

Náš domov

číslo 4/2022



Foto: Marie Hubáčová: U Míčova



Zima 2022

Vážení a milí čtenáři,

čas plyne jako voda a již tu máme další číslo našeho časopisu.

V neděli 27. listopadu 2022 jsme na adventních věncích zapálili první svíčku a to je znamení, že za čtyři týdny a pár dní nastane tak dlouho očekávaný sváteční čas. Děti již netrpělivě odpočítávají hodiny, které je dělí od Štědrého večera. Večera, který rozzáří tolik očí a vykouzlí úsměvy ve tvářích mnohých z nás. Nejde však jen o dárky, které najdeme pod vánočním stromkem. Vánoce jsou spojené s obdobím, kdy bychom se měli konečně zastavit, zklidnit mysl. Časem, kdy bychom si měli udělat chvíli na setkání se svými rodinami, kamarády i přáteli. Období rozjímání... Nenechme si tyto dny pokazit shonem, tlačení se ve frontách ve velkých obchodních řetězcích. Zajdeme si raději na koncert či se jen tak projdeme po rozsvícených ulicích. Nasávejme atmosféru, která přichází jen jednou za rok.

Rok 2022 se pomalu chýlí ke svému závěru. Navzdory ústupu covidových let nás všechny zaskočila jiná, velmi nelehká doba. Má dopad na nás na všechny. Věřme, že se vše opět v dobré obrátí, a těšme se z malých drobných radostí i malých věcí, které si dokážeme najít v šedi všedních dnů.

Vážené dámy a pánové, přeji Vám krásné a požehnané Vánoce.

V roce 2023 Vám a Vaším blízkým přeji především pevné zdraví a samé dobré lidi kolem sebe.

S úctou

PhDr. Eva Kunátová Holečková, MBA

ředitelka domova



Co v tomto čísle najdete

Vážení a milí čtenáři.....	2
Vážení obyvatelé našeho domova, vážení spolupracovníci.....	4
Krátké poohlédnutí za uplynulými měsíci	5
Veřejná sbírka.....	7
Valorizace důchodů a výchovné od ledna 2023.....	7
Volba prezidenta České republiky	8
Vánoční pozvánka na oddělení B.....	9
Mráz.....	10
Schodiště pod klenbou	10
S tebou mě baví svět.....	11
Chodovská šipka 2022	12
Nepovedený čmelák	13
Jak jsme v domově slavili svatého Martina?.....	14
Narozeninové posezení	16
Tvoření v dílně ručních prací a vánoční jarmark	17
Ježíškova vnoučata 2022	18
Vraťme úsměv 2022 Restaurace Maple	21
Dárkové balíčky z Klešic	22
Charita a její aktivity v domově	22
Kdo je kdo v našem domově?	27
Koutek trénování paměti	34
Přehled akcí konaných v našem domově ve 4. čtvrtletí 2022	36
Správné řešení úkolů z Koutku trénování paměti ze stran 34 - 35	37
Svoje narozeniny budou slavit	38
Noví obyvatelé našeho domova	40
S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili.....	40

Vážení obyvatelé našeho domova, vážení spolupracovníci,

přeji všem spokojené prožití vánočních svátků, pohodu, klid a radost.

Po celý nový rok 2023 ať Vás provází pevné zdraví, láska, porozumění a úcta.

Všem spolupracovníkům děkuji za odvedenou práci, která nejde dělat
bez srdíčka a podpory rodiny.

*Alena Vitvarová
vedoucí přímé péče*



Krátké poohlédnutí za uplynulými měsíci a co plánujeme v následujícím období

Vážení čtenáři, dovoluji mi, abych se s Vámi podělila o krátké shrnutí uplynulého čtvrtletí.

Mezi nejdůležitější záležitosti řadím důkladnou přípravu a samotné zpracování rozpočtu pro rok 2023. Věřte, že v současné době, kdy nevíme, jak se ekonomika bude nadále vyvíjet, to není zcela jednoduché. Na přípravě rozpočtu se podíleli všichni vedoucí pracovníci domova. Snažili jsme se do něj zahrnout veškeré neodkladné záležitosti.

A co jsme rozjednali či předpřipravili pro nové období, které je před námi? Níže uvádím stručný výčet mimořádných aktivit:

- zpracování projektu Revitalizace louky přiléhající ke spojovací chodbě;
- založení veřejné sbírky s účelem určení: pořízení pomůcek pro aktivizaci a pokrytí nákladů na kulturní a společenské akce pořádané v domově;
- zahájení revize elektrospotřebičů v soukromém vlastnictví klientů;
- domluvená spolupráce s MUDr. Hanou Polákovou - specializace v oboru geriatric, od 1. ledna 2023;
- navázání spolupráce s nutriční terapeutkou paní Ludmilou Dostálkovou, profesionálkou ve svém oboru (zaměření na malnutriční klienty a úpravu podávané stravy), od 1. ledna 2023;
- přípravná fáze vylepšení webových stránek domova;
- příprava nových portrétových fotografií většiny zaměstnanců, které budou aktualizovány na všech informačních tabulích domova;
- do konce roku budou instalovány nové vany (akce byla objednána již za vedení pana ředitele Ing. Petra Mazury);
- dokončen projekt EPS (elektrické požární signalizace) pro celou budovu domova (projekt běžel za vedení pana ředitele Ing. Petra Mazury);
- nové akce pro klienty: narozeninová setkávání, oslava sv. Martina.

A co nás čeká v blízké budoucnosti, tedy s příchodem roku 2023?

Velké investiční výdaje budou souviset například s realizací a instalací elektronického požárního systému, který by v případě vzniku požáru detekoval kouř. Tato investice souvisí s legislativní povinností. Opatření je dáno zákonem, a to z důvodu prevence zabránění šíření případného požáru. Realizace bude probíhat v etapách během celého roku.

S tímto krokem souvisí i nepopulární záležitost, která se dotkne kuřáků. Od nového roku budou v domově zrušeny kuřárny uvnitř budovy. Kouření bude

možné pouze vně budovy - ve venkovních vyhrazených prostorách. Klientů, kteří aktivně kouří, je v domově 20 (ze 159). S klienty osobně pohovořím a věřím, že se dohodneme na tom, jakým způsobem zajistíme volné opuštění budovy v případě potřeby nočního kouření, a to při zajištění bezpečnosti celého objektu - ať již ostatních klientů, zaměstnanců, majetku domova. Uvolněné prostory budou revitalizovány a připraveny pro využití všech klientů domova i jejich rodinných příslušníků. Na návrh Ing. Petra Mazury přistoupíme k realizaci vzniku nového jednolůžkového pokoje (místo kužárny na oddělení L1) a zrušení dvoulůžkového pokoje na téže patře - namísto něho bude pokoj také jednolůžkový. Tato změna opět souvisí s vyšší kvalitou nabízené služby. V následujících měsících nás čeká výmalba interiérů společných prostor (vyplývá z provozního řádu domova) a změna drobných doplňků na chodbách či ve společenských místnostech.

Mezi významné záležitosti patří již dříve plánovaná oprava dvou koupelen z důvodu zajištění jejich bezbariérovosti. Věřím, že tato úprava bude vést k vyššímu standardu poskytované služby. S opravou bylo počítáno v minulém období, ale z ekonomických důvodů ji nebylo možné realizovat.

V rámci energetické úspory dojde postupně k výměně osvětlení na LED žárovky a zářivky.

V přízemí bude zřízena kavárna pro klienty, rodinné příslušníky i zaměstnance. V sortimentu kavárny budou zpočátku káva, čokoláda, čaj, víno, nealkoholické nápoje, zákusky a chlebičky. Uvidíme, jaký zájem o nabízenou službu bude, a dle potřeb se nabídka bude rozšiřovat.

