

Náš domov

číslo 2/2016



Foto: Pavel Hubáč

Léto 2016

Co v tomto čísle najdete

Vážení klienti, vážení zaměstnanci	3
Naše setkání.....	4
Vzpomínky jsou jediné bohatství, o které Vás nikdo nepřipraví.....	5
Poděkování	7
Exotika v naší zahradě.....	8
Včelí roj	10
Všimli jste si, že máme v zahradě arboretum?!	11
Schránka důvěry	12
Trénování paměti.....	12
Trénujeme paměť	13
Opékání špekáčků.....	14
XIII. ročník Májového koulení.....	15
Letní sportovní hry	17
Výlet na Babiččin dvoreček do Licibořic.....	18
Fandíme fotbalu.....	21
Anabáze s plavkami.....	22
Nové přírůstky v knihovně.....	23
Kdo je kdo v našem domově	24
Herní koutek pro děti a dospělé v kulturní místnosti	29
Sběr víček	29
Osmisměrka.....	30
Sudoku.....	31
Správné řešení osmisměrky a sudoku	32
Svoje narozeniny budou slavit	33
Noví obyvatelé našeho domova	34
S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili.....	35

Vážení klienti, vážení zaměstnanci,

už zřejmě všichni víte o tom, že v době od 1. 7. 2016 do 31. 8. 2016 bude v našem domově probíhat rekonstrukce kuchyně, kterou jsme již několik let odkládali. V letošním roce jsme se už rozhodli tento problém řešit, a to z několika důvodů.

Tím hlavním důvodem je především velké stáří a častá poruchovost rozvodů vody a odpadů, jejichž častá oprava vedla k tomu, že i dlažba a obklady jsou „poslepované“ z různých druhů a jsou diskutované ze strany pracovníků hygienické stanice téměř při každé kontrole. Dalším důvodem je i malý pracovní prostor v kuchyni vzhledem k počtu vařených obědů a večeří, k jehož zvětšení dojde právě zmiňovanou rekonstrukcí.

Všechny práce musí být provedeny nejpozději do konce měsíce srpna, neboť po dobu rekonstrukce budeme vařit v kuchyni Základní školy v Heřmanově Městci. Odtud budeme jídlo převážet. Školní jídelnu budeme muset opustit nejpozději do 29. srpna.

Vážení klienti, vážení zaměstnanci, jsem si vědom toho, že s výše uvedenými pracemi se může objevit řada problémů, které mohou vést k částečnému snížení komfortu, na který jste v souvislosti s podávanou stravou v domově doposud zvyklí. Mohu Vám slíbit, že se společně s pracovníky firmy Pluto Chrudim, která bude rekonstrukci kuchyně provádět, budeme snažit, aby těch problémů bylo co nejméně. Přesto Vás všechny chci už dopředu požádat o shovívavost a pochopení, pokud by přesto k nějakým zádrhelům došlo. Všichni se budeme těšit na to, až všechny práce budou hotové a pracovníci kuchyně nám budou vařit dobrá jídla v nových, moderně vybavených prostorách.

*Ing. Petr Mazura
ředitel domova*



Naše setkání

Jak to je milé, když se tady po letech sejdeme se spolužačkou nebo známou z minulého pracoviště a můžeme spolu zavzpomínat na učitele, profesory, své nadřízené a spolupracovníky. Jenom jsme dost zestárli, zšedivěli a už tak neběháme jako tenkrát, když jsme všechno chtěli dobře zvládnout v práci a doma.

Setkali jsme se například s panem Vladimírem Slavíkem, který pracoval v posudkové správě v Kostelci u Heřmanova Městce. Já tam pracovala jako účetní. Tenkrát se v Kostelci všechno začínalo budovat a srnky nám chodily pod okna.

Maruška Novotná z oddělení L2 a Anežka Dušková z oddělení B jsou moje spolužačky z měšťanské školy. Paní Jana Merunková, naše administrativní pracovnice, dříve pracovala jako účetní v Autokempu Konopáč, kam jsem já nastoupila po odchodu do důchodu jako recepční, a spolu jsme se také tady sešly.

Než se mi narodilo druhé dítě, syn Pavel, pracovala jsem jako sekretářka na Jedenáctileté střední škole v našem městě. Tady jsem se potkala s bývalou studentkou, Jitkou Slavíčkovou z Jezbořic, která má na našem oddělení D3 svou maminku, paní Slavíčkovou. Paní Jitka se jmenuje po provdání Pojarová a dobře jsme spolu zavzpomínaly na tehdejší mladé profesory na naší jedenáctiletce.

Na zahradě a na chodbě domova jsem se seznámila s novou klientkou, paní Růženou Horákovou. K mému překvapení mluví německy i česky a pracovala jako účetní v Ústavu sociálních služeb ONV Chrudim ve Slatiňanech. V té době jsem já pracovala jako účetní v Domově důchodců ONV Chrudim, jak se tenkrát náš domov jmenoval. Menší domov důchodců byl na Předhrádí.

V letech 1976–77 jsem byla ustanovena zástupkyní vedoucího, který byl odvolán a odešel do důchodu. Na nákupy a všechny služební cesty mne vozila řeholní sestra Václava ze slatiňanského ústavu, protože my jsme žádné auto neměli. Podléhali jsme Okresnímu ústavu sociálních služeb v Chrudimi a tam jsme se školili a posílali uzávěrky a účetní doklady k sumarizaci.

Nové účetnictví a první uzávěrku mne naučila řeholní sestra Luceta ze slatiňanského ústavu. Byla milá a inteligentní. Uměla dobře jazyky a pozval ji k sobě do Říma papež. U nás na zdravotním úseku a v kuchyni pracovalo 15 řeholních sester řádu sv. Františka. V té době jsme účtovaly ručně, měly jsme ruční kalkulačky a psaly na psacím stroji. S paní Horákovou jsme si hezky popovídaly a zavzpomínaly na tu klidnou a pro nás velmi zodpovědnou dobu. Nebyly počítače, o těch se nám ani nesnilo. Dnes je každý domov a ústav

vybaven moderní technikou a nedá se srovnávat to, co jsme prožili my všichni, co jsme zde pracovali, tehdejší prostředí a zařízení s dnešními vymoženostmi.

Přeji všem našim klientům, aby se také setkali se známými a mohli s nimi zavzpomínat, pokud se ovšem po letech poznají!

Jaroslava Rousková

klientka z odd. D3

V návaznosti na milý a podnětný článek paní Rouskové Vám také přinášíme několik slov k tematice vzpomínání.

Vzpomínky jsou jediné bohatství, o které Vás nikdo nepřipraví

Vzpomínky jsou důležité pro každého z nás. Všichni si rádi prohlížíme fotografie, hračky, různé předměty, které nám připomínají nějakou událost. Kolikrát je Vám líto vyhodit něco starého, onošeného, zašlého? Kolikrát jste určité věci několikrát otočili v ruce s cílem vyhodit je a pak je zase vrátili zpět? Nejde to? Toto je způsobeno naší vazbou k předmětům, vzpomínkám na určité zážitky spojené s daným předmětem. Tyto věci pro nás díky citové vazbě nabývají na vyšší hodnotě. Všichni máme pár takových věcí, někdo víc a někdo méně.

