštová Anna	6. 3. 1930
pí Inderková Marie	7. 3. 1916
pí Vašíčková Milada	7. 3. 1932
p. Ing. Halada Josef	16. 3. 1932
p. Vích Miloslav	18. 3. 1939
pí Šaldová Eva	22. 3. 1930
p. Sládek Milan	22. 3. 1943
pí Rybičková Alena	26. 3. 1928
pí Nováková Hana	27. 3. 1931
p. Švadlenka František	27. 3. 1929
p. Kulhánek Jaroslav	30. 3. 1925
pí Vojtěchová Růžena	31. 3. 1917

Přejeme všechno nejlepší!



Noví obyvatelé našeho domova:

pí Stejskalová Věra	3. 10. 2013
p. Dziak Pavel	8. 10. 2013
pí Valentová Anna	10. 10. 2013
pí Mlčochová Věra	14. 10. 2013
pí Stoklasová Olga	22. 10. 2013
p. Machač Miroslav	30. 10. 2013
pí Dopitová Miloslava	13. 11. 2013
pí Kmochová Marie	13. 11. 2013
p. Žoudlík Jaroslav	15. 11. 2013
pí Líbalová Věra	16. 12. 2013

Přejeme příjemný pobyt!

S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili:

p. Ing. Kozel Ladislav	1. 10. 2013
pí Vladyková Růžena	3. 10. 2013
pí Šrajnová Stanislava	3. 10. 2013
pí Neumannová Hana	13. 10. 2013
pí Miřejovská Marie	22. 10. 2013
pí Kopecká Bohuslava	30. 10. 2013
pí Švadlenková Blažena	31. 10. 2013
p. Dziak Pavel	8. 11. 2013
pí Diáková Mária	5. 12. 2013

Čest jejich památce!