Od nového roku budou pracovníci domova vybaveni novými ochrannými prostředky – oblečením s jednotným barevným rozlišením dle pracovních pozic. Touto změnou docílíme lepší orientace samotných klientů a rodinných příslušníků – kdo má jaké pravomoci a kompetence. Samozřejmostí je zrealizovat všechny již výše uvedené předpřipravené aktivity, na kterých jsme pracovali na konci roku 2022.

Výzev je mnoho a věřím, že vše společně zvládneme.

PhDr. Eva Kunátová Holečková, MBA
ředitelka domova

Veřejná sbírka

Snažíme se, aby klienti našeho domova měli možnost zde aktivně a různorodě trávit svůj volný čas. Akce zajišťujeme za pomoci našich zaměstnanců nebo externistů. Velmi oceňujeme úzkou spolupráci s organizacemi města Heřmanův Městec, které nám pomáhají zpestřovat program. Na narozeninových posezeních dělá velkou radost oslavencům návštěva dětí ze školní družiny. Děti z mateřské školy Jiráskova přišly pográtulovat ke Dni matek, společně s klienty si užily sportovního dne a v adventním čase nám zazpívaly vánoční písně. Veselo bývá také při setkáních se skautkami pod vedením Aleše Jelínka.

Kulturní program se nemůže obejít bez různých profesionálních hudebních a jiných vystoupení, se kterými však souvisí určité finanční výdaje. Vedení domova za tímto účelem založilo veřejnou sbírku, kdy vybrané finance poslouží k pokrytí nákladů na kulturní a společenské akce nebo pořízení pomůcek pro aktivizaci klientů. Sběrka byla zahájena 1. listopadu 2022 a je vyhlášena na dobu neurčitou. Lze do ní přispět hotovostí do pokladny nacházející se v přízemí domova vedle kanceláře sociálních pracovníků nebo bezhotovostně na transparentní účet s číslem **123-8469960267/0100**.

Domov pro seniory Heřmanův Městec

Transparentní účet



DOMOV PRO SENIORY HEŘMANŮV MĚSTEC

123-8469960267/0100
CZ14 0100 0001 2384 6996 0267
Majitel účtu: Domov pro seniory

Valorizace důchodů a výchovné od ledna 2023

Od začátku roku 2023 se opět zvýší všechny důchody – tedy nejen starobní, ale i invalidní a pozůstalostní. Tentokrát půjde o řádnou valorizaci, což znamená, že se bude týkat obou složek důchodů. O 140 korun dostanou přidáno všichni, bez ohledu na to, kolik pobírají. K tomu se zvedne i takzvaná

procentní výměra, a to o 5,1 procenta. Průměrný starobní důchod by se tak měl po Novém roce zvýšit o 825 korun.

U klientů, kteří nemají na plnou úhradu za pobyt a stravu, dojde od ledna k přepočtu platby. Opět bych tedy chtěla poprosit naše obyvatele, kteří nemají na plnou úhradu a obdrží důchodový výměr, aby ho předali k nahlédnutí na sociální oddělení.

Přiznaný starobní důchod se od příštího roku zvyšuje o tzv. výchovné, které v roce 2023 činí 500 korun na každé vychované dítě. Nárok na výchovné má vždy pouze jeden z rodičů, a to ten, který o dítě celodenně pečoval. V praxi bude výchovné ve většině případů přiznáno ženám, což je i legislativním záměrem, aby se snížily rozdíly ve výši důchodu mužů a žen. Těm ženám, které už důchod pobírají, se výměra od ledna 2023 zvýší automaticky podle počtu vychovaných dětí. Mužům - otcům, kteří celodenně pečovali o své děti, může být přiznáno na základě žádosti. Výchovné navýší procentní výměru důchodu a v dalších letech bude v rámci procentní výměry důchodů valorizováno.

*Mgr. Petra Linhartová
vedoucí sociálního oddělení*

Volba prezidenta České republiky

Volba prezidenta České republiky je naplánována na 13. a 14. ledna 2023. Současnému prezidentu Miloši Zemanovi skončí druhé funkční období 8. března 2023. Volí se, stejně jako v ostatních volbách, vždy v pátek od 14 do 22 hodin a v sobotu od 8 do 14 hodin. Prezidentem je zvolen kandidát, který získá nadpoloviční většinu všech platných odevzdaných hlasů. Když k tomu nedojde, koná se za čtrnáct dní druhé volební kolo, což by letos připadlo na 27. a 28. ledna 2023, do kterého postupují dva nejúspěšnější kandidáti z kola prvního.

Domov pro seniory spadá do volebního okrsku v hasičské zbrojnici. Pokud budete chtít volit v této volební místnosti, je nutné, abyste si doprovod domluvili s rodinou. Doprovody za tímto účelem náš personál nezajišťuje.

Voliči, kteří chtějí hlasovat, ale nemohou volit ve volebním okrsku v místě svého trvalého pobytu, budou na základě písemné žádosti zapsáni do zvláštního seznamu voličů, nejpozději do pondělí 9. ledna 2023. Prosíme o včasné nahlášení na sociálním oddělení. Týká se to voličů s trvalým pobytem v jiné obci, ale také voličů z Heřmanova Městce, kteří mají trvalý pobyt v jiném volebním okrsku než v tom, v němž se zařízení nachází.

K těm z Vás, kteří by chtěli volit a nemají možnost se do volební místnosti v hasičské zbrojnici dostavit, přijdou členové volební komise s volební urnou. Je tedy nutné, abyste se včas přihlásili na sociálním oddělení. Volební komise Vás navštíví v pátek 13. ledna 2023 mezi 14. a 16. hodinou na pokoji.

Klientům, kteří mají trvalý pobyt v domově, anebo jsou zapsáni do zvláštního seznamu voličů, budou doručeny volební lístky s informacemi v předstihu.

*Mgr. Petra Linhartová
vedoucí sociálního oddělení*

Vánoční pozvánka na oddělení B

Příroda pomalu usíná a ukládá se k odpočinku, avšak naše zimní zahrada na oddělení B se probouzí. Přijměte pozvání ve vánočním čase a přijďte se pokochat jemnou krásou orchidejí, které by měly téměř všechny kvést.

Jen chci pěkně požádat, obdivujte je pouze očima a neotevírejte v jejich blízkosti okna. Orchideje nesnáší chlad a průvan.

Přejeme Vám všem klidné a pohodové svátky a do nového roku především zdraví a spokojenost.

*Helena Hnidková
pracovnice přímé péče z odd. LO a B*





Mráz

Jaro, podzim, zima,
mráz už zase do oken zírá,
po skle dovádí si umělci
s bílou barvou na štětci.
Ostře ryjí v jinovatce,
něco dlouze, něco krátce,
zde loubí růží, jinde prostor hladký,
mrazíci po oknech provádí své hrátky.

Schodiště pod klenbou

Stojím uprostřed padajících schodů,
zpoza lesních kopců nese se hlas zvonů,
pod nohama křupavě sníh se valí,
nade mnou hvězdné nebe jako klenba
katedrál.
Dostat se tak až nahoru mezi hvězdy,
komety dál vesmírem by mě vezly,
možná bych zahlédla, co všichni hledají,
asi až někde za těmi hvězdami.

*Autorkou básně i kresby je naše
klientka z oddělení L2,
paní Miroslava Musilová.*



S tebou mě baví svět



V úterý 8. listopadu 2022 zemřela ve věku 81 let scénáristka a režisérka Marie Poledňáková. Kdo by neznal její filmy - Jak vytrhnout velrybě stoličku, Jak dostat tatínka do polepšovny, Kotva u přivozu, Dva lidi v ZOO, Jak se krotí krokodýli nebo můj hodně oblíbený Líbáš jako Bůh. Všechny její filmy nás pohládily po duši a viděl je snad každý. Vždyť když procházíte naším oddělením D4, můžete často zaslechnout hlas Tomáše Holého z televize na chodbě, kde na naši kulturu myslí moje milá kolegyně Ilona Vobejdová.