Vzpomínání je pro většinu lidí příjemné, uvolní se u rozhovoru, vypráví o minulosti a tím se ožíví paměťové dráhy. Do minulosti se většinou vracíme rádi, přemýšlíme o zážitcích, o důsledcích našeho jednání, o tom, co bychom dnes udělali jinak. Vzpomínky formují naši osobnost, činí nás odlišnými od ostatních, činí nás jedinečnými osobnostmi. Vzpomínky sdílíme s přáteli, s rodinou, s kolegy, a tím zážitky prožíváme znovu, připomínáme si, co jsme prožili. Opakováním upevňujeme vzpomínku a ukládáme ji do dlouhodobé paměti. Kdyby každý z nás mohl napsat knihu o svém životě, nenašly by se dvě stejné. Všichni jsme tvůrci své vlastní knihy s jiným prožitkem, s jinými reakcemi, s jinými zážitky. Senioři mají ve své životní knize přidanou hodnotu, a tou jsou zkušenosti. To, co my mladší zkoušíme, zjišťujeme, učíme se, to můžeme přečíst v knihách starších lidí a posunout se tak dále, poučení z chyb, kterými již prošel někdo před námi dříve.

V zařízeních pro seniory se v posledních letech rozvíjejí metody reminiscenční terapie, což je zjednodušeně „terapie vzpomínkou“. Cílem této

metody je zlepšit kvalitu života za pomoci vyvolání příjemných vzpomínek, které mají pro člověka důležitou hodnotu. Mezi základní nástroje terapie patří znalost biografické anamnézy, tj. znalost základních informací o životě člověka. Co má a nemá rád, jak žil, jakou měl pracovní pozici, jaké měl koníčky, jakou má rodinu, děti, vnoučata, jaké jsou pro něj důležité životní události. Základní činností je rozhovor o těchto tématech.

V našem zařízení nemáme aktivizační pracovníky, kteří by se mohli hlouběji a systematictěji práci se vzpomínkami klientů věnovat. Každý z Vás klientů má ale svého klíčového pracovníka, důvěrníka, který je Vám v případě potřeby k dispozici. Budeme rádi, když nám, klíčovým pracovníkům, budete vyprávět o svých životech, o svých zážitcích a vzpomínkách, podělíte se s námi o svůj životní příběh.

Pro vyvolání vzpomínek je také důležité prostředí, ve kterém člověk žije. V domácím prostředí je vzpomínání přirozenou součástí života. Senior žije v prostředí, ve kterém vyrůstal a žil několik desítek let, je obklopen svými blízkými, kteří s ním umí mluvit, znají ho, vědí, co má a nemá rád. Je obklopen oblíbenými věcmi, které stíral celý život, má své oblíbené křeslo, hrneček na čaj, na kávu, své rituály. Jeho blízcí s ním trávili velkou část života a vědí, kdy a proč je člověk podrážděný, co se mu líbí, co mu udělá radost a co naopak ne, vědí o čem, kdy a jak si s ním povídat, vědí, kdy a jak potřebuje pomoc.

Přijde-li senior do zařízení sociálních služeb, o toto zázemí přichází. Dostane se do neznámého prostředí, dostane pěkný útulný, ale neznámý pokoj o čtyřech stěnách, postel, skříň, pečovatelku, je obklopen cizími lidmi, kteří mu říkají, co by měl nebo neměl dělat. Tato změna je pro něj veliký zásah do života.

Čím více se úprava prostředí přiblíží jeho domácímu zázemí, čím více se mu okolí přizpůsobí, tím lépe si senior na změnu zvyká, tím lépe se mu v prostředí žije.

Proto je dobré, pokud si vyzdobíte svůj pokoj věcmi, na které jste byli zvyklí, které jste měli dříve rádi, které ve Vás vyvolávají nějaké vzpomínky. Protože pokoje v našem zařízení bohužel nejsou až tak velké, může se jednat alespoň o věci menších rozměrů jako např. obrázky, fotografie, drobné předměty, květiny. Mohlo by Vám to napomoci cítit se v našem domově lépe.

Převzala z internetové stránky <http://www.grandpark.cz/remniscencni-terapie/> a doplnila

*Mgr. Lenka Kellerová
sociální pracovníce*

Poděkování

Vážený pane řediteli,

dovolte mi touto cestou dodatečně poděkovat za Vaši spolupráci a vstřícnost při návštěvě našich francouzských partnerů na našem Gymnáziu, Pardubice, Mozartova 449.

Níže předkládám pro Vaši informaci celkovou zprávu k jejich pobytu.

V termínu 18.–24. dubna navštívila Gymnázium, Pardubice, Mozartova 449 francouzská delegace 29 studentů a 4 pedagogů z Lycée Sonia Delaunay v Blois, Regionu Centre, partnerského regionu Pardubického kraje. Ubytování byli v rodinách našich studentů. Program a pobyt naplnil cíle obou stran: čeští studenti se zdokonalili ve francouzštině a francouzští studenti poznali kromě přírodních a kulturních krás našeho kraje i systém sociální péče v ČR. Zájem o tuto oblast vyplynul z jejich oborového zaměření na sociální práci.

V rámci programu jsme besedovali o systému vzdělávání v ČR a Francii. Následovaly v aule gymnázia připravené prezentace českých i francouzských studentů, kteří představili své město, region i školu samotnou. V zasedací místnosti Zastupitelstva PKj nás přijal tiskový mluvčí PKj Dominik Barták a následně navázala velmi podnětná beseda s radním Pavlem Šotolou mimo jiné o transformaci dětských domovů a sociálních zařízení. Následující dny zavítali hosté na návštěvu DC Veská, ZŠ praktické a speciální Svítání v Pardubicích a Domova pro seniory v Heřmanově Městci. Každou návštěvu provázela beseda o smyslu a poslání zařízení a řada dotazů francouzských studentů porovnávajících systém ve Francii a ČR. Vždy odpoledne byl pro ně připraven zajímavý poznávací program (Prachovské skály, Kutná Hora či hrad Kunětická hora) a sobotní návštěva Prahy. Týden byl velmi intenzivní a věříme, že položil základ dlouhodobého partnerství obou našich škol.

Děkujeme za možnost návštěvy Vašeho Domova pro seniory i za čas a pohostinnost, které jste našim hostům věnovali. Též koncertní vystoupení Vašich klientů se setkala s velkým pozitivním ohlasem. Velmi si toho vážíme.

S přátelským pozdravem

Mgr. Marek Výborný
ředitel gymnázia

Exotika v naší zahradě



V zahradě našeho domova roste mnoho krásných stromů. Některé jsou staré, některé nové, a na jaře byly některé vykáceny, ale zůstaly po nich pěkné „hříby a muchomůrky“ (*mohli jste se dočíst v minulém čísle časopisu – pozn. redakce*). V březnu a v dubnu obdivujeme nádherné květy magnólie, rostou tu dvě. Jedna je vysazena před altánkem a druhá roste v zahradě v oddělení L0.

