

Náš domov

číslo 3/2015



Podzim 2015

Co v tomto čísle najdete

Vzpomínka na 14. září.....	3
Mohla jsem vidět anglickou královnu.....	4
Vystoupení country kapely.....	5
Muzikoterapie aneb Léčba hudbou	6
Vystoupení miniponíků	7
Vystoupení paní Vavřínkové.....	8
Projížďky kočárem po Heřmanově Městci	9
Sportovní hry v Lamperticích	10
Nemáte Aloe vera? Vystačíte si i s netřeskem!.....	11
Rotopedtours	12
Oslava narozenin nejstarší klientky domova.....	13
Balkónové květiny na oddělení L1.....	14
Dědovy vzpomínky	14
Čtverce vyrobené pro děti z Afriky (akce „Uplet' čtverec“).....	18
Kdo je kdo v našem domově?	19
Sbírky víček na charitativní účely	29
Význam křestního jména.....	29
Osmisměrka.....	33
Sudoku.....	34
Správné řešení osmisměrky a sudoku	35
Svoje narozeniny budou slavit	36
Noví obyvatelé našeho domova	37
S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili.....	38

Vzpomínka na 14. září

„*To kalné ráno, to si pamatuj, mé dítě*“ je začátek básně o 14. září, kdy v roce 1937 zemřel prezident T. G. Masaryk. Tuto báseň jsme často slýchali při vzpomínkách na našeho prvního prezidenta.

Ten den 14. září je také dnem, kdy se v roce 1886 narodil jeho syn, Jan Masaryk. Působil jako ministr zahraničí a jezdil do Heřmanova Městce do zámku, sedával v kovárně u pana Zrůsta a pozoroval jeho práci, chodil se koupat na plovárnu v Konopáči a pro městský Sokol se nám podepsal do dorostenecké kroniky slovy: „Sokolu zdar, sletu zdar, Jan Masaryk, občan Heřmanova Městce“. Byla to kronika – spíš linkovaný sešit formátu A4, ale bohužel při oslavách 100 let Sokola v našem městě byl tento list už vytržený. Někdo má pěknou památku.



*paní Jaroslava Rousková
klientka z odd. D3*



Na fotografii vlevo 1. československý prezident Tomáš Garrigue Masaryk, vpravo jeho syn Jan Masaryk, československý diplomat a politik.

Mohla jsem vidět anglickou královnu

Od dětství mám přítelkyni z Brna, která je o 6 let mladší než já, a stále spolu máme vztah jako vlastní sestřičky. Měla tatínka, profesora na gymnáziu v Brně, za války zavřeného v Mauthausenu a žila u nás v Heřmanově Městci (to jí byly tři roky). Vystudovala technický obor a pracovala jako asistentka na Masarykově univerzitě v Brně, jako mladá inženýrka zaváděla v pardubické Tesle počítače.

Už jako vdaná se zúčastnila zájezdu do Anglie s charitou do Cavendish. Tam jsou zařízení pro děti, nemocné a seniory v nádherném prostředí. Šťastně tady žijí a toto zařízení bylo a je stále podporováno miliardáři z celého světa. Bylo zřízeno Polkou, lady Sue Ryder. Studovala na univerzitě v Anglii a byla provdána za pilota, kapitána lorda Cheshire. Heslem Sue Ryder je „Child of My Love“ – „Dítě mé lásky“ a s péčí a laskavým úsměvem toto zařízení vede.

Adresa zní: Sue Ryder Foundation Headquarters' Cavendish, Sudbury, Suffolk. Je to zde pro postižené po světové válce a už je 80 těchto zařízení v 15 zemích, dnes už snad i v Praze má Sue Ryder taková zařízení. Moc jsem se těšila, že budeme spolu a že uvidím Anglii a snad to zvládnou.

Kdo přijde, má tolik možností pomáhat, třeba vozit nechodící nebo nemocné po parku mezi jednotlivými zámečky a pavilony a povídat si s nimi. Kdo chce, může vařit a pomáhat v kuchyni nebo s většími dětmi malovat nebo něco v dílničce vyrábět a věnovat se ručním pracím nebo pěstovat a ošetřovat květiny a pomáhat i s úklidem.

Těšila jsem se, že jako důchodkyně bych mohla s přítelkyní na 14 dní jejích prázdnin s ní do Anglie jet a naučit se pořádně konverzovat anglicky.

Ale měla jsem smůlu – nejdříve praskl můstek, vypadla korunka a ukrutná bolest zubů! Nastala léčba, trhání zubů a bylo po mé chuti pomáhat tam, kam jezdí s charitou z celé Evropy studenti a dobrovolníci. Světil se nový chrám v blízkosti této internacionální nadace a měla přijet anglická královna. Jedna Švédka, dvě Polky a moje přítelkyně z Brna byly vybrány, že se půjdou královně poklonit a předat jí vypěstované růže jako projev díky za její podporu této nadaci.

Takže jsem královnu neviděla, angličtinu pomalu zapomínám a už se v tomto věku asi nezlepším. Musela jsem se písemně ze zájezdu odhlásit. Moc toho lituju. Jen jsem dostala od přítelkyně dopis s fotografií usměvané lady Sue Ryder a prospekt nadace s obrázky zařízení.

*paní Jaroslava Rousková
klientka z odd. D3*

Vystoupení country kapely

*„My jezdíme do přírody a tam u vody stavíme stan.
Někde v mlázi, co nám schází, nás nikdo nerozhází, když hoří plán.“*

Text jedné z úvodních písní, které zahrála na vystoupení v našem domově pro seniory v úterý 14. 7. 2015 country kapela složená ze členů žijících v Heřmanově Městci a na Konopáči – paní Jiřiny Ondrušové (baskytara), pánů Josefa Hlíny (kapelník), Ládi Vacka (banjo) a Jiřího Vyskočila (bicí). Písničky s tematikou přírody, trampování, vůně táboráku reprodukovala hudební kapela prostřednictvím kytary, banja, elektrické basy a bubnů. Zejména při známějších melodiích si klienti, kteří zaplnili téměř celou kulturní místnost, notovali také. Leckteří zavzpomínali na chvíle z mládí, kdy třeba také jezdili s kytarami a partou kamarádů do lesů a zpívali a hráli šlágry jako *Jaro na Aljašce*, *Když jsem byl chlapec malej*, *Tennessee waltz*, *V dáli za horama* a další.

*Mgr. Lenka Kellerová
sociální pracovnice*



Muzikoterapie aneb Léčba hudbou

Co se týče televizních programů, v době prázdnin tradičně probíhá takzvaná okurková sezóna, během níž už po stopadesáté uvidíte Chalupáře. V našem domově je tomu ale jinak. I v horkých letních měsících se tu kulturně žije, a tak jsme v pondělí 20. 7. 2015 přivítali Divadlo Slunečnice z Brna s jejich hudebním pásmem Muzikoterapie aneb Léčba hudbou. Takže, pokud Vás právě trápil „splínosmutek“, nebo jste si jednoduše chtěli poslechnout pěkné známé písničky a strávit odpolední hodinku společně se svými přáteli a známými, byla naše kulturní místnost tou správnou volbou.

Divadlo Slunečnice jsme do našeho domova pozvali již podruhé. Tentokrát v jiném pěveckém složení. Letos jsme měli možnost obdivovat pěvecký um slečny Anety Žáčkové a pana Petra Pavlase, pro kterého jsme byli teprve třetím publikem v jeho umělecké kariéře.

V hudební hodině zazněly hity od Waldemara Matušky, Heleny Vondráčkové, Hany Zagorové, Judity Čerovské či Petra Nováka. Zavítali jsme do pohádky Tři oříšky pro Popelku a do muzikálu Rebelové. Příjemné vystoupení umělci zakončili duetem Život je jen náhoda od tria Ježek – Voskovec – Werich.