Marie Poledňáková pracovala jako asistentka režie v Československé televizi, režisérka a scénáristka ve Filmovém studiu Barrandov a v roce 1990 byla dokonce spoluzakladatelkou akciové společnosti FTV Premiéra, nyní TV Prima, která získala první licenci pro soukromé televizní vysílání v Česku.

V roce 1982 natočila velmi úspěšnou komedii S tebou mě baví svět, která roku 1998 zvítězila v divácké anketě s názvem „Volíme veselohru století“.

Marie Poledňáková měla jednoho syna, byla rozvedená. Jak sama v jednom rozhovoru řekla: „Kdybych neměla život těžkej, tak bych nemohla psát veselohry.“

Její filmy zaměřené na rodinu, bez politických motivů, nás prostě bavily a baví, jen se bohužel už žádných dalších nedočkáme.

Jana Radilová

staniční sestra oddělení D3, D4

[Marie Poledňáková] In: *commons.wikimedia.org* [online]. 24. ledna 2010 [cit. 2022-12-14].

Dostupné z: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Marie_Polednakova.jpg



Chodovská šipka 2022

Ve středu 12. října 2022 se tři nadšení sportovci našeho domova (p. B. Moškaničová, p. M. Polínek, p. V. Havel) zúčastnili šipkového turnaje domovů pro seniory pořádaného v Domově pro seniory Praha - Chodov. Akce jsme se zúčastnili již poněkolkáté a je potěšující, že se každý rok setkáváme se známými tvářemi z řad sportovců z jiných domovů, ale i s usměvavými pořadatelkami. V dopoledních hodinách probíhá samotný šipkový turnaj, kdy se v hodech průběžně vystřídá všech deset družstev, přičemž soutěž je uzpůsobena i pro vozíčkáře. Aby to nebylo líto doprovodům, i oni mohou následně ukázat, jak dobře umí na terč mířit. K obědu je vždy tradičně svíčková omáčka a po uspokojení chuťových buněk následuje vyhlášení výsledků. Ani v letošním roce se nám nepodařilo umístit se na předních příčkách, nicméně jsme neskončili ani poslední – osmé místo bylo naše. S ohledem na motto „*Není důležité vyhrát, ale zúčastnit se*“ jsme nesmutnili a užili si hudební zážitek z živého vystoupení Stanislava Hložka.

Na akcích podobného typu si vždy uvědomím, jak velkou roli hraje vnitřní nastavení člověka - jeho elán, vůle k životu, chuť být aktivní. Opět jsme se zde zdravili se sportovcem z jednoho z pražských domovů, který letos oslaví devadesáté narozeniny. Sympatický a usměvavý pán má zhoršenou možnost chůze, pohybuje se na vozíku. S nadšením se pustil do soutěžního klání, a i když se mu ne vždy dařilo, na jeho dobré náladě to neubralo. Při odjezdu mě překvapilo, že byl schopný se z vozíku pouze za mírné dopomoci „vyhoupnout“ do zvýšeného vozidla Volkswagen transportér. Kdo chce, ten dokáže hodně.

Také každý rok vidáme muže středního věku, je mu asi 45 let, který bohužel v důsledku závažného zdravotního onemocnění má velmi výrazně omezenou mobilitu, na nohy se vůbec nepostaví a vozík musí mít speciálně uzpůsobený. Věkově vlastně vůbec nespadá do domova pro seniory, nicméně ve své životní situaci bohužel nenašel jiné řešení. S vervou sobě vlastní naházel šipky do terče, kdy většina z nich se blížila nebo dokonce dotýkala středu terče, tudíž bodové hodnocení bylo vysoké. Přispěl k získání třetího místa pro pořádající domov pro seniory Chodov. Ze svého úspěchu měl velkou radost. Sportovat se tedy dá v každém věku, i ve zhoršeném zdravotním stavu.

Ráda bych poděkovala sportovcům reprezentujícím náš domov, paní Bohumile, panu Milanovi a panu Václavovi, že taktéž nám všem jdou příkladem svou touhou a odvahou. A přestože výsledky vždy nemusí být takové, jaké bychom si přáli, je důležité se toho nezaleknout, nevzdávat se a bojovat.



*Mgr. Lenka Kellerová
sociální pracovnice*

Nepovedený čmelák

Jak jistě víte, kuřáci se ke kouření vždy schází. Tak je tomu i tady. Paní Řezáčová nám to u prádelny pěkně upravila. Vysázela spoustu květín. Hledíky, astry a hlavně afrikány. Samozřejmě tam přilétají včely a čmeláci. Jednou přiletěl „nepovedený“ čmelák. Byl tmavě hnědý a hrozně jsme se tomu divili. Ven na vzduch přišla sestřička Vanda. Ta nám řekla, že je to drvodělka. V neděli mi přišel na návštěvu syn a ten ji vyfotil. Tak se všichni potěšte.



klientka oddělení B

A zde pár informací o této zajímavé návštěvnici.

Největší představitelky čeledi včelovitých připomínají svou velikostí i tmavou barvou spíše čmeláky, ale jsou to včely samotářky. Některé jsou velké dokonce až 3 cm, a proto si je lidé často pletou s čmeláky. Svou velikostí a černou barvou s kovovým leskem někdy vzbuzují v lidech obavy ze stejně velkého žihadla. Ve skutečnosti jsou poměrně neškodné, na člověka většinou neútočí, nejsou agresivní. Jsou spíše bojácné a z květů okamžitě odletí, jakmile vás spatří. Drvodělky jsou nepřehlédnutelné nejen svým zjevem, ale i hlučným a rychlým letem. Drvodělky, samičky i samečci, přezimují v prasklinách starých stromů a trámů nebo ve škvírách zdí. Včely samotářky hnízdí většinou ve ztrouchnivělém mrtvém dřevě, ve kterém si vydlabávají chodbičky, dlouhé až 30 cm, které ústí do komůrek, do kterých později matky nakladou vajíčka. Jakmile si oplodněná samička připraví hnízdo, rychle sbírá pyl a nektar a ukládá ho do šesti až osmi plodových komůrek. Spolu se snesenými vajíčky pak komůrky uzavře a po osmi týdnech se z nich vylíhnou mladé drvodělky. V té době umírá stará generace a mladé drvodělky se pilně vykrmují nektarem, aby před zazimováním dobře zesílily. Nejčastěji potkáte asi drvodělku fialovou. Má černé tělo, porostlé krátkými chlupy a černá křídla s kovovým, nařezaně zeleným leskem. Dorůstá do délky až 3 cm a rozpětí křídel mívá až 4 cm.



SEDLÁČKOVÁ, Simona. Drvodělka, obří včela samotářka, je neškodná a užitečná. Vaší zahradě prospěje. In: living.iprima.cz [online]. 3. března 2021 [cit. 14.12.2022]. Dostupné z: <https://living.iprima.cz/zahrada/drvoedelka-fialova-velka-mala-vcela-samotarka-vyskyt>

Jak jsme v domově slavili svatého Martina?

V pátek 11. listopadu 2022 se v domově uskutečnil první ročník akce spojené se svátkem svatého Martina. Samotné obědové menu bylo laděné k dané příležitosti – klienti i zaměstnanci si pochutnali na pečené huse s dvoubarevným

zelím a dvou druhích knedlíků. Od 13,30 hodin se ve společenské místnosti konalo posezení se sklenkou vína. V úvodu se přítomní seznámili s příběhem svatého Martina a s tradicemi či pranostikami, které se ke slavení jeho svátku vážou. Nebylo by sváteční události, kdyby nezacinkaly i skleničky s bílým a červeným vínem. K zakousnutí posloužilo slané pečivo vytvořené šikovnými klienty a pracovníci v dílně ručních prací. O hudební program se postarali žáci z místní základní umělecké školy v Heřmanově Městci, kteří předvedli repertoár různých hudebních skladeb v podání rozličných hudebních nástrojů.