Asi před dvaceti lety, vlastně v minulém tisíciletí, byl vysazen u budovy prádelny liliovník tulipánokvětý. Nikdo z nás o něm moc nevěděl, možná jen ten, kdo ho zasadil. Léta běžela, strom rostl a sílil. Na podzim byla na zemi okolo něj spousta krásně zbarvených tuhých listů, které se špatně zametaly. V tu dobu nikdo z nás neměl tušení, jaká rarita nám vedle prádelny roste.

Až v letošním roce, někdy koncem května, se v jeho koruně objevila poupata. A to bylo něco! Všichni jsme čekali, až se objeví první květy. Jsou nádherné! Květy připomínají květ tulipánu. Vzhledem k jejich poměrně nenápadnému zbarvení v tónech žluté, oranžové a zelené je nevšimavý člověk mnohdy přehlédne. Květ je velký asi od 3 do 6 centimetrů a plný tyčinek žluté barvy.

Dozvěděli jsme se, že domovinou liliovníku je Severní Amerika, kde roste volně v přírodě. Do Evropy byl dovezen až ve druhé polovině 17. století. Byl vysazován hlavně v zámeckých parcích a okrasných zahradách. Vzhledem k jeho velikosti se s ním v soukromých zahradách setkáte opravdu výjimečně. Strom dorůstá v zemi svého původu až do výšky 40 metrů, rozpětí koruny může být až 15 metrů, tedy žádný drobek. Liliovník se dožívá stáří 400 let.

A tento vzácný strom je u nás v zahradě. Přijďte se podívat!

Zajímavost na konec: Liliovník se stal národním stromem hned tří amerických států – Indiana, Kentucky a Tennessee.

Kolektiv odd. B



Všechny fotografie liliovníku
pořídil Pavel Hubáč,
pracovník údržby.



Včelí roj

V pátek 20. května 2016 navštívili naši zahradu nezvaní hosté.

V odpoledních hodinách se přehnal pohyblivý mrak nad kotelnou a přistál na jedné z jabloní v zahradě domova podél ulice U Bažantnice. Jednalo se o včelí roj, který většina z nás sledovala z uctivé vzdálenosti a v bezpečí za oknem ve spojovací chodbě. Zavolali jsme místního dlouholetého včelaře pana Kořínka, který bez jakýchkoliv ochranných prostředků zavěsil na strom bednu, do které se roj začal postupně přemísťovat.

Fotografie z této akce pořídil nebojácný pracovník údržby pan Jiří Blažek.

*Ing. Petr Mazura
ředitel domova*



Všimli jste si, že máme v zahradě arboretum?!

A co to vlastně je „arboretum“? Jedná se o sbírku živých dřevin neboli dendrologickou zahradu, která mívá parkovou úpravu s popisy jednotlivých dřevin. I naše zahrada doznala nenápadné změny – mezi porostem přibýly nové cedule s českými a latinskými názvy stromů, a tak je zahrada zase o něco zajímavější a poučnější. Z cedulí se dozvídáme, že zde najdeme jak běžné dřeviny, jakými jsou buky, smrky, javory, tak i vzácnější kousky, o kterých jsme do nedávna neměli ani tušení (třeba liliovník tulipánokvětý, který letos vzácně vykvetl – viz *článek o pár stran dříve*).

Vřele procházku v našem „arboretu“ doporučuji.

Helena Plecháčková, DiS.
sociální pracovníce



Schránka důvěry

Rádi bychom Vám připomněli, že pokud byste chtěli vyjádřit poděkování, zpětnou vazbu, připomínku, chtěli byste podat nějaký podnět nebo stížnost na péči poskytovanou v našem zařízení, můžete tak učinit mimo jiné také písemně (anonymně) vhozením do schránek důvěry.

Tyto schránky jsou pověšené na stěnách na všech odděleních a v přízemí vedle vrátnice domova.

Zároveň je od června 2016 k dispozici i mobilní schránka důvěry, kterou je možné na žádost klienta donést na pokoj. Mobilní schránka důvěry je průběžně přemísťována po jednotlivých odděleních domova podle následujícího harmonogramu:

- 1. – 8. den v měsíci: oddělení L0, B
- 9. – 15. den v měsíci: oddělení L1
- 16. – 22. den v měsíci: oddělení L2
- 23. – 30 (31). den v měsíci: oddělení D3, 4

Dále se na všech odděleních nachází kniha připomínek.

Podrobnosti k vyřizování stížností naleznete ve Směrnici ředitele č. 26/2008, která je k dispozici na všech pokojích.

Trénování paměti

Jak známo, s přibývajícím věkem dochází postupně ke ztrátě paměti. Tato skutečnost není lhostejná zdejšímu vedení Domova pro seniory. Proto se zde pro zájemce každoročně pořádá „kurz trénování paměti.“ Dochází k nám každý týden zkušená trenérka Bc. Eva Merclová. Kurz je zaměřen na krátkodobou a dlouhodobou paměť. Tu si procvičujeme za pomoci různých kvízů a úkolů – doplňujeme číselné řady, filmový kvíz, úsloví a části těla, hledáme synonyma – slova stejného významu, přesmyčky, zkratky, vyplňujeme sudoku – místo číslic ovoce a bavíme se dalšími různými činnostmi. Dostáváme vždy domácí úkoly, které se snažíme dle svých možností správně vypracovat. Všichni, kdo se tohoto kurzu zúčastňujeme, se těšíme na příští hodinu a hlavně také na příjemnou paní lektorku.

sepsala pravidelná účastnice trénování paměti,
Jiřina Šindelářová, klientka z odd. B,
za podpory svého manžela

Trénujeme paměť

V minulém čísle časopisu jsme uveřejnili soutěž pro klienty spojenou s tréninkem paměti. Měli jste najít ve větách ukrytá ženská a mužská jména. Správní luštitelé objevili tato jména: Ivana, Livie, Jitka, Maryša, Alena, Aneta, Olga, Eliška, Adéla, Honza, Petr, Ota, Kuba, Vítek, Štěpán, Luboš.

Odpověď nám donesla pouze jediná klientka, proto také vyhrála, a je to věrná účastnice kurzů trénování paměti, paní Jiřina Šindelářová. Snahu paní Šindelářové jsme ocenili drobným balíčkem.

Vyzýváme Vás ostatní, abyste se také zapojili a potrápili své mozkové závity. Tentokrát si budeme hrát s čísly:

Zadání dnešního úkolu

V následujících řádcích je uvedena tabulka, kde je každému písmenu přiřazeno určité číslo. Níže je pak zapsaná krátká věta již převedená do číselného tvaru. Jedná se o citát o manželství. Zkuste jej rozluštit!

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26

Citát:

1 7 1 20 8 1 3 8 18 9 19 20 9 5: 1 18 3 8 5 15 12 15 7
10 5 9 4 5 1 12 14 9 13 1 14 26 5 12. 3 9 13 10 5 10 5
8 15 26 5 14 1 19 20 1 18 19 9, 20 9 13 10 5 16 18 15
14 5 10 26 1 10 9 13 1 22 5 10 19 9.