Muzikoterapie byla vystoupením na úrovni, s výborným ozvučením kulturní místnosti, profesionálním přístupem účinkujících, hojnou návštěvností a nadšenými ohlasy publika.

*Mgr. Petra Holubová
sociální pracovnice*





Vystoupení miniponíků

V sobotu 1. 8. 2015 jsme v naší zahradě mohli přivítat paní Štumpfovou s jejími dvěma miniponíky – Miou a Carmen. Přišli k nám pěšky z Úherčic, kde jsou ustájení, aby nám předvedli své artistické kousky. Skákání přes překážky, procházení mezi kužely, Mia se navíc uměla na pokyn převálit na záda, sedět na zadních a svou cvičitelku odměnila i polibkem. Předvedli nám také, jak se koně čistí, jak je třeba o ně pečovat, a poslechli jsme si povídání o tom, kdo to je vlastně shetlandský minipony. Po vystoupení koníci obcházeli naše klienty a čekali na dobroty. Za jejich šikovnost si vysloužili chleba, jablíčka a mrkev.

Přálo nám velmi krásné počasí, zahrada byla plná klientů a dětí, které se také přišly podívat. Jelikož nás paní Štumpfová se svými „svěřenkyněmi“ navštívila již podruhé a opět za velkého ohlasu, určitě nebudeme váhat pozvat je znovu.

*Mgr. Petra Linhartová
vedoucí sociálního oddělení*



Vystoupení paní Vavřinkové

Ve středu 12. srpna 2015 přijela naše klienty opět po několika měsících potěšit známými písničkami paní Šárka Vavřinková se svým kolegou. Za doprovodu kláves a houslí jsme se mohli zaposlouchat do písní mnoha žánrů, z nichž mohu jmenovat např. *La Paloma*, *Šťěstí*, *Láska bláznivá*, *Když si báječnou ženskou...* a mnoho dalších. Ani horkem, které v kulturní místnosti panovalo, se naši klienti nenechali odradit a přišli se zaposlouchat do zmíněných známých hitů a někteří si i zanotovat. Asi hodinové vystoupení se neslo v duchu příjemné nálady, což si v budoucnu jistě všichni rádi opět zopakujeme.

*Mgr. Petra Linhartová
vedoucí sociálního oddělení*



Projížd'ky kočárem po Heřmanově Městci

V Heřmanově Městci můžeme kromě dalších zajímavých míst navštívit i hřebčín, který je pobočkou Národního hřebčína v Kladrubech nad Labem. Vzhledem k tomu, že se hřebčín nachází nedaleko našeho zařízení, v květnu tohoto roku jsme do něj s klienty zavítali. Při naší návštěvě zrovna zapřahali za koně projížd'kový kočár, takže ze strany klientů vzešel nápad, zda by i oni mohli využít možnosti vyjížd'ky za koňským spřežením. V pátek 21. 8. 2015 se nám tento nápad podařilo zrealizovat.



Koňské dvojspreží dorazilo do areálu zahrady domova, kde jsme pomohli klientům do kočáru nastoupit – jedné jízdy se zúčastnilo šest klientů a jeden doprovod z řady zaměstnanců, který zaujal místo vedle kočího. Spřežení pak vyrazilo na objížd'ku Heřmanova Městce – okolo náměstí k vlakovému nádraží a Jiráskovou ulicí kolem sokolovny zpět. Do původního stanoviště dojížděli klienti s úsměvem, s radostí z jízdy a lítostí, že projížd'ka byla poměrně krátká. O svezení kočárem byl velký zájem, takže se těšíme v dohledné době na další spolupráci s hřebčínem, aby i ostatní klienti dostali příležitost si tento hezký zážitek na vlastní kůži vychutnat.

Další projížd'ky pro tři skupiny klientů jsme s heřmanoměsteckým hřebčínem domluvili na první zářijový pátek. Akce měla velký pozitivní ohlas, a stále se na všechny nedostalo, takže se na koníčky můžeme zase při nejbližší příležitosti těšit!

Vaše sociální oddělení

Sportovní hry v Lamperticích

Dne 10. 9. 2015 se v Domově důchodců v Lamperticích konal již 17. ročník Krkonošských gerontologických dnů. Klienti našeho domova jsou pravidelně zváni již 12 let na sportovní klání v šipkách a kuželkách. Během těchto let si naši klienti přivezli několik vyhraných pohárů z obou disciplín. Letošní ročník můžeme opět zařadit k těm velmi úspěšným. Z klientů se sportovních her účastnil pan Petr Fuksa z odd. L0 a pan Jiří Fenyk z odd. L2.

Oba dva hned na úvod vyhráli v tombole drobné dárky a panu Fenykovi se posléze podařilo porazit 28 soupeřů z ostatních domovů a vyhrát první místo v kuželkách a druhé místo v šipkách. Ano, je to tak. Ačkoliv byl pan Fenyk na této soutěži poprvé, hned si odvezl dva poháry ze šesti možných. Jako každý rok, aby nezahlélel doprovodný personál klientů, mají v Lamperticích i pro něj připravenou soutěž. Letos jsme neoblékali medvěda jako loni, nebo se nevozili na vozíku jako předloni, ale třefovali jsme se tenisovými míčky do bažantů. Této „střelby“ se účastnil náš pan údržbář Vítěk Bartoníček a vedoucí sociálního oddělení Petra Linhartová. A stejně jako naši klienti jsme byli úspěšní i my. Ze 16 hodů jsme se celkem trefili 9x, což byl nejlepší výsledek.

Co bylo ale nejdůležitější – panovala skvělá nálada, bylo veselo, k poslechu a tanci hrála muzika, k obědu nechyběl pověstný pálivý guláš a spousta a spousta dobrého jídla. Pan ředitel se se všemi návštěvníky loučil, jelikož za dva měsíce odchází do důchodu, ale doufá, že nastupující nové vedení bude i nadále v této příjemné akci v příštích letech pokračovat.

Domů jsme se vrátili v podvečerních hodinách přejedení a s dobrou náladou ☺

*Mgr. Petra Linhartová
vedoucí sociálního oddělení*





Nemáte Aloe vera? Vystačíte si i s netřeskem!

Netřesk patří mezi nejstarší byliny první pomoci. Účinky netřesku se dají téměř srovnat s účinky Aloe vera. Římané jej pěstovali na nádvořích v obrovských vázách a Karel Veliký nařídil, aby byla alespoň jedna rostlina vysazená na každé střeše. Měl ochraňovat před blesky a ohněm. Postupně se netřesk rozšířil do Evropy a později i do Ameriky.

Tato rostlinka se vyskytuje snad všude, kde jsou skalničky. Dá se říct, že každý, kdo má skalku, má na ní i netřesk. O tom, že má léčivé účinky, se už ale ví méně. Používá se kromě okrasy pro zdraví, ale také v kuchyni, je nenáročný na pěstování venku i v bytě.

Dužnina z listu pomáhá uzdravovat drobná poranění, bodnutí hmyzem, popálení kopřivami, léčí svědivé záněty kůže a bradavice, záděry, opařeniny i omrzliny. Netřesk je možné i zamrazit pro pozdní použití, po rozmrazení je stále účinný. Nebo jej můžete rovnou utrhnout na zahradě pro potřebu léčení klidně i v zimních měsících.

Obklady z rozmačkaných nebo jemně nasekaných listů mírní a léčí otoky – například po nějakém zhmoždění při pádu v koleni, na patě, na prstech nebo v zápěstí. Po opakované aplikaci zpravidla otoky zmizí. Pomáhá také odstraňovat kuří oka. Navlhčíme kůži okolo kuřího oka, přiložíme na kuří oko rozříznutý list netřesku dužninou na kůži a necháme působit několik hodin. Po té umyjeme nohu v horké vodě a pokusíme se kuří oko odstranit.