*Mgr. Lenka Kellerová
sociální pracovníce*



Narozeninové posezení

S myšlenkou narozeninových setkání klientů, která se budou konat každý měsíc, přišla paní ředitelka. První posezení, které bylo určeno klientům narozeným v září, se uskutečnilo v říjnu 2022 a setkal se s pěknou odezvou. K příjemné atmosféře přispěla pěvecká návštěva Josefa Sochora, který je mezi klienty znám z TV Šlágr. V listopadu jsme pak pogratovali říjnovým oslavencům. Na toto i další setkání nám přijdou zazpívat děti ze školní družiny místní základní školy.



Tvoření v dílně ručních prací a vánoční jarmark

V našem domově je malá dílna, ve které se schází partička žen a dvě sestřičky. Zde se plete, háčkuje, šije, vyšívá, barví, lepí atd. Užijeme si při tom plno legrace. Blížil se první adventní týden, tak jsme měly co dělat, abychom stihly všechno vyrobit na vánoční jarmark. Sestřičky jsou moc šikovné, dovedou ze všeho něco hezkého udělat. Mají tolik nápadů, že se člověk nestačí divit. Konečně byla sobota 28. listopadu, den vánočního jarmarku. Stoly byly plné výrobků. Přišlo hodně lidí a hodně se toho taky prodalo. Kupující si potom mohli sednout a dostali od sestřiček tácek s cukrovím (které jsme také pekly) a výborný horký punč. A tak jsme krásně zahájili adventní čas.

*paní Emilie Fidrová
klientka oddělení B*





Ježíškova vnučata 2022

Ježíškova vnučata jsou celoroční projekt Nadačního fondu Českého rozhlasu, jehož hlavním vrcholem je předvánoční sbírka. Na webu **jeziskovavnoucata.cz** mají lidé, vždy od poloviny listopadu, možnost vybírat si z tisíců přání seniorů, která následně plní. Souběžně se seznamem je otevřená také finanční sbírka, díky které je možné hradit nákladná přání, na které jednotlivci nestačí.

Ježíškova vnučata vznikla na podzim roku 2016. Novinářka Olga Štrejbarová si při jednom svém natáčení uvědomila, že opuštění lidé tvoří často až třetinu obyvatel domovů pro seniory. Vánoční dárek nedostali mnohdy roky a období svátků pro ně bylo spíš časem prázdnoty než radosti. Rozhodla se to změnit. Nápad byl na světě. Spolu se svými přáteli a dalšími nadšenci a dobrovolníky, kteří se soustředili kolem facebookové skupiny Ježíškova vnučata, dokázali splnit během dvou měsíců 600 vánočních přání babičkám a dědečkům v domovech pro seniory a dalších podobných zařízeních.

V roce 2017 spojila Olga síly s Českým rozhlasem, ve snaze dostat myšlenku mezi více zařízení pro seniory, i mezi více dárců. Od té doby se díky dárcům (Ježíškovým vnučatům) každoročně v předvánočním období splní kolem 16 tisíc hmotných a zážitkových přání seniorů. Ježíškova vnučata spadají od roku 2020 pod křídla Nadačního fondu Českého rozhlasu. Díky tomu je možné pořádat každoročně veřejnou finanční sbírku, která umožňuje uhradit nákladnější položky na seznamu, ale také plnit přání a potřeby seniorů v Česku celoročně. Nejen o Vánocích.

Ježíškovým vnučatům se již podařilo skrze seznam na www.jeziskovavnoucata.cz splnit kolem devadesáti tisíc přání seniorů.

Český rozhlas (nedatováno). Ježíškova vnučata. O nás. [online; cit. 2022-12-14]. Dostupné z: <https://jeziskovavnoucata.rozhlas.cz/p/o-projektu>

Český rozhlas (nedatováno). Nadační fond Českého rozhlasu. Ježíškova vnučata. [online; cit. 2022-12-14]. Dostupné z: <https://nadacnifond.rozhlas.cz/jeziskova-vnoucata-7790139>

Pár přáníček jsme poslali i my. Do Ježíškových vnučat vkládáme hlavně hromadná přání. Letos například country vystoupení - tento hudební žánr v našem domově není tak často hraný. Prosíme také o návštěvu harmonikáře a dalších muzikantů, kteří navštíví naše klienty na pokojích. Abychom potěšili i milovníky zvířat, požádali jsme o návštěvu speciálně vycvičených koček, o takzvanou felinoterapii.

Milým překvapením jsou pro mne individuální přání. Pan Jiří by si rád zavzpomínal na svého velkého koníčka a chtěl by se proletět znovu v motorovém rogalu. Paní Marii by potěšil nahraný pozdrav od jejího oblíbeného herce Vojty Kotka.

Budeme si držet pěsti, aby se právě ta naše zalíbila některému z Ježíškových vnučat.

Ježíškova vnučata nejsou ale pouze projektem na plnění přání. Tato nadace u nás v domově letos také finančně podporuje návštěvy zvířátek. Na chodbách našeho domova se tak pravidelně můžete potkávat s canisterapeutkami Olinou a Radkou a jejich pejsky, kteří navštěvují imobilní klienty na pokojích. Díky Zvěřinci na statku mají tito klienti občas i zpestření v podobě jiných druhů zvířat. Během tohoto roku se tak mohli potěšit se surikatou, kuřátkem, jehňátkem, štěňátkem, králíkem, agamou, želvou, poníkem a dokonce i hadem.





V zahradě našeho domova pak díky Zvěřinci na statku proběhla velmi oblíbená akce Mobilní zvěřinec. Canisterapeutka Olina a její kolegyně Veronika nám představily malou část svých zvířecích kamarádů. Nejedná se jen o běžná domácí zvířata jako pejsci, kůzle, jehňátka, kuřata, housata, malé prasátko, králíka, ale také o surikaty, želvy, agamy a několik hadů.



Paní Štumpfová z Úhřetic nás v srpnu navštívila se svým poníkem a povyprávěla nám, jak o takového poníka pečovat.



Všechny tyto programy byly v celkové částce 42 500 Kč hrazeny ze sbírky Ježíškova vnoučata a my jsme za to moc rádi.

Vraťme úsměv 2022 Restaurace Maple

I v této finančně nelehké době se paní Králová z restaurace Maple rozhodla dopomoci společně s ochotnými dárci „Vrátit úsměv“ našim klientům. I přes zkušenosti z loňského roku jsem byla velmi mile překvapena, s jakou rychlostí se opět přání našich klientů rezervují. Během čtrnácti dnů byla všechna zamluvena. Víím, že se stále opakují, ale paní Králové patří velké díky za její práci a čas strávený nad tímto projektem. Jí i dárcům pak děkujeme za jejich ochotu přinášet radost a vánočního ducha mezi naše klienty.

Vraťme úsměv
tam kam patří

Letos již po 4. plníme přání lidíček z domova pro seniory v Bazantnici v Hermanově Městci

Nikdo si nezaslouží samotu, kterou v této době prožívají, ukaž, že pořád je někdo, komu na nich záleží, splň jejich přání a vrať jim ten vzácný úsměv

přidej se k nám

Maple Restaurant

Akci pořádá: restaurace Maple Heřmanův Městec

Dárkové balíčky z Klešic

Jsme vděční za dlouhodobou spolupráci paní Miladě Svobodové z Klešic, která každý rok se svými přáteli udělá finanční sbírku a vytvoří pro všechny klienty domova pěkné balíčky s praktickým a chutným obsahem. I letos se tak stane a Vy se můžete těšit, že Vám Ježíšek díky místním dobrodárčům každému opravdu něco nadělí.