Převed'te tento citát do číselného tvaru:

Alexandre Dumas ml.: Manželství je tak těžké, že ho musejí nést dva, často i tři.

Neváhejte a luštěte. Své odpovědi přineste do kanceláře sociálních pracovníků **nejpozději do středy 31. srpna 2016.** Ze správných řešení vylosujeme jednoho výherce, který opět získá malou pozornost.

*Mgr. Lenka Kellerová
sociální pracovníce*

Jak jsme v domově tráвили jaro?

Na následujících stránkách přinášíme výběr toho nejzajímavějšího, co se v domově v jarních měsících událo.

Opékání špekáčků



Ve středu 11. května 2016 jsme využili krásného počasí k odpolednímu posezení v zahradě okolo ohně a s velkou chutí jsme opékali špekáčky. Kdo měl chuť na pivo, tak měl možnost dát si dle libosti. Venkovní posezení se stalo pro mnoho klientů vítanou příležitostí k setkání s ostatními a k sousedskému popovídání.



XIII. ročník Májového koulení



Rok se s rokem sešel. Přišlo jaro a s ním i další ročník Májového koulení na zámku, který se uskutečnil 19. května. Turnaj v koulení má dlouholetou tradici, neboť letos se konal již 13. ročník.

A o co při koulení vlastně jde? Dvě družstva soupeří o to, kdo z nich nejbližší přikoulí své velké kovové hrací koule k malé dřevěné kuličce, tzv. džeku nebo taky košonku. Hra se hraje venku a hrací dráhy mohou mít různé typy povrchů, od písku nebo jemného šterku až po trávu. Na zámku jsou dráhy vyznačené na parkových cestách, a proto jejich povrch může být velmi záludný kvůli kamínkům a kamenům, svažitosti cest a stružkám, které vymlela voda.

Přípravě na turnaj jsme věnovali několik tréninkových setkání navzdory nepřízní počasí, a proto i náš domov měl opět svá turnajová „želízka v ohni“. A to hned dvě plně obsazená družstva – zkušené a ambiciózní družstvo „Koroptví“ a družstvo „Bažantů“, kde se mezi „tradičními“ hráči objevily i nové tváře. Konkurence byla letos velká. Celkem se turnaje zúčastnilo 18 družstev z různých zařízení sociálních služeb. Převažovaly týmy z Prahy a okolí, ale své zástupce měla i Skuteč a Přelouč. A kdo tedy reprezentoval náš domov?



„BAŽANTI“

pan Petr Fuksa z odd. L0

paní Marie Švadlenková z odd. L2

paní Jaroslava Spálenská z odd. B

paní Věra Procházková z odd. D3

„KOROPTVE“

pan Jiří Fenyk z odd. L0

paní Bohumila Moškaničová z odd. D3

paní Alenka Marvanová z odd. D3

paní Hedvika Janečková z odd. D3

Doprovázely a podporovaly paní Hana Heřmanská z relaxačního centra a sociální pracovnice Helena Plecháčková.

O všechna umístění se vedly urputné boje a bojovalo se z posledních sil. I naše družstva válčila do poslední chvíle, a vyplatilo se. Družstvo „Bažantů“ obsadilo 14. místo v celkovém umístění a družstvo „Koroptví“ dokonce dosáhlo až na stupně vítězů, a získalo bronzové medaile k velké radosti nás všech účastníků. Před slavnostním vyhlášením výsledků celého turnajového klání v Rytířském sále na zámku jsme se mohli občerstvit a pro podpoření příjemné atmosféry hráli a zpívali Standa a Karel nejen k poslechu, ale i k tanci.

Zažili jsme krásný den, který byl umocněn příjemným počasím a korunován nečekaným úspěchem. Zámeckým organizátorkám musíme velmi poděkovat za pozvání na tuto jedinečnou akci a také za čas, který věnovaly přípravě a průběhu celého dne. Díky nim jsme si ho mohli takto bezstarostně užívat. Už teď se těšíme na další ročník Májového koulení.

*Helena Plecháčková, DiS.
sociální pracovnice*



Ceny pro vítěze



Zleva: paní Bohumila Moškaničová, paní Alenka Marvanová, paní Hedvika Janečková, v popředí pan Jiří Fenyk.

Letní sportovní hry

Dne 3. 6. 2016 se v našem domově konaly již 9. sportovní hry. I přesto, že jsme se snažili objednat hezké počasí, tak nám vstříc nevyšlo. Déšť a zatažená obloha nás provokovaly celé dopoledne. Proto jsme jednotlivá stanoviště nachystali na odpoledne v kulturní místnosti.

Jako každý rok se soutěžilo na čtyřech stanovištích - hod šipkami, hod na kuželky, hod míčem na medvěda a hod kroužky. Klienti se postupně vystřídali na všech disciplínách a mnozí, kterým se první sportovní výkon nezdál, přicházeli ještě jednou na opravu a zapojili vší silou i svého sportovního ducha.

Každý z návštěvníků, i nesportovec, měl možnost se posilnit v kuchyňce s občerstvením, kde se podávaly rízky, zákusky a nápoje.

A aby ani zaměstnanci nepřišli zkrátka, mohli si také vyzkoušet na vlastní kůži, jaké disciplíny jsme to pro klienty připravili. Našlo se nemálo odvážlivců, kteří se pustili do sportovního klání a obešli si všechna čtyři stanoviště.



A jak to všechno dopadlo? Na každém stanovišti se průměrně vystřídalo 65 sportovců. Všechny posty byly obsazeny a vliv počasí ani sportování v kulturní místnosti nemělo vliv na výkony zúčastněných. Během celé akce i v průběhu předávání cen panovala veselá nálada, k čemuž také přispěl pan Kulháněk svými vtipnými poznámkami.

Chtěli bychom také poděkovat klientům a zaměstnancům ze zámku, kteří si na nás udělali čas a přišli si s námi zasoutěžit a snad i zpestřit páteční odpoledne.

*Mgr. Petra Linhartová
vedoucí sociálního oddělení*

Výlet na Babiččin dvoreček do Licibořic

Na úterý 7. června 2016 jsme pro naše klienty zorganizovali výlet na Babiččin dvoreček do Licibořic. Někteří z nás, kteří již na Babiččině dvorečku někdy byli, usoudili, že by se tam klientům mohlo líbit. Většina z nich v takovém hospodářství vyrůstala nebo v dospělosti vlastnila svoje.

Navíc některé naše klientky z okolí Licibořic pocházejí, tak si mohly zavzpomínat na mládí, kde žily nebo chodily do školy.