Nálev z listů netřesku proti zánětům v ústech, infekcím v krku a zánětům průdušek, proti zahlenění. Udělejte si klasický čaj, to je vlastně jiný název pro nálev – čerstvé nakrájené listy zalijeme vroucí vodou a necháme cca 10 minut odstát. Netřesk pomáhá i při zánětu středního ucha – přímo nakapejte čerstvou šťávu do ucha 2x až 3x za den. Jednoduchý nápoj z netřesku při horečce a zahlenění horních cest dýchacích. Přichystejte si sklenici čisté vody, do ní vložte několik omytých čerstvých lístků netřesku – nejlépe pokrájených a nechte nejméně jednu hodinu louhovat. Můžete přidat i oloupanou salátovou okurku. Sced'te a pijte vychlazené podle potřeby, nejvíce však 3 sklenice denně. Nálev, či jakékoliv vnitřní užívání se nedoporučuje dětem nebo těhotným ženám. Každopádně, když dítě ochutná netřesk, tak se neotraví.

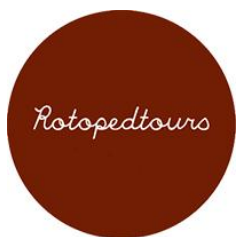
Chtěli byste mít tento přírodní léčivý zázrak doma? Není nic jednoduššího, než si ho vlastnoručně vypěstovat. Je opravdu velmi odolný, vytrvalý, mrazuvzdorný. Nejlépe se mu daří na sušších místech ve škvrách s trochou hlíny s pískem. Dnes je k dostání spousta kultivarů, které jsou pěstovány hlavně pro svou pestrost tvarů a barev. Aby si tyto kultivary zachovaly svou barevnost a rozmanitost, jsou trošku náročnější na vláhu a výživu. V chudé a vysychavé půdě tato pestrost zaniká. Pro její zachování bychom měli volit slunečné místo, půda může být výživnější, s příměsí kompostu, ale nehnojit! Dbejte jen, aby nedocházelo k moc velkým přísuškům. Netřesky jsou sukulentní rostliny, nesnášejí tedy dlouhodobé přemokření. Sázíme je tedy do míst, kde se nedrží dlouho voda. Pokud sázíme do nádob, zamezíme přemokření tak, že dbáme na odtok přebytečné vody a spodní vrstva květináče by měla být přibližně z jedné třetiny tvořena štěrkem.



Netřesk se množí nejjednodušeji pomocí listů zapíchnutých v hlinitopísčité půdě, nebo i pomocí celé růžice nebo malého výběžku s růžičkou. Jakmile růžice netřesku zesílí, tvoří sám výběžky a další růžice, tím se sám rozpíná po stanovišti. Časem mateční největší růžice vykvétá a tím zaniká, zůstává však po ní spousta dceřiných růžiček, které se zase dále rozrůstají. Netřesk se dá množit i pomocí semen – výsevem na jaře. Doporučuji jej vysévat do nádoby, protože je málo konkurenceschopný vůči jiným rostlinám. Jakmile si jej vypěstujete do velikosti, kdy se dá už přesadit (nebude mít prostě titěrnou velikost, ale alespoň 1 cm), vysazujte na stanoviště venku.

*Tip na zajímavý článek dodala
paní Jaroslava Šedová, klientka z odd. B.*

V měsíci říjnu 2015 se někteří naši klienti, kteří navštěvují relaxační centrum, zúčastní akce **Rotopedtours**. Co tato akce obnáší? Od 1. do 31. října 2015 se každému přihlášenému účastníkovi eviduje denní výkon v jízdě na rotopedu. Výsledky se následně sdělují organizátorům akce, kteří dne 10. 11. 2015 zveřejní celkové skóre všech účastníků. Hlavním cílem akce je motivovat lidi i ve starším věku k pohybové aktivitě. O průběhu akce a výsledcích Vás budeme informovat v dalším čísle.



Oslava narozenin nejstarší klientky domova

Je nepsaným zvykem a slušností, že u žen se neuvádí, kolikáté narozeniny právě slaví. V tomto případě však můžeme udělat výjimku.

Paní Turayová z oddělení L2 oslavila 15. září krásné 98 narozeniny. Je nejstarší klientkou našeho domova a může na to být po právu hrdá. Na svůj věk totiž vůbec nevypadá, je stále pěkně upravená a duševně je také stále svěží. V den oslavy rodina paní Turayové přivezla občerstvení pro všechny klienty i zaměstnance oddělení L2. Nejdříve si v kruhu rodiny paní poseděla v návštěvní místnosti a potom s klienty v našem obývacím. Celá zářila a bylo vidět, že je šťastná a spokojená. Všichni jí přáli, usmívali se a byla to moc příjemná atmosféra. Zákusky a chlebíčky všem chutnaly a tak všichni odcházeli spokojeni.

My, zaměstnanci oddělení L2, ještě jednou přejeme paní Turayové zdraví a spokojenost. Ať má stále svěžího ducha jako dosud a ve zdraví oslaví za dva roky sté narozeniny.

Kolektiv oddělení L2



Paní Turayovou najdete na fotografii uprostřed, v růžové blůzce.

Balkónové květiny na oddělení L1

Mnozí z Vás si jistě všimli, jak nám na balkonech oddělení L1 krásně kvetly květiny. I když bylo hodně teplé léto, pravidelně jsme zalévali a hnojili. Výsledek stál za to.

Oddělení L1



Dědovy vzpomínky aneb momenty ze života pana Otakara Haise

Měsíc září je pro naši rodinu několikrát významný. Začátkem měsíce si připomínám své narozeniny, brzy na to má narozeniny dcera Věra, dva dni na to narozeniny dcera Zdena a koncem září je výročí naší svatby, neuvěřitelných **67 roků** naší společné cesty životem. Ano, přátelé – už tolik roků – a stále spolu – nu což, nechá se to vydržet.

*pan Otakar Hais
klient z odd. B*

Při příležitosti těchto výročí složila dcera Zdeňka veršovanou vzpomínku:

VÁŽENÍ RODIČE!

Tak už je to 60...
čas tak rychle letí,
dnes přicházejí zdraví přát
dcery, zeťové,
vnoučata a jejich děti.

Vzpomínky se vracejí
jak na běžícím pásu:
Rosice, jámy a kopeček
i náš malý dvoreček.
Plynostav s veselou partou,
montáže s Horáčkem Jardou.
Čapkova lákavá zahrada ,
no to byla paráda!

Byla to vlastně klika
narodit se k vám.
Domov, táta a máma,
šťastné dětství s láskou –
to vám přísahám.

Nebyla to snadná doba
a penízků bylo třeba.
Vy mladí jste byli,
i na auto jste našetřili.
Jezdili jsme na výlety:
hrady, zámky, jeskyně,
nejčastěji do Hoštic,
místa poblíž Volyně.
Na kole zas do Chrásti
ach, proč se ten čas nevrátí?

Pak stěhování do Městce,
tak moc se mi nechce...
Jen Věře je to myslím fuk,
určitě tam za Bureše
bude jiný kluk!

Vigona – továrna
i tátova vodárna,
práce, přesčasy, pohotovost,
bylo toho na vás dost.
Věry puberta a moje učení,
starostí někdy až k zbláznění.
Ve výchově vždy důslední,
však to každá z nás dnes ocení!

A svatbami to neskončilo....
Lubošek, Marcelek, Jiříček
a Martinka nejmladší,
vy je máte nejradši.