*Bc. Ilona Bínová a Mgr. Lenka Kellerová
sociální pracovnice*



**Oblastní charita
Chrudim**

Charita a její aktivity v domově

Diecézní charita Hradec Králové a její regionální pobočky si letos připomněly třicet let od svého vzniku. Služby Charity využívají různorodé cílové skupiny a bez jejího působení si už společnost, ale i potřební lidé, neumí život asi ani představit.

Jsme moc rádi, že v našem domově od roku 2015 spolupracujeme s Dobrovolnickým centrem Charity Chrudim. Dobrovolníci docházejí individuálně za klienty, povídají si s nimi a tráví s nimi volný čas. V posledních dvou letech nám dobrovolnické centrum nabídlo i řadu aktivit, které rozšířily nabídku akcí zde konaných. Pojďme si na následujících řádcích přiblížit, co se zde uskutečnilo.

Lidé se zálibou v dějinách českých i světových se při přednáškách paní Macháčové dozvěděli různé historické zajímavosti a souvislosti. O ptácích,

ktelé lze zhlédnout či uslyšet také v Heřmanově Městci, nám povídal a promítal fotografie pan Hellinger.



S dobrovolníky Charity jste si mohli na začátku června na naší zahradě také zasportovat, kdy na různých stanovištích jste prověřovali svoji sportovní zdatnost a zručnost. Všichni aktivní sportovci byli na konec odměněni diplomem a sladkostí.



Několik z Vás se zúčastnilo zábavného cvičení s paní Blehovou, která Vám předvedla další možné cviky vhodné k protažení svalů.



A aby kromě fyzického těla nezahálela i hlava, potrápili jste různorodými úkoly své paměťové buňky při aktivitě „Kdo si hraje, nezlobí“.



Program výtvarných technik byl přichystán pro ty z Vás, kteří rádi něco tvoříte. Mohli jste uplatnit svůj estetický cit a věříme, že se dostavila u mnohých i tvůrčí radost.



Charita je organizace zřizovaná katolickou církví, křesťanské zásady a principy se prolínají všemi jejími službami. Proto se několikrát odehrálo i biblické čtení, při kterém jste mohli vyslechnout křesťanské příběhy s hudebním a pěveckým doprovodem.



Uvedené akce Charity významně rozšiřují a zpestřují nabídku programů, které klientům v našem zařízení můžeme nabídnout. Neméně důležitou součástí je to, že všechny aktivity realizují bez finančních požadavků směřovaných k nám, což je v současné době zvýšených finančních nákladů velmi oceněnihodné.

Děkujeme Ing. Nell Stoupové a Ing. Ivaně Blehové za jejich entuziasmus a kreativitu, kterou do organizace akcí a spolupráce s námi přinášejí, protože i nám to dodává chuť a nadšení do další práce. Samozřejmě jsme vděční všem dalším dobrovolníkům, kteří pomáhali akce u nás zajistit, nebo svůj volný čas a energii nabídli individuálně našim obyvatelům. Všichni tak praktickými kroky realizují zásadu mít rád bližního svého, a to má velkou hodnotu pro všechny zúčastněné.

*Mgr. Lenka Kellerová
koordinátorka dobrovolnictví v domově*

Kdo je kdo v našem domově?



Paní **Vanda Běloušková** (61 let, žije v Heřmanově Městci) provázela seniory a jiné pacienty na jejich poslední cestě v hospici, jehož služby využívají lidé s nevyléčitelnými nemocemi v posledním stádiu choroby. Jak tuto práci vnímala a co jí pomáhá se odreagovat, si přečtete na následujících řádcích.

Jak dlouho a v jaké funkci v domově pracujete?

„Ve zdejší domově pracuji třetím rokem jako pracovnice v sociálních službách na oddělení L0 a B. Pro tuto práci jsem se rozhodla po dlouhé nemoci a následné smrti mé matky.“

Kde jste pracovala předtím?

„Po absolvování kurzu pro pracovníky přímé péče v Pardubicích jsem nastoupila do pražského domova pro seniory v Heřmanově Městci. Zde jsem setrvala pouze dva roky. Naskytla se mi totiž příležitost pracovat v nově postaveném Hospici v Chrudimi. S hospicovou péčí jsem již měla týdenní zkušenost v rámci kurzu, a to v Litoměřicích v Hospici svatého Štěpána. V Chrudimi jsem následně pracovala deset let. Každý mi říkal: „Já bych tam nemohl pracovat. Jak jsi tam mohla vydržet tak dlouho?“ Je pochopitelné, že i mě se dotýkaly životní příběhy, osudy a utrpení pacientů, o které jsme se starali. Práce to skutečně nebyla lehká. Naplňovalo mě však vědomí, že těmto lidem mohu jejich poslední cestu alespoň trochu zpříjemnit a ulehčit. Z tohoto pohledu se mi práce zdála smysluplná.“

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

„Radost mám vždy z toho, pokud cítím, že lidé, o které se starám, mě mají rádi.“

Co Vás baví na práci v domově pro seniory?

„Když je chvíle, ráda se na pokojích u klientů zastavím popovídat si o jejich životě, vyslechnout jejich starosti a zkušenosti.“

Co se Vám v práci nelíbí, co byste chtěla mít ve své práci jinak, nebo by se mělo změnit?

„Myslím si, že práce se starými lidmi by neměla být uspěchaná, stresující.“

Co Vás baví ve volném čase?

„Narodila jsem se v Orlických horách v lesácké rodině, kde jsem do svých deseti let žila se svými rodiči a dvěma bratry. Orlické hory mi přirostly k srdci, ráda se tam vracím. Baví mě toulky po horách, jak pěší, tak na lyžích anebo na trekovém kole. Mám ráda přírodu, zvířata, stromy, květiny. Hodně času trávím prací na zahradě, vycházkami s naším pejskem. Zajímám se o léčivé byliny. Lásku a úctu k přírodě jsem se vždy snažila vštípit jak svým dětem, tak později i vnoučatům. Stromy a zeleň mě vždy nabíjejí energií. Vždy jsem také měla ráda ruční práce, ale na ty si poslední dobou nějak nemohu najít čas.“

„Energii a odreagování mi přináší i zpívání při kytarách.“



Co byste přála (vzkázala) našim klientům?

„Hodně zdraví, spokojenosti a radostných chvil strávených s rodinou.“

Co byste přála (vzkázala) našim zaměstnancům?

„Aby je práce těšila. Také pěkné vztahy v rodině i na pracovišti.“

Máte nějaké přání, co byste chtěla, aby se Vám splnilo?

„Aby lidé byli více vnímaví a ohleduplní ke starším lidem, přírodě a k sobě navzájem.“

Děkujeme za rozhovor.



Paní Jaroslava Frymlová (89 let, Lány na Důlku) měla celý život naplněný prací. Zaujalo mě její nahlížení na současný stav věcí s přesahy do minulosti. Jedno z jejích přání mě opravdu pobavilo. Pokud se jej budete chtít dozvědět, musíte se začíst do následujícího rozhovoru.

Kde jste se narodila, kde jste žila?

„Narodila jsem se v Jezbořicích. Měli jsme tam takové malé hospodářství (prasata, koně, prasnice, deset hektarů pole), práce až nad hlavu. Byli jsme tři děti po pěti letech, nejstarší byla sestra, já byla prostřední a poslední byl bratr. V Jezbořicích jsem chodila do obecné školy a pak jsme přecházeli sem do Heřmanova Městce do měšťanky, až do patnácti let.“

„Tatínek zemřel v roce 1953, měl tuberkulózu, byla to zrovna krutá doba a maminka dělala všechno sama, i jezdila s koňmi, opravdu se nadřela. My jsme byli od narození zvyklí práci, museli jsme pomáhat kolem drůbeže a zvířátek, občas jsem ani nemohla jít do školy. Máma musela nakonec podepsat vstup do družstva, i když nechtěla. Jezbořice byly vyhlášené čistkami se sedláky – bylo tam hodně rodin vystěhovaných jinam, lidí zavřených ve vězení. Tatínek si nedal taky nic líbit, kritizoval vládu a byl odsouzený. Zavřeli by ho do vězení, jenže byl už v té době na umření, tak to vedení nemocnice nedovolilo. Umřel Gottwald a v Rusku Stalin, po smrti tatínka přišla amnestie i na jeho osobu.“

Jak běžel Váš život dál, kde jste pracovala?