Po příjezdu na statek nás přivítala majitelka paní Blažková se svou dcerou a ve stručnosti nám hospodářství představily. Statek sám o sobě je starý již 400 let. Naposledy ho vlastnila paní, která neměla potomky a rozhodla se statek prodat. Manžel paní Blažkové vždy toužil mít takové hospodářství, a tak ho s manželkou koupili. Postupně ho „zabydlovali“ hospodářskými zvířaty. Paní Blažková, bývalá učitelka, si uvědomovala, že dnešní děti domácí zvířata už skoro neznají, a dostala nápad, že by bylo dobré otevřít statek veřejnosti. A tak se roku 2012 stalo. Již 4 roky na dvoreček jezdí na exkurze děti ze škol a školek nebo děti se svými rodiči, kteří rádi stráví chvíle v příjemném prostředí. Kromě předem domluvených návštěv se na dvorečku konají sezonní akce, které podněcují děti k tvořivosti z domácích surovin. Ty si tam mohou zkusit na vlastní kůži, jak se žilo dříve.



A co všechno jsme na statku viděli? Hned u vchodu nás přivítaly svým mečením kozy kamerunské, kozy domácí, které jsme mohli nakrmit suchým pečivem, a ovce. Další zvířátko, které není až tak obvyklé pro domácí chov, je nutrie. Ty jsme v kleci viděli hned tři. S jejich velkými zuby by se jistě nikdo nechtěl osobně setkat. Dalšími obyvateli dvorečku byla již tradiční domácí zvířata – kráva, prase domácí, z drůbeže husy, kachny, perličky, krůty.

Ve stodole si na slámě hrála koťata, po dvoře pobíhalo několik koček, v holubníku uprostřed dvora vrkali holubi. Součástí expozice je i muzeum s předměty, které používali naše babičky a dědečkové jak v hospodářství, tak v domácnostech.



Na dvorku bylo příjemné posezení. Po prohlídce s výkladem jsme si vybalili náš výletní oběd, jak jinak než řízek s chlebem, a moc nám na sluníčku chutnalo. Kdo chtěl, mohl si v krámečku, který patří ke statku, koupit kávu nebo něco dobrého na zub. Kromě jiného zde majitelé prodávají výrobky z domácích produktů, např. polštářky a ponožky z vlny, mýdla s různými bio přísadami, domácí sýry, medovinu, čokoládu, upomínkové předměty a mnoho dalšího. Nasyceni, odpočati a plni dojmů jsme se odebrali pomalu k autobusu, který na nás u brány čekal, a vyrazili jsme k domovu.

Po návratu mohu jen konstatovat, že výlet se nám vydařil, počasí nám přálo, klienti i doprovodný personál byli spokojeni a dohodli jsme se na tom, že nějaký výlet opět v brzké době společně podnikneme.

*Mgr. Petra Linhartová
vedoucí sociálního oddělení*



Fandíme fotbalu

Že jsou mezi našimi klienty výkonní sportovci, se přesvědčujeme při každé účasti na sportovních akcích (viz *předchozí článek*). Kromě aktivních sportovců zde máme také velké fanoušky, kteří si nenechají ujít důležitá sportovní utkání, takže jejich pozornosti v žádném případě nemohlo uniknout **fotbalové Euro 2016**.

Fanouškovskou zónu jim pro lepší sportovní atmosféru vytvořila další velká fanynka, staniční sestra oddělení L1, Gábina Ilková. A takto se fandilo při prvním utkání české reprezentace s náročným soupeřem – Španělskem.



Anabáze s plavkami aneb já a internetový obchod



Venku začalo být hezké počasí, dovolená za dveřmi a já jsem „potřebovala“ nové plavky. Při představě, jak se ztrapňuji v obchodech s tímto zbožím, jsem si řekla: „Budu moderní a objednám si je přes internet! Vždyť okolo mě všichni nakupují a jsou spokojení, tak proč ne já?!“

Kolegyni v práci přišly takové krásné plavky, prý z „Ráje plavek“. Odolejte! Nejsem takový počítačový mág, proto jsem požádala jinou kolegyni o pomoc. O přestávce jsem v „Ráji plavek“ vyhledala jedny úžasné. Problém nastal už při objednávání. Velikost plavek a do objednávky potřebují vědět kde co. Jak já si mám pamatovat svoje telefonní číslo?

Zvládly jsme to, odeslaly jsme objednávku a už zbývalo těšit se na nové plavky. Všechno běželo jak na drátku, během tří dnů přivezli balíček. Plavky jsou tu!

Rozčarování jsem zažila už při rozbalení krabice. V „Ráji plavek“ byly moje plavky černé v kombinaci s červenou, na krásné štíhlé a opálené modelce byly k neodolání. Z krabice na mě koukala sice černá, ale zbytek byl neónově oranžový. Další zklamání následovalo. Při zkoušení jsem usoudila, že bych si zasloužila o kousek větší vrchní díl. Tak co teď? Zkusím je vyměnit. A jelikož se mi nezdála barva, vyměním i barvu! Ale ouha, problém byl tady. No nic, poradím si. Plavky jsem zabalila, kolegyně je donesla na poštu a já si objednala plavky s větším vrškem. Během dvou dnů přišel balíček. Na svítivou zelenou už jsem byla připravená. Vrchní díl od zeleňoučkých plavek seděl, obléknu spodní díl, koukám na sebe do zrcadla a usoudila jsem, že tentokrát bych si zasloužila o číslo větší spodní díl! Prohlížím cedulku a zjistila jsem, že kalhotky jsou ještě o číslo menší než ty první. Poučena, vyměním je za větší. Jiná kolegyně mi napsala dotaz, zda by to šlo. Šlo, ale větší nemají.

Pomalu jsem se smířovala s tím, že na pláži budu převážně ležet nebo se pohybovat se zataženým pupíkem. Ale pak přišla spásná myšlenka. Vždyť se přece prodávají plavky jednotlivě. Seženu si černé kalhotky a problém je vyřešen! A to ještě sama přešiju ozdobu z těch zelených a budu mít úžasný plavky, v kterých se budu normálně pohybovat mezi ostatními a budu moci i dýchat.

Poučena chybně zvolenou velikostí, objednávám černé plavkové kalhotky příslušné velikosti. Těším se, jak jsem na to konečně vyžrála.

Toto všechno se odehrálo během čtyř dnů. Následující ráno mi dcera píše SMS: „Vrátili ti balík!“ Až jsem se orosila. Co by mi kdo vracel? A proč? Vzala jsem si kopii objednávky od těch prvních červenočerných plavek a štufovala jsem, proč by mi balík vraceli, když já od nich chci peníze? Během chvilky jsem zjistila, že ne oni, ale já jsem udělala chybu. Balíček jsem vzorně zabalila, ale odeslala na jinou adresu, ne na tu, co byla ve vratném listě! Zanádalá jsem si na svoji blbost a ukvapenost. Ale podruhé jsem plavky zabalila, vyplnila správně adresu a znovu odeslala, tentokrát tam, kam jsem měla.

Paní za přepážkou na poště mi oznámila, že když už jsem tam, předá mi balíček, který mi ráno přišel. No ovšem, to bude ten černý spodní díl, a moje martyrium se chýlí ke konci, konečně! Přišla jsem domů a ještě mezi dveřmi rozlepím krabici a nevěřím svým očím... Z krabice na mě kouká černý spodní díl od plavek, ale ta velikost!!! I Halině Pawlovské by to bylo velké. Inu české a italské velikostní tabulky se liší.