Pomáháte dál i přes zdravotní potíže,
neujdete cesty kus
a sluch už taky horší se.
Neznáte slova „nemůžeme, nejde to“
a já čekám na léto (2008),
abych poděkovala.
Za co?
To víte přeci nejlíp sami.

**Tak ať jste tu ještě dlouho
mezi námi!**

Vaše dcery

Dědovy vzpomínky aneb momenty ze života pana Otakara Haise

„BEZ PRÁCE NEJSOU KOLÁČE“

Pracoval jsem u firmy PLYNOSTAV Rosice u Chrasti jako instalatér – zámečník – svářeč. Nejdříve v dílnách, pak i na montážích. Mnohému jsem se zde přiučil. Po třinácti letech pracovní poměr v červnu 1965 končím a nastupuji na vodárnu Chrudim, zatím na zaučení, s příslibem, že po dokončení stavby bytových jednotek nastoupím do Heřmanova Městce. V březnu 1966 konečně INSTAV předává HOTOVÉ bytovky a naše rodina se stěhuje z Rosic do Heřmanova Městce, kde nastupuji jako vedoucí provozního střediska.

Začátky nebyly lehké, na všechno jsem byl sám, vybavení nebylo žádné, nebylo náradí, zatím obsazují jednu bytovou jednotku (dílna + kancelář). Po částech doplňuji vybavení – postupem se hlásí noví zaměstnanci. INSTAV dokončuje výstavbu nového provozního střediska a my se můžeme přestěhovat z bytovky do nového. Přebírám dílnu, garáže, sklad i sociální zařízení. Konečně můžeme postupně doplňovat sklad, vybavení dílny, do garáže dopravní prostředky, takže můžeme snáz objíždět svěřený rajon, který je velmi obsáhlý.

INSTAV postupně dokončuje objekty – přebírám vodojemy Heřmanův Městec, Kostelec, Prachovice, Seč, Třemošnice, Míčov i vodovodní síť v těchto objektech.

Tak jsem se postupně zapracoval, práce mě celkem bavila, stále mezi lidmi, nové přípojky, osazování vodoměrů, případné poruchy. Postupně zařizujeme další obce, takže se naše provozní středisko rozvíjí a mohutní, zvyšuje se počet zaměstnanců i přebírám další dopravní prostředky.

1. 7. 1969 přebírá provoz nový vedoucí – technik V. Hůlka, který se bude starat o organizování práce, a já budu obstarávat řemeslné práce. Prožil jsem na vodárně chvíle radostné i smutné, oslavil jsem čtyřicátiny, padesátiny a dožil jsem se i šedesátin. Plnil jsem svoje pracovní povinnosti (snad úspěšně) plných 23 roků. Končí rok 1987 a já od 1. 1. 1988 odcházím na zasloužený odpočinek: DŮCHOD.

pan Otakar Hais
klient z odd. B



Fotografie bytového domu v Heřmanově Městci, kde bydleli manželé Haisovi, pořízená krátce po jeho výstavbě...



... a jeho nynější podoba.

Vážení,
ráda bych přispěla do časopisu Náš domov:

Poděkování sociálním pracovnícím.

Do časopisu Náš domov píší zaměstnanci Domova pro seniory, ale přispívají i klienti. Zřídka kdy děti nebo příbuzní klientů, kteří časopis také čtou. A já dnes píši za ně.

Mám v Domově U Bažantnice už druhým rokem oba rodiče a ráda bych poděkovala sociálním pracovnícím za vše, co pro klienty domova dělají.

Senioři tak nejen odpočívají nebo na pokojích čtou a luští křížovky. Mohou si vybrat ze sportovních aktivit, účastnit se kulturních pořadů, posilovat paměť formou zábavných her nebo jen tak si jít zahrát karty s ostatními každé úterý.

4. září oslavil můj otec Otakar Hais 88. narozeniny a tento den mu bylo umožněno svézt se v kočáru ulicemi Heřmanova Městce. Byl to krásný dárek a vydařené narozeniny.

Děkuji za něho

Zdeňka Honzíčková, dcera manželů Haisových

Čtverce vyrobené pro děti z Afriky (akce „Uplet' čtverec“)

Dne 16. 9. 2015 jsme si na internetu ověřovali, zda námi odeslaná zásilka se 640 čtverci již byla doručena do Jihoafrické republiky. Tam jsme zjistili, že čtverce byly doručeny v průběhu měsíce srpna.

Ještě jednou všem děkujeme za účast při výrobě.

Kolektiv oddělení L0

Chalankova, Ivana	1	Znojmo	Czech Republic			140	
Chleboundva, Irena	2	Prague	Czech Republic			451	
Domov Pro Seniors	2	Mestec	Czech Republic			640	
DPA Zebraw	1		Czech Republic			250	
Kezlarova, Zuzana	2	Myto	Czech Republic			120	

Kdo je kdo v našem domově?



Pan Josef Regent je nejstarším mužem v našem domově žijícím. Když si s ním povídáte, udiví Vás jeho detailní vzpomínky a přesné časové souvislosti.

Kde jste se narodil, kde jste žil?

„Narodil jsem se 12. 5. 1919 ve Vyžicích. Pak jsem se oženil a přestěhoval do vedlejší osady Slavkovice, kde jsme jedenáct let s manželkou bydleli na hájovně (můj děda zastával hajného). Postavil jsem rodinný dům ve Vyžicích a v roce 1957 jsme se stěhovali tam. Zde jsme s manželkou žili až do roku 2011, kdy jsme spolu nastoupili sem do domova pro seniory.“

Co jste ve svém životě dělal, kde jste pracoval?

„Vyučil jsem se strojním zámečnickem. Po vyučení jsem šel dělat do ČKD Praha. V Praze jsem bydlel ve Vysočanech a zažil jsem zde okupaci Němci. Pamatuji, jak jsem stál na Václavském náměstí a od Národní třídy přijížděli Němci. Naši lidi se vrhali na německé auto a chtěli jej převrátit. Jeden Žid hajloval a vedle stojící náš člověk mu řekl: „Oni ti tu kramli brzo srovnají.““

„Naproti mému bydlišti ve Vysočanech zabrali Němci školu a cvičili tam své vojáky – pozoroval jsem ze svých oken, jaký měli drsný výcvik – když se někdo nesehnul pořádně k zemi, nadřícený mu šlápl na záda. Pracovali jsme do deseti hodin do večera, bylo stanné právo, a proto jsme dostávali potvrzení, že jdeme domů z práce. Po dvou letech jsem přešel do Továrny mlýnských strojů (Prokopovy továrny) do Pardubic (vedle pardubického pivovaru). Když byl nálet, první zásah dostaly tyto továrny. Zemřel zde i pan Schejbal z Načešic, který v době náletu vezl z pivovaru pivo. V době, kdy jsem zde pracoval, hrozilo, že budu muset jít do Reichu. Hledal jsem si jinou práci, úřad práce mě nakonec poslal v roce 1941 do vojenské zbrojovky v Přelouči. Zde jsme opravovali auta a ke konci války výstroj tanků, po válce jsme opravovali motory. Do práce jsem dojížděl tak, že jsem chodil pěšky z Vyžic na dráhu do HM, doprovázel jsem ženské, které by se samy jinak bály.“

V roce 1944 jsem začal spolupracovat s partyzány, byly to zlé časy, občas jsme jen o chlup vyvázli smrti.

V roce 1950 se začala stavět v Prachovicích cementárna. 1. 4. 1950 jsem sem nastoupil. Vystřídal jsem různé pracovní pozice – dělal jsem vedoucího dílny, strojmistra. Snažil jsem se pracovní posádky obsadit kvalitními lidmi, prosadil jsem u ředitele například i jednoho pracovníka – kulaka, kterého původně nechtěli přijmout. V cementárně se nám podařilo vymyslet i jeden ‚zlepšovák‘ na železnici, museli jsme to dát do kupy během víkendu, podařilo se. Měl jsem z toho radost, stejně tak i náš ředitel, který mi pak dal odměnu.