„Vdala jsem se. Říkala jsem si, že do JZD pracovat nepůjdu, protože tam byla žebrota - máma dělala za 600 korun měsíčně. Když člověk chtěl jít pracovat jinam, muselo být od vedení obce podepsáno, že mě v obci nepotřebují. Jenže v Jezbořicích bylo málo lidí na práci, takže bych to potvrzení nedostala a musela jsem to udělat jinak - podfukem. Manžel byl z Čepí, tak jsem se tam přestěhovala. Tam mi to beze všeho podepsali a já šla shánět práci. Zrovna brali v Rybitví, později se to spojilo se Semtínem. Vzali mě pro začátek jen na úklid a na svačiny. Bylo to v době, kdy proběhla měnová reforma. Nebylo za to moc peněz, takže za dva roky jsem využila toho, že můžu jít dělat jinou práci - pracovat na jeřáb. Udělala jsem si kurz a vykládala jsem vagóny s elektromagnetem. Byla to špinavá a těžká práce se železnými pilinami, ale mně to nevadilo a nebála jsem se toho. Viděla jsem doma, že maminka musí taky zvládnout všechno, a i já jsem byla vedena k práci s nářadím. Na jeřábu

jsem dělala asi 7 roků. Potom jsem 24 let pracovala na výrobě ledu u čpavkových kompresorů, kde hrozilo riziko výbuchu. Dělala jsem na sedmém cechu, vedoucím byl pan Dibelka a to byl férový člověk. Všichni jsme byli spokojení, pomáhali jsme si navzájem. Vedle nás byla fosgenace, kde bylo také velké riziko havárie. Museli jsme nosit do práce s sebou masky – kdyby se něco stalo... Při jedné nehodě se tam přes sedmdesát lidí přiotrávilo.“

„Po mateřské dovolené jsem šla brzy do práce. O jedno dítě jsem přišla v těhotenství, pak už jsme měli jen jednoho kluka. Tomu byly dva roky, když jsem šla do práce, hlídala ho sousedka, když byl manžel i já v práci. Nakonec jsem v Semtíně pracovala až do důchodu, do kterého jsem šla oficiálně v 56 letech, ale dělala jsem tam až do 60 let.“

Kde jste s manželem bydleli?

„Dva roky jsme bydleli u rodičů manžela v Čepí. Nebylo to tam nic moc, tchýni jsem měla mizernou. Všechno jí vadilo, nedělalo to dobrotu. Bylo to v roce 1956, prodávaly se tehdy různé staré baráčky. Nebyli jsme nikdo ve straně, a proto jsme neměli nárok na byt. V Nemošicích se prodával jeden zděný domek. Chtěli jsme ho koupit. Moc korun jsem neměla, maminka mi chtěla přidat, ale moc toho sama neměla. Stálo to 15 000 Kč. Nakonec mi půjčil bratranec Pepík. Od rodičů manžela jsme nedostali vůbec nic, tchýně jen dělala mrzutosti a moc nám nepřála. Žili jsme tam a opravovali dům po odpoledních po práci, dělali jsme na tom oba dva. Víte, kolik jsem měla koleček malty, písku a všeho v ruce? U domu však nebyla žádná zahrada. Když kluk vyrostl, chtěl nějakou větší zahradu, aby mohl chovat nějaká zvířata. My už jsme měli všechno poplacený, tak jsme řekli, že mu pomůžeme. A zase jsem šetřila. Co jsem nevydělala a nenašetřila, tak jsem neměla. Udělala jsem si výherní knížku a představte si, že jsem na ni vyhrála 50 000 Kč. Koupil se dům na Lánech, syn se pak dal na chování všeho možného – slepic, držel až tři sta králíků. Postupně to tam renovoval.“



„My s manželem jsme hospodařili na zahradě - pěstovali jsme okurky, brambory, veškerou zeleninu. Z práce jsem jezdila na Lány a zase jsem se dřela. Bylo tam na 40 stromů. Jeden rok jsme sklídili 40 metráků jablek a to jsem oblézala všechno já – manžel nemohl na nohy a kluk se bál výšek. Úrodu jsme

pak vozili na trhy do Pardubic. Když zemřel manžel a já zůstala v Nemošicích sama, barák jsme nakonec prodali a já se do Lánů přestěhovala.“

Co jste ráda dělala ve volném čase?

„Pletla jsem na celou rodinu a háčkovala všechno možné – dečky, ubrusy, prostírání. Všechno v ruce. Namalovala jsem si z časopisů předlohy a podle toho obšívala. Udělala jsem toho spousty a všechno postupně rozdala.“



„Manžel rád maloval, mám tady jeho obrázek. Televizi jsme dlouho neměli. Tak jsme měli takové večery, že manžel si rozložil stůl, dal si tam barvičky a maloval a já na gauči vyšívala.“

„Než jsme koupili dům na Lánech, pořídili jsme si auto - škodovku. Jezdili jsme na dovolenou na rybník Řeka pod stan. Zajeli jsme i na Moravu – na Velké Dářko. V zahraničí jsme navštívili Rumunsko, podívali jsme se asi na tři dny do Bulharska a zpátky jsme se stavili u Balatonu. Byla jsem šetrná. Navařila jsem do sklenic, měli jsme sebou lihový vaříč, jídlo jsme si ohřáli.“

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

„Můžu říct, že jsme neměli bídu. Vždycky jsme se měli dobře. Nebála jsem se nikdy práce a vždycky jsem dělala, co bylo potřeba. Chytala se toho, co bylo, a snažila se za všechno něco vyzískat. Práce nám nebyla proti srsti.“

„Jsem hrdá na mého kluka, je hodnej. Udělá pro mě všechno, řadu věcí se mnou konzultuje. Je šikovnej a pracovitej.“

Je něco, co byste ve svém životě změnila?

„Neměla jsem všechno jen dobré. Neměli jsme dobré vztahy s tchýní, nepřála nám. S manželem jsme se měli rádi, ale jeho rodina stála za houby. O manžela jsem se od jeho padesáti let dost starala, byl hodně často nemocný. Nakonec mu přišli na to, že má leukémii a dávali mu jen pět let života. Vše je za námi, musí se to brát, jak to je.“ „V životě jsem si musela vždy umět poradit, jak se dalo. Když se mi někdy něco nelíbilo, nebála jsem se ozvat. Něco jsem prožila a daleko pro svůj názor nejdu.“

Jaký máte recept na dobrou náladu a vitalitu?

„Žiju, jak žiju. Nikdy mě nenapadlo, že tady budu ještě do devadesáti smrdět. Prodělala jsem řadu úrazů – když bylo klukovi asi dva roky, myslela jsem, že jsem přišla o ruce. Stalo se to v práci na jeřábu, mám jeden palec o třetinu kratší, prsty mi chtěla doktorka amputovat a mám je zmrzačené. Měla jsem mrtvičku na levou stranu a za sebou velkou gynekologickou operaci.“

„Důležité je nebyt líný. Rodiče nás měli k práci, nic se nám neošklivilo. Měli jsme ze všeho radost. Můj kluk je taky zvyklý makat, asi má něco vrozeného. Ted' mi přijde, že žádnéj nechce nic dělat, lidi jsou óbr líný. Děti jsou zvyklý, že jim rodiče všechno zařídí.“

„Řídila jsem se tím, že jsem si nebrala hned na všechno prášky nebo nechodím hned s něčím k doktorovi. Když mě něco bolí, snažím se třeba přijít na to, co by mi mohlo pomoci – ted' nedávno jsem zjistila, že musím brát ranní prášky úplně nalačno, jinak mě bolí žaludek, když je беру po jídle.“

Jak jste spokojená v našem domově pro seniory?