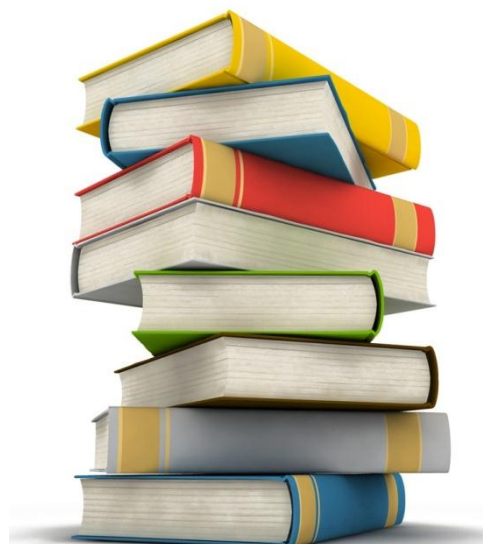
Narostlo ve mně přesvědčení, že já už rozhodně přes internet nakupovat nebudu. Záludností tam na mě kouká víc než v kamenném obchodě s prodavačkou za pultem.

A v čem se letos budu koupat? Vytáhnu ty staré. A když najdu odvahu, vezmu ty nové zelenočerné a na pláži budu jen ležet.

*Olga Vomočilová
pracovnice z odd. B*

Nové přírůstky v knihovně

- A. Bolavá: *Do tmy*
- G. Guthrie: *Láska podle Shakespeara „Daniel a Aubrey“*
- M. Bussi: *Vážka*
- A. Doerr: *Zed' vzpomínek*
- D. Hansenová: *Starý kraj*
- E. Boček: *Poslední aristokratka*
- S. Kearsleyová: *Zimní moře*
- T. K. Vasilková: *Máma pro Veroniku*
- M. Davouze: *Dům v Bretani*





Kdo je kdo v našem domově

Dnes Vám přinášíme rozhovory se dvěma osobnostmi našeho domova, které spojuje velký koníček – zpěv. Ze zaměstnanců jsme pro rozhovor oslovili paní Ivanu Mejstříkovou (52 let, pochází z Běstviny, žije v Načešicích).

Jak dlouho a v jaké funkci v našem domově pro seniory pracujete?

„Pracuji zde od ledna roku 1993 jako zdravotní sestra. Na oddělení L2 pracuji jako staniční sestra 10 let.“

Jaké byly Vaše předchozí pracovní zkušenosti?

„Studovala jsem Střední zdravotnickou školu v Havlíčkově Brodě. Na zdravotní školu jsem šla proto, že se mi líbily bílé čepčky, které nosily sestřičky. Vyhovovalo mi také, že zde byla matematika pouze dva roky. Po maturitě jsem v letech 1983–1990 pracovala na Interně v Chrudimské nemocnici. Po druhé mateřské dovolené jsem nastoupila sem, do domova pro seniory. Ted' už bych v nemocnici pracovat nechtěla. Nelíbí se mi přístup, jaký je ted' v nemocnici k pacientům.“

Když srovnáte domov pro seniory v době Vašeho nástupu a nyní – jaké největší rozdíly pozorujete?

„Nedá se to vůbec srovnávat. Jsou velké rozdíly ve všem – ve vybavení, i klienti dříve byli jiní. Máme celkově lepší vybavení, fyzicky se tolik nenadřeme, máme k dispozici různé pomůcky – to dříve nebylo. Největší rozdíl však vidím v přístupu ke klientům, zejména ke klientům s demencí. V době mého nástupu jsem se s určitými věcmi nemohla vyrovnat. Standardy péče a různá školení nastavily určitý profesionální i individuální přístup ke klientům. S tím jsem nyní spokojená. Přístup ke klientům je samozřejmě i v lidech, každý zaměstnanec pro to musí mít nějaké předpoklady.“

Co Vás baví na práci v domově pro seniory?

„Baví mě to proto, že je to práce s lidmi a je to práce různorodá. Jako staniční sestra jsem v kontaktu jak s klienty, tak se zaměstnanci. Dělán odbornou práci zdravotní sestry, což mě profesně naplňuje už od školy.“

Je něco, z čeho máte radost, co se vám za dobu Vašeho působení podařilo?

„Byla jsem u toho, když se dávaly dohromady standardy kvality služeb. I když jsem v té době byla velkým kritikem a měla určité výhrady, dnes vidím, že bez standardů by to nešlo a že je to důležitá věc.“

„Myslím také, že za ty roky jsem pro hodně klientů udělala něco dobrého, aspoň jsem se o to snažila.“

„Jako staniční sestra vyžaduji, aby personál dodržoval a dělal, co má. Zároveň se ale snažím, aby měli zaměstnanci ke mně důvěru a nebáli se za mnou přijít s nějakým problémem, třeba i osobním. A pokud je to v mých silách, snažím se pomoci.“

Je něco, co byste chtěla mít ve své práci jinak, nevyhovuje Vám to?

„Přála bych si, aby bylo více zaměstnanců v přímé péči, i když vím, že nejsou finance. Pokud nemá žádná pracovnice z oddělení dovolenou nebo není nikdo nemocný, je to ideální stav. Bohužel to tak často není.“

„Také si myslím, že pracovnice v sociálních službách (přímá péče) nejsou za svou psychicky i fyzicky těžkou práci dostatečně finančně ohodnoceny.“

Máte nějaké plány či cíle pro další práci?

„Máme plány týkající se našeho oddělení. Pořád je co zlepšovat. Aktuálně se chystáme obnovit nástěnku tak, aby byla lépe čitelná pro klienty. Naším dlouhodobým cílem je mít na našem oddělení klimatizaci.“

Co Vás baví ve volném čase? Čím si takzvaně dobíjíte baterky?

„Jsem ráda v kontaktu s vnoučaty – mám dvě malé vnučky, které bydlí poblíž, vidím je denně a občas je hlídám.“

„26 let zpívám v heřmanoměsteckém pěveckém sboru Vlastislav – do sboru chodil i můj manžel a chodí se mnou moje starší dcera. Zpívání ve sboru vlastně provázelo celý můj život. Měli jsme sbor v Běstvině, odkud pocházím, vystupovali jsme na různých besídkách. Pak jsme měli sbor také na zdravotní škole v Havlíčkově Brodě.“

„Máme zahrádku – na tu se ráda dívám a dcera na ní pracuje. Chovám slepičky – všechny se jmenují Julinky a určitě zemřou stárím.“

„Musím ale říct, že je mi dobře i v práci – mám radost, pokud se povede nějaká dobrá věc.“

Co byste přála (vzkázala) našim klientům?

„Přála bych jim hlavně zdraví, klidné stáří a hodně zaměstnance, kteří se o ně starají.“

Co byste přála (vzkázala) našim zaměstnancům?