V roce 1957 jsem přešel do Průmstavu v Chrudimi. Nešel jsem už na vedoucí pozici, protože můj otec byl kulak. Jeden rok jsem opravoval kompresory. Poté jsem jezdil na stavbách po severu Čech. Následně jsem přešel na opravu bagrů a buldozerů – 10 roků jsem jezdil s pojízdnou dílnou po stavbách od Karlových Varů až po Svitavy, v pondělí ráno jsem vyjel a v pátek přijel. Občas bylo práce více, občas méně, šlo to.

Poté jsem nastoupil do dílny v Chrudimi, autem Škoda 1203 jsme opět dojížděli na stavby a dělali jsme opravy po celé republice i na Slovensku. Pracoval jsem pak ještě 6 let ve skladu. V roce 1985 jsem odešel do důchodu, ale nedalo mi to a čtyři roky jsem pracoval v cukrovaru na cukrové kampani, jako údržbář ve skladu cukru.

V roce 1989 se udály změny nejen společenské, ale i v práci a já jsem už definitivně odešel do důchodu. Měl jsem doma dílničku a vyráběl jsem, co kdo potřeboval – míchačky, přívěsy za auta, nakoupil jsem materiál a dával to do kupy.

Nechybí Vám tato řemeslná, kutilská činnost?

„To víte, že mi to chybělo. Babča (pozn. red. manželka pana Regenta) mi říkala: ‚Do dílny už nepáchneš, zamknu a zahodím klíč!‘ Doma dílničku ještě pořád mám. Jsem rád, že řemeslné dovednosti podědil vnuk Jirka, který je strojním inženýrem, má svoji firmu a jezdí pracovat do Německa.“

„Vše, co jsem potřeboval k práci, jsem si vyrobil, například dvě sekačky na zahradu. Bavilo mě to.“

Máte nějaké nářadí i tady v domově pro seniory?

„Nářadí bych si sem rád vzal, ale není to tady kam dát. Tady mám aspoň ocílku a brousím tady ženským nože.“

Co jste dalšího dělal rád ve volném čase?

„Moc rád jsem chodil na procházky do lesa. Ještě, když jsem chodil do práce, jsem říkal, že v důchodu si pospím. Ale ne. Ve 4 hodiny jsem vstal, prošel jsem celý les. V 6 hodin mě potkal hajný a ptal se, co tam dělám.

Jinak mě bavilo všechno od černého řemesla. Dokud jsem mohl, pracoval jsem v dílně, a když už jsem pak nemohl, šel jsem si do dílny aspoň sednout.

Měli jsme kousek pole, měl jsem nástroje na obdělávání, sekačku, traktůrek, hospodařil jsem.“

Na co jste ve svém životě pyšný?

„Nic mě nenapadá.“

„V práci jsme spolu s ostatními kolegy vymýšleli různé zlepšováky, ale to jsem bral jako svou pracovní povinnost. Někde jsem něco viděl nebo mi dal někdo nějaký tip a já jsem to pak vytvořil, sestrojil. Vytvořili jsme například formu na tvárnice, pomocí které jsme vyráběli 200 tvárnic za 4 hodiny. Nebo potřebovali chlapi v práci vyrobit mechanickou lopatu. Doma jsem měl například už v roce 1952 první vířivou pračku – strýc z Prahy přivezl odlitek, já jsem to nechal zhotovit u soustružníka a babička už pak s tím prala u studně.“

Je něco, co byste ve svém životě změnil?

„V mém životě nic, ale změnil bych politiku, s tou nejsem spokojený. Já fandím Babišovi. Když se kvůli politice zlobím, syn mi říká: ‚Prosím tě, že si s tím lámeš hlavu.‘ Ale mně to nedá. Neexistuje rada, kterou bych pro politiky měl. Ale celej život jsme dřeli a bojovali a teď, když se na to mám dívat... Máme svobodu, ale já bych zavedl přísnější tresty za prohřešky – například tělesné tresty – to aby si to pak rozmysleli, jak se chovat.“

Kdo je Vám blízký?

„Syn s manželkou, vnučka a vnuk s rodinou. Je nás celkem 11, s nimi je mi dobře. Pravnoučata mi dělají radost – vědí, co by chtěli v životě dělat. Pravnuk chce jít na strojního inženýra, druhý chce být doktorem, vnučka chce být zvěrolékařkou, všichni chodí na gymnázium.“

Jak jste spokojený v našem domově pro seniory?

„Jsem zde velice spokojený, máme tady všechno se vším všudy. Samozřejmě doma by bylo doma, ale kdo by se o mě takhle postaral, jako tady v domově. Rodina by se postarala, ale nechci je obtěžovat.“

Je něco, co byste chtěl v DPS změnit?

„Nechtěl bych do toho mluvit, vím, že to není jednoduché udržet v provozu takovouhle organizaci.“

Co byste vzkázal nebo popřál ostatním klientům?

„Aby byli spokojení – kolikrát to s ostatními klienty probíráme, někteří klienti tady něco kritizují. Ale kolikrát by se tak dobře doma neměli, jako se mají tady.“

Co byste vzkázal nebo popřál zaměstnancům?

„Aby měli s námi trpělivost.“

Máte nějaké přání Vy sám?

„Ta politika se mi nelíbí, pořád straší s válkou. My jsme ji zažili. A kdo to nezažije, tak tomu neuvěří.“

Děkujeme za rozhovor.



V našem domově žije 10 let. Ačkoliv jí v poslední době trápí větší zdravotní potíže a ve svém životě se potýkala s řadou starostí, stále má snahu brát život s humorem. Vrásky na jejích tvářích vyryl úsměv, který ve svém životě rozdávala. Dnes si přečtete rozhovor s paní Miladou Zemkovou (86 let).

Kde jste se narodila, kde jste žila?

„Narodila jsem se na Podhradí – pod hradem Lichnice. Zde jsem žila do svých 18 let, kdy jsem se vdala. Tři dny po svatbě jsme se s manželem stěhovali do Chomutova, kam šel manžel za prací. Žili jsme zde 10 let a v roce 1957 jsme se stěhovali zpět do Podhradí. Manžel měl v té době slíbenou práci v cementárně v Prachovicích. Měli jsme dva syny – Mirka a Zdeňka.“

Jak se Váš život vyvíjel dál?

„S prvním manželem život nebyl jednoduchý, později jsme se rozvedli. Vzala jsem si druhého muže, s nímž jsem měla ještě jednoho syna – Pepíka. Manžel koupil dům v Třebříchách, takže jsme se tam odstěhovali. Měli jsme velkou zahradu, zvířectvo – králíky, slepice, kačeny, manžel si koupil ještě koně. Přistavěli jsme verandu. Práce doma na zahradě a v hospodářství bylo dost.“

Co jste ve svém životě dělala, kde jste pracovala?

„Pracovala jsem 5 let v cementárně v Prachovicích. Práce zde mi však způsobila zdravotní problémy (záduchu), takže lékaři mi pak nařídili, že nesmím pracovat v prašném prostředí. Rok a půl jsem pracovala v Pektině v Heřmanově Městci a poté jsem nastoupila do Sladovny do Chrudimi, kde jsem dělala celých 17 let.“

Co jste měla ve sladovně na starosti?