„Musela jsem sem jít, protože jsem doma hodně padala, dokonce jsem byla jednou v bezvědomí. Syn chodí na směny do práce, neměl se kdo o mě postarat.“

„Jsem tady spokojená, nemám žádné námitky. Slyšela jsem od více lidí, že se říká, že tenhle domov je tady v oblasti nejlepší. Máme tady spoustu jídla a jídlo je dobrý – denně máme nějaké ovoce. Vaří tady dobře, je to chutné, jsou tady výborné polívky. Nemůžu si naříkat na nic.“

„Chodila jsem s hůlkou, ale Hanička, zlatá holka ze cvičení, mi půjčila chodítko. Ona vždycky říká: "Já jsem taky od pusy, tak se spolu zasmějeme a pokecáme."

Co byste vzkázala (popřála) ostatním klientům?

„V první řadě všem hodně spokojenosti, neslyšela jsem, že by si tady někdo naříkal, vesměs jsou tady všichni spokojeni. Všem bych přála, i celému národu, aby tohle století bylo mnohem lepší, než bylo to, ve kterém jsem vyrůstala já. Aby byl klid, aby mozky byly klidný a ne bláznivý. Aby bylo opravdu dobře. Já nemám televizi a nechci ji, protože nevidím a špatně slyším. Když si pustíte televizi, akorát se tam hádají, není tam nic kloudného. Ale syn mě zvládá informovat. Je to blázelec. Všechno je šíleně drahý.“

„Další generace to nebudou mít lehký. Těm, co přijdou na svět, přeji, aby aspoň měli trochu blaho. Aby lidi na sebe nebyli jak psi. Víte, čím to všechno je? Jak se

změnil režim, stát nacpal lidem spoustu peněz a žádnéj si peněz pak nevážil. Ale čert vem peníze – ty nejsou nejdůležitější. Hlavní je zdraví, spokojenost a mít jeden druhého v lásce. Nebýt na sebe zlí, nenávistný. Myslím si, že dřív to tak nebylo, hlavně na vesnicích se scházeli sousedi na besedu a byli celkově víc pospolu.“

„Také se zmršilo školství – už před několika generacemi. My jsme se ve škole museli naučit číst, psát, počítat, to byl základ. A potom jsme byli vedení ke všemu. Mimo jiných předmětů jsme měli vaření, šití a ruční práce, pletení, všechno jsme se naučili a nebylo to nikomu na škodu. Dneska Vám mladá žába nebude umět přišít knoflík. Kluci šli zase na zahradu a učili se starat o zahradu – sázet sazenice, roubovat stromy apod. Umí teď někdo něco? I ti dnešní řemeslníci se musí hlídat, jestli tu práci dělají vůbec dobře. Musí se po nich jít jak policajt, můj syn Petr s tím má zkušenosti. Řemeslníci -,odborníci“- mu udělali například křivě dlažbu. Museli to rozbourat, vyházet a jiná firma to musela udělat znovu. A přišlo ho to samozřejmě draz.“

Co byste vzkázala (popřála) zaměstnancům?

„Aby neměli protivný obyvatelé, aby je někdo moc neotravoval a měly trošičku taky oddych. Já ty děvčata tady kolikrát lituji. Opravdu se namakají. Pracovnice na oddělení L1 jsou ochotné, hodné, slušné.“

„Hlavně zdravíčko všem, ať máte klidnou mysl, žádné velké starosti.“

Máte nějaké přání?

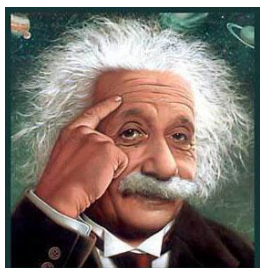
„Aby byla ve společnosti už všude pohoda – od vlády počínaje a až po ty dole. Aby lidi už mohli taky nějak žít a nejen, aby živořili. To neštěstí mezi lidmi trvá už mnoho let - od té doby, co nastal komunistický převrat. Kolik lidí pak bylo nešťastných, co jich muselo utéct do zahraničí a třeba těch inteligentních. Říká se, že třeba teď nejsou doktoři – řada lidí nesměla studovat, protože jejich rodiče třeba nebyli v KSČ. Ty, co to zavinili, už jsou nahoře.“

„Přála bych si Putina vystřelit na měsíc – já to v televizi naštěstí nevidím, ale když o tom slyším..... Rusy jsem nikdy moc nemilovala. Při ukončení druhé světové války potřebovali pomoc, pomáhali jim třeba naši letci a další lidi v Anglii. A pak když se po válce vrátili z Anglie do Čech, komunisti je pověsili. To bylo svinstvo. Přišla nová vláda, bylo to nařízený a my jsme museli být zticha. To naše osvobození od Rusů nás stálo hodně moc – padesát let, co jsme je krmili a starali se o ně.... Ne, že by teď bylo všechno ideální – lumpárny

se dějí vždycky a kdo se dostane nahoru, vždycky z toho kouká něco pro sebe získat.“

„Prostě celkově to další století, ať je lepší!“

Děkujeme za rozhovor.



Koutek trénování paměti

Když se řekne zima, každému se hned vybaví Vánoce. Na ně se také zaměříme v tomto trénování paměti. Užijte si příjemné chvíle se zimním koutkem trénování paměti.

1. Doplňte souhlásky a získejte tak začátky vánočních koled.

* = mezera mezi slovy

_ Ů _ _ E _ * _ _ O _ U * _ O * _ E _ _ É _ A, _ U _ _ A _ , _ U _ _ A
_, _ U _ _ A _ _ Á!

_ A _ O _ I _ * _ E * _ _ I _ _ U _ * _ Á _ , _ E _ E _ _ E _ E,

_ * _ Ů _ E * _ _ Í _ E _ * _ Y _ _ E _ ' * _ Á _ , _ A _ U _ _ E * _ E!

_ E _ E _ * _ Á _ * _ O _ I _ Y, _ O _ _ O U C H E _ _ E,

_ * _ E _ _ É _ _ É * _ A I Y, _ O _ O _ * _ E _ E.

_ _ Ě _ _ Í, _ _ _ A _ Í, _ O _ O _ * _ _ A _ Ý * _ I _ _ U _ E _ E * _

_ Á _ , _ E _ _ _ _ * _ A _ U * _ O _ _ O _ Á _ I * _ A _ * _ A _ I _ * _

_ Í _ _ Á _ .

_ Á _ _ I * _ O _ _ E * _ A _ A _ I, _ I * _ E _ _ E _ _ _ É _ * _

_ A _ A _ I, / : _ A _ _ O _ * _ A _ _ O _ * _ Y _ _ I _ O _ , _ A _ _ O _
* _ A _ _ O M * _ Y _ _ I _ O _ : /

CH _ Í _ , A _ Y * _ _ A _ , _ A _ * _ _ Í _ A _ A, _ Y _ Á _ _ O _ I;

_ A _ _ A * _ E _ * _ O _ O _ O _ A _ A, _ I _ Á _ _ O _ I.