„Taky hodně zdraví. Aby měli hodně trpělivosti s klienty, protože jednou zestárneme všichni a budeme na místě našich klientů. Aby se jim dařilo nahlížet na klienty jako na lidi s životní historií a příběhem, který má často velkou hodnotu.“

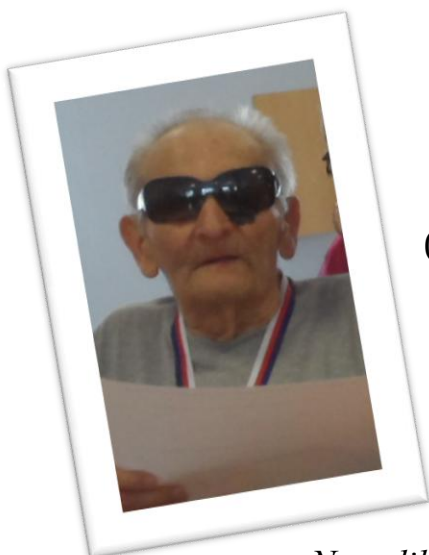
„Také bych jim přála, aby je jejich nadřazení dokázali ocenit nejen penězi, ale občas i pochvalou. A aby i klienti dokázali ocenit, že je práce v domově pro seniory náročná.“

Máte nějaké přání?

„Přála bych si zdraví pro moje blízké a pro sebe.“

„A obecně bych si přála, aby nebylo mezi lidmi ve společnosti tolik zloby a zášti, aby každý nemyslel jen na sebe.“

Děkujeme za rozhovor.



V našem domově žije 3 roky pan František Toman (92 let). V poslední době se díky vystoupení našeho sboru vrací k aktivitě, která je jeho srdci blízká – ke zpěvu. A zaznamenává velké ohlasy!

Kde jste se narodil, kde jste žil?

„Narodil jsem se v obci Kroužek, v okrese Vyškov. Rodiče poměrně brzo umřeli, vychovávala nás sestra maminky. Měl jsem o 2 roky staršího bratra.“

„Do měšťanské školy jsem chodil v Rousínově (okres Vyškov). Šel jsem se poté učit na truhláře, v Rousínově to byl samý truhlář. Mám tovaryšský list, ale nevím o tom nic. Nikdy jsem tuto práci nedělal, pomáhal jsem strýci v hospodářství a zemědělství.“

„Život mě pak přivedl do Pardubic a Nemošic u Pardubic, kde jsem se v roce 1944 seznámil s budoucí manželkou. V tomto roce jsem byl svědkem bombardování Fantových závodů v Pardubicích, všude bylo spousta čmoudu.“

„S manželkou jsme bydleli v domě s jejími rodiči v Nemošicích, postupně se nám narodilo 5 dětí – jeden kluk a čtyři holky, z toho jedny dvojčata. Syn bohužel zemřel, takže jsem měl doma samé ženské.“

Co jste ve svém životě dělal, kde jste pracoval?

„Za války jsem vstoupil do vládního vojska, abych nebyl odeslán do Reichu. Hlíkali jsme v Praze hrad. Měli jsme tam strážnici. Vzpomínám si na jednu historku, že jednou jsem tam na schodech usnul a přišel velitel stráže. Říká mi: „Tomane, vy jste spal.“ Já říkám: „Nespál.“ Ale prozradilo mě to, že jsem měl zelený kabát a na něm otisknuté pruhy od špinavého koberce. Velitel stráže mě nejdříve strašil vojenským soudem, ale pak mi dal za trest napsat 1000x větu „Ve službě mám dávat pozor.“ Začal jsem to psát. Napsal jsem to asi 400x, vypoužíval jsem na to dvě propisky. Pak nás převedeli do Roudnice hlídat tratě.“ „V Roudnici jsme měli na nádraží strážnici, odkud jsme vycházeli na pochůzky. Bylo to blízko Terezína, kde byli trýzněni Židé, ani jsem si tehdy neuvědomoval, jak jsem blízko smrti.“

„Za války jsem se dostal také do Itálie, do údolí smrti u řeky Adige – tam to bombardovali a my jsme zasypávali bomby – byla to velmi nebezpečná práce. Po roce 1945 jsem měl na starosti četu lékařů ve Vojenské nemocnici ve Střešovicích v Praze. Měl jsem je učit základní vojenské věci. Občas jsme u toho užili i legraci – např. když jsem je učil, jak se mají jako vojáci představovat. Myslím, že mě měli rádi – poslali mi pak blahopřání ke svatbě, kde byli všichni podepsaní. V Praze jsem byl rok a pak mě stáhli zpátky k mému útvaru v Chomutově. Odtud mě odeslali jako výkonného rotmistra do Hory sv. Šebestiána, kde byla poddůstojnická škola. Dělal jsem zde různé zápisy a kontroly, měl jsem na starosti veškerý vojenský materiál. Jednou jsem střílel na terč ze vzduchovky, střela se odrazila a letěla těsně kolem mě a skončila ve stropě – tehdy jsem měl namále.“

„Po válce jsem se stal občanským pracovníkem Vojenské správy. Pracoval jsem mimo jiné jako plánovač materiálu v Kolíně.“

Co jste rád dělal ve volném čase?

„Hrál jsem vybíjenou, volejbal – díky mojí výšce jsem dobře smečoval. Měli jsme partu sportovců, účastnili jsme se i turnajů – často jsme i prohráli.“

„Z mládí velmi rád vzpomínám na to, jak jsem hrál ještě v Kroužku ochotnické divadlo. Hráli jsme např. divadelní hru Lešetínský kovář. Hrál jsem nejdříve menší role, jako venkovský lid, ale později jsem dostával i větší role – například role milovníků. Vzpomínám na to, jak mně režisér říkal, jak se mám tvářit, abych vypadal zamilovaně. Vzpomněl jsem si na jednu studentku, která k nám

jezdila a naučila mě líbat – mohl jsem pak roli věrohodně zahrát. Také jsme měli s jedním kamarádem hrát roli, kdy jsme měli brečet. Měli jsme na sobě oba paruky, to nás tak rozesmálo, že jsme nakonec vypadali, že brečíme.“

„Dodnes si pamatuji písně z operet (začne zpívat): Často jsem si v snách milenku představil a ruce po ní vztáhl a hlavu v klínu skryl. Vždy jsem toužil mít hlubokých očí pár a retů zmar. Tvé vášné retы jsou dva karneoly a mě stále bolí pro ně srdce mé, tvé smutné oči jsou dvě lesní tůně, nebes i země dar.“

„Později v Nemošicích jsme měli ovocnou zahradu, měli jsem foliák, kde jsme pěstovali zeleninu. Měli jsme zvířectvo – kozu, králíky.“

„Hrál jsem dříve na foukací harmoniku – můj strejček byl muzikant, naučil jsem se to od něho. Rád zpívám, to mám po tetě. V současnosti se rád účastním zpívání, které je organizováno tady v domově.“

„Sbíral jsem také známky, takové obyčejné z dopisních obálek. Také mince – daroval jsem je vnukovi, ten je přetavil a udělal z nich krásné medaile.“

Na co jste ve svém životě pyšný?