„Dělala jsem svačínářku – zajišťovala svačiny a obědy pro zaměstnance, obědy jsme vozili z Transporty. Práce mě moc bavila, snažila jsem se ji dělat poctivě, se zaměstnanci jsem měla dobré vztahy. Byla jsem dvakrát ohodnocena jako nejlepší pracovnice. Když jsem měla odcházet do důchodu, ředitel mi řekl: „Já Vás nepustím do důchodu, pokud si za sebe nenaleznete takovou náhradu jako jste Vy.“ Já jsem to promyslela, přišla jsem pak za ním a říkám: 'Pane řediteli, našla jsem si za sebe náhradu – bude nastupovat v pondělí.' On se mě zeptal: 'Jak se jmenuje?' Já říkám: 'Milada Zemková.' On mě objal a řekl: 'Miládko, to jsem rád!' Zvali mě pak ještě i na srazy zaměstnanců, nechali pro mě dokonce poslat auto, když mi nebylo dobře.

V důchodu jsem pak ještě uklízela v Chrudimi na poliklinice.“

Co jste ráda dělala ve volném čase?

„Pletla jsem a háčkovala – například záclony jsem uháčkovala. Pracovala jsem hodně na zahrádce, která měla 30 arů. Pěstovali jsme různorodou zeleninu (brambory, řepu), ve štítě zahrady jsem měla kytičky. V 6 ráno jsem vstala a šla jsem hned na zahrádku.

Moc ráda jsem četla – zejména romány z vesnického prostředí, ze života, např. od spisovatelky Vlasty Javořické. Ted' už číst bohužel nemohu, mám zrakovou vadu.

Moc ráda jsem také tancovala, chodili jsme s manželem na taneční zábavy v Třebříchách. Když jsem na tom byla dříve dobře, ráda jsem si zatancovala i tady v domově.

Zažila jsem si v životě hodně smutku a trápení (zemřeli mi například dva synové, oba ve svých 48 letech), ale snažila jsem se být veselá a udržovat si dobrou náladu, protože trápení jinak bylo dost. “

Na co jste ve svém životě pyšná?

„Ani nevím. Nedávno mi jedna sestřička v nemocnici říkala: 'Vy jste musela být hezká.' Ale za mlada mi spíše všichni říkali, že se pořád mračím – měla jsem takovej kukuč.

Jsem pyšná na svoje kluky – Mirka, Zdeňka a Pepíka. Na Mirka a Pepíka vzpomínám, Zdeněk za mnou chodí. “

Je něco, co byste ve svém životě změnila?

„Kdybych měla rozum, co mám dnes, tak bych se nevdávala. “

Kdo je Vám nejbližší?

„Nejvíce blízký je mi syn Zdeněk a vnučka Renata. Jsem také ráda, že mám dobré vztahy se snachami Ivou a Janou, s oběma švagrovými, vnukem Danešem, s Jiřím z Lanškrouna, jehož rodina k nám jezdila na letní byt.

Máte nějaké přání?

„Občas si říkám, už aby si mě Pán Bůh vzal. Nejraději bych v klidu usnula a nevzbudila se – to bych si přála. “

Jak jste spokojená v našem domově pro seniory?

„Do domova jsem nastoupila v červnu 2005, takže letos jsem měla výročí pobytu deset let.

Manžel zemřel, já jsem ještě 5 let poté obstarávala dům. Zlobilo mě ale srdíčko, dali mi kardiostimulátor a lékařka mi doporučila, abych nastoupila do domova důchodců – věděla, že doma dřu hodně na zahradě a v domácnosti. V domově již předtím byl můj syn Mirek, který měl neurologické onemocnění. Já jsem sem za ním dvakrát týdně jezdila, prala jsem mu prádlo. Když jsem nastupovala, znala jsme se už s některými klienty od vidění z předchozích návštěv syna.

V té době žila zde v domově MUDr. Hanosková, která předtím léčila moji maminku a v podstatě jí zachránila život tím, že jí doporučila operaci srdce. Já jsem se 2,5 roku o paní doktorku starala, chodily jsme spolu na procházky do Bažantnice. Ráda tancovala, takže jsme si občas zatancovaly. Měla mě ráda. “

Snažila jsem se s babičkami, které tady byly, vždy popovídat. O Vánocích jsem obcházela všechny pokoje a popřála jim. V létě jsem ven vzala kazetový přehrávač a pouštěla jsem lidem písničky, měli to rádi.

Když jsem sem nastoupila, nebylo tady moc květin. Já jsem byla zahradnice, tak mě spolu s Máňou Handlířovou napadlo, co kdybychom na okno ve spojovací chodbě daly muškáty. Nejdřív jich bylo 10, za chvíli dalších 10 – sháněla jsem odnože muškátů po bývalých sousedech v Třebříchách. Byla to nádhera, když se to rozkvetlo, návštěvám se to moc líbilo. Syn paní Jindrové říkal: 'Sem půjdu bydlet.' A přinesl nám na zasazení květin pytel hlíny. Když jsem měla pak zlomenou nohu, v první řadě jsem se starala, kdo bude zalévat květiny – polovinu chodby zalévala paní Spálenská, druhou polovinu paní Handlířová. Jsem vděčná panu řediteli, že se květiny mohly v nějakém množství zachovat.

S paní Marvanovou jsme zase chodily sbírat jablka. Když jsem pak musela ležet, Alenka Marvanová se o mě chodila starat, dělala, co jsem potřebovala, jsem jí vděčná.“

Je něco, co byste chtěla v DPS změnit?

„Jsem tady velmi spokojená! Pokud bych měla zhodnotit svůj celý život, teď se mám nejlépe. Mám pro sebe pokojíček, vybavený podle svého přání. Mám zde například pověšenou Dělnickou madonu – obrázek od paní Chmelenské, u které jsem sloužila a která zde v domově také žila.

Chválím sestřičky na oddělení, jsou hodné, snaží se pro nás hodně dělat. Samozřejmě se občas stane, že se s některou pracovnící třeba na něčem neshodnu.

Já se jinak snažím s každým skamarádit, navázat vztah a třeba i vtipkovat – se sestřičkami na dialýze, kam nyní pravidelně jezdím. Dokud mi pusa jede, tak je to dobré.“

Co byste vzkázala nebo popřála ostatním klientům?

„Aby byli veselí, aby se snažili vše brát s humorem.“

Co byste vzkázala nebo popřála zaměstnancům?

„Aby s námi měli trpělivost, každý máme nějaké svoje problémy a trápení.“

Děkujeme za rozhovor.



Paní Olinu Vomočilovou (60 let, bydlí v Prachovicích) budou znát zejména klienti oddělení D3 a D4, kde do ledna 2015 pracovala jako staniční sestra. V našem domově pracovně strávila dlouhých 31 let. Ona i my jsme rádi, že nás úplně neopustila.

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

„Pracuji zde od 15. 6. 1984, kdy jsem nastoupila do funkce staniční sestry. V průběhu mého zaměstnání jsem postupně prošla jako staniční sestra všemi odděleními, naposledy jsem byla na oddělení D3 a D4. V lednu 2015 jsem odešla do penze, ale od 10. 3. 2015 jsem opět zpět, tentokrát na oddělení B – jako zástup za dlouhodobě nemocnou kolegyni. A musím říct, že jsem zde moc ráda a užívám si to.“

Jaké byly Vaše předchozí pracovní zkušenosti?