2. Poskládejte z přesmyček názvy vánočního cukroví.

1. KOKSOKY
2. ČERPÍNKY
3. LENÁCIK ČOLEKAK
4. KAVONVÉLI KRYČOLÍH
5. ZORÁZVYK
6. PAKŽÍSĚŘ NYTIČKY
7. ZÝNAKY
8. NĚPLNÉ ECHOŘY
9. SOVÍ KÚLY
10. RAPCNY
11. SPISKBUKÝ CHČÍBELEK
12. EČEPENÉ VROUKCÍ
13. NÁČVONÍ TLAŠO
14. NAMICKRÁPY
15. ČOVÁNKA
16. KOKRAMÁNY



Zdroj: GLOZ, Zdeněk, 2020, Trénování paměti. In: *sardice.cz* [online], 23.12.2022. [cit. 28.11.2022]. Dostupné z: https://www.sardice.cz/evt_file.php?file=9201&original=pam%C4%9B%C5%A5%20-%20podzim%20-%202010.pdf

Luštění s vánočním nádechem pro Vás připravila

Bc. Ilona Bínová
sociální pracovníce

Přehled akcí konaných v našem domově ve 4. čtvrtletí 2022

Říjen

3. 10. 2022	Kdo si hraje, nezlobí (Charita)
5. 10. 2022	hudební vystoupení pana Tomáše Duspivy
12. 10. 2022	hudební vystoupení pana Vladimíra Pecháčka
12. 10. 2022	Chodovská šipka
17. 10. 2022	narozeninové posezení s vystoupením p. Josefa Sochora
18. 10. 2022	zpívání pro radost – pěvecký sbor Heřmánek
24. 10. 2022	cestovatelská beseda s panem Davidem Švejnhou

Listopad

1. 11. 2022	kavárna
2. 11. 2022	zpívání pro radost – pěvecký sbor Heřmánek
3. 11. 2022	pěvecké vystoupení p. Maškové Moniky "Pohádkové melodie" a povídání o vodičích psech
4. 11. 2022	návštěva skautů
5. 11. 2022	setkání s rodinami
11. 11. 2022	Svatomartinské posezení
21. 11. 2022	narozeninové posezení s vystoupením dětí z družiny
26. 11. 2022	adventní jarmark
28. 11. 2022	přednáška pana Romana Hellingera „Ptáci Heřmanova Městce“

Prosinec

2. 12. 2022	návštěva skautů s Barborkami
2. 12. 2022	paní Tereza Vašenkova - zpívání koled na pokojích
3. 12. 2022	pan Josef Piskač s krajtou Krajt'ou
4. 12. 2022	prodejní výstava věnců a vánočních dekorací
5. 12. 2022	návštěva Mikuláše ve školce
5. 12. 2022	živý betlém paní Olgy Němcové
6. 12. 2022	Mikulášská kavárna
7. 12. 2022	návštěva dětí ze školky
14. 12. 2022	narozeninové posezení s vystoupením dětí z družiny
17. 12. 2022	vystoupení pěveckého sboru Vlastislav
20. 12. 2022	zpívání pro radost – pěvecký sbor Heřmánek
21. 12. 2022	setkání s panem starostou Ing. Alešem Jiroutkem a paní místostarostkou Mgr. Zuzanou Dvořákovou
22. 12. 2022	cimbálová muzika

Šprávné řešení úkolů z Koutku trénování paměti ze stran 34 - 35



PŮJDEM SPOLU DO BETLÉMA, DUJDAJ, DUJDAJ, DUJDAJ DÁ!

NARODIL SE KRISTUS PÁN, VESELME SE, Z RŮŽE KVÍTEK VYKVE
NÁM, RADUJME SE!

NESEM VÁM NOVINY, POSLOUCHEJTE, Z BETLÉMSKÉ KRAJINY,
POZOR DEJTE.

ŠTĚSTÍ, ZDRAVÍ, POKOJ SVATÝ VINŠUJEME VÁM, NEJDŘÍV PANU
HOSPODÁŘI PAK VAŠIM DÍTKÁM.

PÁSLI OVCE VALAŠI, PŘIBETLÉMSKÉM SALAŠI, HAJDOM HAJDOM
TYDLIDOM, HAJDOM HAJDOM TYDLIDOM.

CHTÍC, ABY SPAL, TAK ZPÍVALA, SYNÁČKOVÍ; MATKA JEŽ
PONOCOVALA, MLÁČKOVÍ.

1. KOKOSKY
2. PERNÍČKY
3. LINECKÁ KOLEČKA
4. VANILKOVÉ ROHLÍČKY
5. ZÁZVORKY
6. PAŘÍŽSKÉ TYČINKY
7. ANÝZKY
8. PLNĚNÉ OŘECHY
9. VOSÍ ÚLKY
10. PRACNY
11. BISKUBSKÝ CHLEBÍČEK
12. NEPEČENÉ CUKROVÍ
13. VÁNOČNÍ ŠTOLA
14. MARCIPÁNKY
15. VÁNOČKA
16. MAROKÁNKY

Svoje narozeniny budou slavit

p. Novotná Hana	1. 1. 1933
p. Valentová Marie	2. 1. 1935
p. Novotná Jindřiška	2. 1. 1937
p. Kubelková Hana	3. 1. 1936
p. Řezáčová Ludmila	3. 1. 1942
p. Bláhová Marie	4. 1. 1948
p. Očková Milada	5. 1. 1928
p. Kubelková Eva	10. 1. 1937
p. Jirásek Ladislav	12. 1. 1944
p. Hanková Milada	18. 1. 1937
p. Macháčková Ludmila	19. 1. 1940
p. Školoudová Růžena	23. 1. 1930
p. Sršňová Marie	23. 1. 1934
p. Chobotová Marie	25. 1. 1943
p. Šimek Ladislav	25. 1. 1952
p. Beranová Marta	31. 1. 1931

p. Mejtská Věra	1. 2. 1940
p. Karbanová Danuše	5. 2. 1927
p. Zelenková Jana	5. 2. 1943
p. Danielová Ludmila	6. 2. 1932
p. Moškaničová Bohumila	6. 2. 1948
p. Korečková Ludmila	9. 2. 1931
p. Vaisová Věra	9. 2. 1942
p. Synek Jan	13. 2. 1942
p. Šulc Vladimír	16. 2. 1939
p. Rousková Jaroslava	19. 2. 1933
p. Nováková Jana	19. 2. 1943
p. Chmelík Jindřich	23. 2. 1930

p. Frymlová Jaroslava	25. 2. 1934
p. Málková Pavlína	26. 2. 1939
p. Těšíková Tatiana	5. 3. 1934
p. Volejník Otakar	6. 3. 1927
p. Bátěk Josef	6. 3. 1948
p. Honzů Miloš	9. 3. 1945
p. Marvanová Božena	14. 3. 1934
p. Smejkalová Zdeňka	20. 3. 1931
Mgr. Bakeš Oldřich	21. 3. 1943
p. Pecinová Anna	22. 3. 1931
p. Honzíková Miluška	23. 3. 1927
p. Tvrdíková Marie	25. 3. 1941
p. Kačová Marta	25. 3. 1950
p. Vais Josef	31. 3. 1928

Přejeme všechno nejlepší!



Noví obyvatelé našeho domova

p. Tóthová Olga 3. 10. 2022

p. Volejník Otakar 24. 10. 2022

p. Moučková Marie 26. 10. 2022

p. Volejníková Eva 10. 11. 2022

p. Chmelík Jindřich 25. 11. 2022

p. Turina Miloslav 1. 12. 2022

Přejeme příjemný pobyt!

S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili

p. Šejblová Hana 7. 10. 2022

p. Peřina Daniel 12. 10. 2022

p. Štefáček Josef 21. 11. 2022

Čest jejich památce!



Odchod do jiného zařízení

p. Radoušová Marie 7. 11. 2022

p. Skřivánek Antonín 22. 11. 2022



Náš domov

4/2022

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

Fotografie na titulní straně: Marie Hubáčová

Redakční rada:

PhDr. Eva Kunátová Holečková, MBA
Alena Vitvarová
Mgr. Lenka Kellerová
Bc. Ilona Bínová