„Byl jsem pyšný, když jsem hrál divadlo. Publikum mě obdivovalo, líbilo se jim, jak zpívám, zpíval jsem i v operetách. Měl jsem velkou přízeň holek.“

Je něco, co byste ve svém životě změnil?

„Nevím, nic bych neměnil.“

Kdo je Vám blízký?

„Ted' momentálně Vy, pak sestřičky v domově pro seniory. A samozřejmě rodina – chodí za mnou dcery a vnoučata, něco dobrého mi vždy přinesou, nějaké lahůdky.“

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

„Vcelku se mi tady líbí. Sestřičky jsou hodné. Někdy si samozřejmě něco rozříkáváme, ale jinak dobrý.“

Je něco, co byste chtěl v DPS změnit?

„Ne.“

Co byste vzkázal nebo popřál ostatním klientům?

„Aby chodili zpívat a měli z toho dobrou náladu jako já.“

Co byste vzkázal nebo popřál zaměstnancům?

„Přál bych jim také dobrou náladu.“

Máte nějaké přání Vy sám?

„Nemám, jsem spokojený s životem, jaký je.“

Jaký máte recept na vitalitu?

„Nějak ten život strašně utekl – šup a uteklo 93 let. Snažil jsem se v životě udržovat si dobrou náladu. A také jsem dělal aktivně sport.“

Děkujeme za rozhovor.

Herní koutek pro děti a dospělé v kulturní místnosti

Pokud do našeho zařízení za Vámi chodí na návštěvy děti (vnoučata, pravnoučata či dokonce praprawnoučata), můžete s nimi navštívit velkou



kulturní místnost v 1. patře, kde je vytvořen malý herní koutek pro děti i dospělé. Pro menší děti jsme zde připravili časopisy na prohlížení či vyplňování, omalovánky, velké i malé skládací puzzle, balon a další hračky.

Se staršími dětmi nebo i se svými dospělými příbuznými můžete strávit návštěvu hraním minifotbálku, házet na terč šipkami, ve skřínce naleznete šachy, karty, Kris Kros, domino, kvarteto, piškvorky nebo Člověče, nezlob se.

**Přejeme Vám příjemné hravé chvíle
s Vašimi blízkými.**



Sběr víček



Od března do června 2016 se Vám, sběratelům, podařilo nasbírat **úctyhodných 104,7 kg železných víček**, což je za dobu sběru doposud nejvyšší nasbírané množství. Jsme rádi, že jste takto aktivní a že jste zapojili Vaše rodinné příslušníky či známé a všichni společně tak děláte něco pro dobrou věc.



OSMISMĚRKA

Paní přijde na obecní úřad nahlásit, že viděla v lese 100 vlků. Pracovník obecního úřadu na to: „Ale paní, to není možné, nezdálo se vám to?“ Paní: „No, tak sto jich tam nebylo, ale tak 80 určitě.“ „To není možné, to je moc.“ „No, tak 80 ne, ale 40 jistě.“ „Určitě jste jich tam viděla tolik? To je podle mého názoru vyloučeno.“ „No, tak 20 jich tam nebylo, ale něco se tam **TAJENKA MÁ 12 PÍSMEN.**“

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

AORTY
ASTRONAUTI
BOLTEC
CELEK
COURT
ČOČKA

ETICI
CHŘEST
JAZYKOVĚDA
KREMPA
MASTIT
OBRUČ

OHAREK
OPERY
OTAVY
OTŘES
PASTVA
PLUIE

POLESÍ
REAKCE
STŘELIVO
ŠTIKY
VLEVO
VÝUKA

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

Správné řešení naleznete na straně 32.

SUDOKU

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

Cílem hry je vyplnit všech devět hracích polí číslicemi od 1 do 9, přičemž se žádná z nich nesmí opakovat ve čtverci, v řádku ani ve sloupci.

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

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

Správné řešení naleznete na straně 32.

Tajenka osmisměrky ze strany 30:

ŠUSTLO V KŘOVÍ



Správné řešení SUDOKU ze strany 31:

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

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

Svoje narozeniny budou slavit

pí Poláková Růžena	1. 7. 1923
pí Vašáková Anna	1. 7. 1941
pí Kohoutková Jiřina	9. 7. 1935
p. Kožíšek Zdeněk	10. 7. 1930
pí Merclová Zdeňka	11. 7. 1927
pí Valtrová Alenka	12. 7. 1931
pí Horčicová Věra	14. 7. 1930
pí Drobílková Jiřina	15. 7. 1928
pí Písařová Anna	25. 7. 1924
p. Mareček František	28. 7. 1929
pí Kollerová Marie	30. 7. 1927

p. Janovská Eva, Ing.	4. 8. 1935
p. Michek František	8. 8. 1928
p. Kolář Ladislav	14. 8. 1919
pí Kosinová Miluše	15. 8. 1932
pí Vilhelmová Danuška	22. 8. 1928

p. Stýblo Josef	9. 9. 1932
pí Jeklová Jindřiška	10. 9. 1924
p. Tlapák Stanislav	11. 9. 1928
pí Rintová Věra	12. 9. 1945
pí Valentová Alena	16. 9. 1937
pí Výborná Zdeňka	18. 9. 1943
pí Švandová Miluška	19. 9. 1940
pí Zikmundová Božena	27. 9. 1928

pí Zimová Blanka	27. 9. 1941
pí Jurenková Růžena	28. 9. 1935
pí Procházková Věra	30. 9. 1945

Přejeme všechno nejlepší!



Noví obyvatelé našeho domova

pí Doležalová Pavlína	6. 4. 2016
pí Chmelíková Antonie	27. 4. 2016
pí Vlčková Marie	5. 5. 2016
pí Jurenková Růžena	6. 5. 2016
p. Kopecký Antonín	17. 5. 2016
pí Knapová Zdeňka	23. 5. 2016
pí Kollerová Marie	26. 5. 2016
p. Málek František	6. 6. 2016
pí Červenková Jana	8. 6. 2016
pí Hnejtková Marie	10. 6. 2016
pí Marešová Marie	21. 6. 2016
p. Debnár Ján	23. 6. 2016
pí Janovská Eva, Ing.	30. 6. 2016

Přejeme příjemný pobyt!

S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili

pí Stybalová Markéta	17. 4. 2016
pí Málková Věra	20. 4. 2016
pí Pelikánová Jaroslava	23. 4. 2016

p. Kučera Miroslav	9. 5. 2016
pí Mouricová Kamila	12. 5. 2016
p. Besperát Otakar	12. 5. 2016
pí Šarochová Marie	22. 5. 2016

p. Sázavský Miroslav	1. 6. 2016
pí Drášilová Věra	5. 6. 2016
pí Kulíková Helena	14. 6. 2016
pí Chmelíková Antonie	16. 6. 2016
pí Vašíčková Jarmila	18. 6. 2016
pí Hronová Marie	19. 6. 2016
pí Sýkorová Božena	20. 6. 2016
pí Radilová Růžena	24. 6. 2016

Čest jejich památce!





Náš domov

2/2016

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*

Šéfredaktorka:

Mgr. Petra Holubová

Fotografie na titulní straně:

Pavel Hubáč