„Vystudovala jsem Střední zdravotnickou školu v Pardubicích, obor dětská sestra. Když se nad tím zamyslím, vlastně pořádně nevím, proč jsem šla na zdravotní školu. Nemocnice na mě dobře nepůsobí – nemám hezký zážitek z dětství, kdy jsem jako malá byla hospitalizovaná kvůli vytržení mandlí. Paradoxně, ač jsem zdravotní sestra, zdravotnictví se raději vyhýbám – pokud k lékaři jít nemusím, nejdu tam.“

„Na zdravotních sestřičkách se mi líbilo, jak nosily čepček a že je to práce s lidmi.“

„Po škole jsem nastoupila na dětské oddělení do nemocnice v Čáslavi. Po mateřské dovolené jsem chvíli pracovala na zubním v Heřmanově Městci u pana dentisty Klase a po další mateřské jsem začala v roce 1981 pracovat v jeslích v Prachovicích. Protože jsem měla sama doma malé děti, práce v jeslích mě dost vyčerpávala a nebavila. Proto, když přišla nabídka nastoupit do domova pro seniory, řekla jsem si, že to vyzkousím. I když ze začátku jsem si nebyla jistá, zda zde budu moci pracovat – zda to zvládnu a bude mě to bavit.“

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

„Nedá se to srovnávat. Dříve nebylo na sociální služby tolik peněz, teď je řada věcí nových. Nepoužívaly se inkontinenční pomůcky, vše se muselo prát. V dřívější době tady nebylo také tolik nemohoucích klientů, lidi byli schopnější. Na jídelnu například chodilo 80 lidí na jídlo.“

V práci nás bylo méně, nebylo tolik papírování, nepsaly se například žádné individuální plány. V té době jsme k sobě měli jako zaměstnanci blíže, měli jsme takový soudržnější a přátelský kolektiv.

Já jsem nastoupila jako děvče z bytovky a vrazili mi zde hrábě do ruky, já měla na dlaních mozoly od sušení sena (odváželo se do hřebčína). Chodily jsme také vybírat brambory, krmit prasata. Byl úplně jiný styl práce.

Co Vás baví na práci v domově pro seniory?

„Musím říci, že je to jiné, když tady teď pracuji jako běžná pracovnice v přímé péči, než jako staniční sestra. Jako staniční sestra jsem měla řadu důležitých a někdy stresujících pracovních úkolů, školení, schůze, zapisování pro pojišťovnu. Teď se snažím dělat co nejlepší práci pro klienty – snažím se jim pomoci a vyhovět jim. Více mě to naplňuje. I když po fyzické stránce je to práce náročnější, je mi lehčeji, že již nenesu tíhu těch závažných úkolů staniční sestry. Pracuji ráda v klidu, dle svého tempa a tempa klientů, takže přímá práce s klienty nyní na oddělení mi teď vyhovuje.“

Práce mezi lidmi mě vždy bavila, neumím si představit být někde pouze s papíry. Jako staniční jsem se musela naučit pracovat s počítačem – naučila jsem se základní potřebné dovednosti nutné pro práci, ale jinak moderní technologie nevyhledávám, nic mi to nedává.

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

„Mně dělají radost maličkosti – stačí mi, když mi někdo poděkuje, když mě lidi rádi vidí a ptají se třeba, kdy zase přijdu.“

Máte nějaké plány či cíle pro další práci?

„Chtěla bych zkusit s některými klientkami háčkovat, udělat si takové pěkné posezení při ručních pracích, dát jim možnost vyzkoušet si to, co třeba rády dříve dělaly.“

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

„Ve volném čase ráda pletu, háčkuji. Dříve jsem i šila oblečení – na děti, na sebe, v době, kdy se tolik věcí nedalo koupit. Šila jsem oblečení podle Burdy, měla jsem dvě holky, na které jsem šila. Pletu čepice, halenky, svetry, tašky. Naučila mě to babička, když mi bylo 8 nebo 9 let, nejdříve jsem se naučila řetízkem, pak hladce a obrace. Zkoušela jsem dokonce na pletacím stroji, ale to mě moc nebavilo. Jsem zvyklá sedět například u televize a mít něco v ruce – štrikovat, na televizi nekoukám, ale poslouchám. Mám teď vnoučata, 3 kluky, tak teď pletu na ně, třeba čepice.“

Ráda čtu – hlavně večer v posteli, oblíbené mám detektivky, zamilované romány nečtu.

Zahrádkářem jsem z „leknutí“ – něco někde nasadím, ono se to pak třeba neujme, tak to vykopu, zahradničním metodou pokus - omyl. Ráda pěstuji květiny v truhlíkách, to mi jde.

Jezdím občas na kole, dříve jsem hodně sportovala – chodila jsem například na spinning (pozn. red.: jízda na speciálním kole v tělocvičně podobném rotopedu), na cvičení pro ženy. S manželem a kamarády jsme jezdili do hor – například do Tater, do Rakouských Alp. V létě jezdíme do Chorvatska, také zde jezdíme na kolech. V zimě jsme byli na běžkách na Šumavě.

Ráda si zajdu také posedět s přáteli do hospůdky – na večeri, na víno.

Mám ráda hudbu, sleduji politickou a kulturní sféru.

Co byste přála (vzkázala) našim klientům?

„Přála bych jim, aby se zde cítili jako doma. Také bych jim přála, aby se v domově vždy setkali s někým, kdo si na ně udělá chvilku čas, kdo se jim bude věnovat. I když mají lidé u nás někdy všechno pro uspokojení základních potřeb – různé pomůcky, vybavení apod., lidský kontakt je dost často nejdůležitější.“

Co byste přála (vzkázala) našim zaměstnancům?

„Přála bych jim, aby je práce v domově pro seniory naplňovala a bavila. Práce je zde náročná a nedá se dělat jako standardní jiné zaměstnání bez toho, aby to člověka naplňovalo.“

Máte nějaké přání?

„Musím přiznat, že jsem teď hrozně spokojená. Bude mi stačit, když mně a moji rodině bude sloužit zdraví, bude panovat pohoda a klid v práci i v rodině – to je pro mě to hlavní.“

Děkujeme za rozhovor.



Sbírky víček na charitativní účely

Od července 2015 **sbíráme** v našem domově **železné zátky** na sbírkové konto u společnosti Hottech pro zdravotně postiženou **Nikolku Gergelyovou ze Zaječic**. Jsme rádi, že se do sbírky aktivně zapojili jak klienti, tak zaměstnanci našeho domova. Za prázdniny se nasbíralo cca 50 kg železných zátek. Za nejaktivnější sběratelku z řad klientů můžeme vyhlásit paní Jiřinu Šindelářovou.

Nadále pokračujeme také **ve sběru plastových víček** například od PET lahví. Výtěžek ze sběru těchto víček pomůže dvojčatům **Michalce a Natálce Rejnartových z Tišic**, které se narodily ve 30. týdnu těhotenství a mají těžké pohybové problémy.

Peníze z charitativních sbírek chtějí rodiny těchto dětí využít k úhradě rehabilitačních pobytů v lázních Klimkovice, jejichž cena se pohybuje kolem 50 tisíc a není hrazena ze zdravotního pojištění.

Kromě charitativního smyslu má tato akce i významný ekologický podtext, proto neváhejte a SBÍREJTE!!!



*Mgr. Lenka Kellerová
sociální pracovnice*

Význam křestního jména

Nakolik naše křestní jméno ovlivňuje to, jací jsme? Dokáže předurčit náš temperament či charakterové vlastnosti? To je otázka do diskuze.

V dnešním díle Vám přinášíme dalších osm jmen, která se často objevují u našich klientů.

Vaše sociální oddělení

BOHUMILA

Oblíbená žena nebo dívka, která se ve společnosti jen tak neztratí. Je plná něhy a lásky, ale někdy se stane, že nenajde nikoho, komu by je mohla věnovat. Pokud má to štěstí, stává se

však skvělou manželkou i matkou. Nejvíce se jí bude dařit v profesích, které se nějakým způsobem zaměřují na široké masy. Občas bývá trochu zranitelná, pokud se jí něčím dotknete, trvá velmi dlouho, než se s tím dokáže vyrovnat.

HELENA

Cílevědomá osůbka, která nikdy neztrácí ze zřetele své osobní zájmy. Své plány dotáhne vždy do vítězného konce, a to i v případě, že se jí do cesty postaví zdánlivě nepřekonatelné překážky. Stejně jako krásná Helena Trójská i ona umí využít svých půvabů k tomu, aby dostala muže tam, kde je chce mít. Ostatně, plést mužům hlavy ji baví v kterémkoliv věku, při tom si ale dává velký pozor, aby nikomu zbytečně neublížila.

JAN

Muži tohoto jména přicházejí na svět s vysokou komickou zátěží. Jejich vnitřní rozporuplnost a smysl pro spravedlnost jim neumožňují dosáhnout v životě klidu, který by si určitě zasloužili. Pomůže jim schopnost poučit se z vlastních chyb provázená pokorou, s níž dokážou přijímat potíže, které je provázejí.

JANA

Uživatelka tohoto jména většinou bývá dobrou hospodyní, manželkou a matkou. Narodí-li se však ve znamení Berana nebo Štíra, mívá velké ambice a jde si za svým cílem bez ohledu na ostatní. Ze všeho nejvíc nesnáší nespravedlnost, vášnivě chrání práva slabších. Měla by si dávat pozor na sklony k tvrdohlavosti, které jí mohou značně zkomplikovat život. Není příliš individuálním hráčem, její schopnosti mnohem lépe vyniknou při týmové spolupráci.

JAROSLAV

Majetnický, materialistický muž, který dokáže být i hravý a citlivý, pokud ovšem nejde o peníze. Bývá to zpravidla rodinný typ, někdy ale trvá velmi dlouho, než se jeho vztahy s rodinou ustálí na oboustranně

přijatelné úrovni. Bez harmonických citových vazeb ovšem v životě nic nedokáže, bude jen tápat a potácet se z jednoho extrému do druhého.

OTAKAR

Velmi komunikativní muž, který se nejlépe uplatní v profesích, kde se bude často stýkat s lidmi. Je inteligentní a přátelský, což umožňuje dosáhnout úspěchu bez větší námahy. Ke svým blízkým umí být velmi loajální a poskytuje jim podporu. Běda však, když ho něčím naštve, dokáže se rozčítit tak, že lítají hromy a blesky.

VLASTA

Žena, která si pečlivě vybírá své přátele. Svoji pozornost věnuje jen tomu, kdo si ji opravdu zaslouží. Ani pak se ale moc nesvěřuje, jako správný introvert si většinu věcí nechává pro sebe. Obětavě se stará o svoje blízké a snaží se jim ze všech sil pomáhat. Ve vyšším věku mívá horší zdravotní stav a někdy trpí nespavostí. Má v sobě zakořeněnou silnou touhu po vítězství.

ZDENA/ZDENKA

Ženy tohoto jména zpravidla vedou komplikovaný život plný změn a nepředvídatelných událostí. Svůj příděl štěstí si mohou zvýšit prací pro druhé. Nejenom, že jim budou dobré skutky přičteny k dobru, ale zároveň také zapomenou na své starosti. Každopádně to bývají zodpovědné bytosti se smyslem pro povinnost.

Pokud jste své jméno dnes nenašli, určitě se objeví v některém z dalších čísel. Jistě ze svého okolí znáte nějakou Helenku, Vlastu, Jardu, ... Co myslíte, sedí na ně výklad jejich jmen, nebo jsme úplně vedle? ☺

Výklad jednotlivých křestních jmen byl převzat z internetových stránek
www.horoskopy.cz.

Přehled akcí pořádaných od července do září:

12. 7. 2015	„Psí kusy“ – vystoupení Lucie Peštové a její australské kelpie Fossí
14. 7. 2015	Hudební vystoupení country kapely z Heřmanova Městce a Konopáče
20. 7. 2015	Divadlo Slunečnice z Brna – Muzikoterapie aneb Léčba hudbou
1. 8. 2015	Poníci – ukázka výcviku miniponíků v zahradě domova
12. 8. 2015	Hudební vystoupení paní Šárky Vavřinkové
17. 8. 2015	Divadlo kouzel Waldini
21. 8. 2015	Projížděky kočárem taženým koňmi po Heřmanově Městci
2. 9. 2015	„Hašlerky, prosím!“ – hudební vystoupení pana Šimona Pečenky
4. 9. 2015	Projížděky kočárem taženým koňmi po Heřmanově Městci
7. 9. 2015	Promítání klasické české pohádky Zlatovláska
10. 9. 2015	Tradiční sportovní hry v Lamperticích
18. 9. 2015	Kavárna – posezení u kávy, čaje a zákusků
22. 9. 2015	„Je libo langoš?“ – příjemné posezení s ochutnávkou domácích langošů

+ pravidelná canisterapie s paní Lucií Novotnou a pejsky Míčkem, Heduškou, Majdou a Bubajdou

Na následující měsíce je opět připraveno několik zajímavých programů. Vždy se o nich dozvíte z nástěnek na jednotlivých odděleních, z ranního hlášení rozhlasu a od personálu na oddělení. Vaše účast nás potěší!

Zvláštní poděkování

Redakce časopisu děkuje panu Pavlu Hubáčovi, údržbáři domova, za poskytnutí fotografií ze svého soukromého archivu a za souhlas s jejich umístěním na titulní stranu časopisu.

OSMISMĚRKA

Dva indiáni poprvé v životě vidí závody na vodních lyžích. „Nevíš, proč ten motorový člun letí takovou šílenou rychlostí?“ „Copak jsi slepý, Divý Orle? Nevidíš, že ho ti ... **TAJENKA NA 18 PÍSMEN** ?“

Á	P	P	Y	S	D	O	P	S	E
R	Ř	L	N	Y	E	L	S	I	N
K	E	L	O	V	F	Ž	R	O	A
O	D	T	R	P	R	T	I	L	Š
M	P	Ř	I	Í	A	N	I	A	P
R	O	L	Č	L	U	N	U	V	T
Ž	V	L	O	N	D	O	N	N	O
Á	Í	I	S	D	A	U	I	A	P
D	D	Z	T	O	N	E	K	L	E
I	A	E	E	D	T	Í	L	Š	D
U	T	R	U	Ň	K	J	Ý	C	Í

CLEAN
DEFRAUDANT
DEPOT
DÍLČÍ
ELSIN
IDIOLATRIE
IRONY

MOKRÁ
OPLODNÍ
PANNA
PODSYP
PŘEDPOVÍDAT
ŠKUDLIT
ŠLITR

TONEK
TRUŇK
UNIKLÝ
UNION
VALOIS
VOLEK
ŽÍZEŇ

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

Správné řešení naleznete na straně 35.

SUDOKU

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

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.

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

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

Správné řešení naleznete na straně 35.

Tajenka osmisměrky ze strany 33:

LYŽAŘI PRONÁSLEDUJÍ



Správné řešení SUDOKU ze strany 34:

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

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

Svoje narozeniny budou slavit

pí Janečková Hedvika	3. 10. 1926
pí Hošková Eva	7. 10. 1932
p. Valenta František	9. 10. 1940
pí Radilová Růžena	13. 10. 1926
pí Málková Věra	17. 10. 1935
pí Ondrušková Jaromíra	22. 10. 1919
p. Krištof Ján	23. 10. 1944
pí Stýblová Marie	24. 10. 1925
pí Pospíšilová Sabina	27. 10. 1922
pí Dopitová Miloslava	1. 11. 1935
pí Beranová Františka	4. 11. 1923
pí Kalvodová Alžběta	4. 11. 1935
pí Štulínová Drahomíra	4. 11. 1932
pí Radostová Helena	5. 11. 1921
pí Marini Vlasta	8. 11. 1934
pí Bláhová Marta	12. 11. 1949
pí Hlaváčková Vlasta	14. 11. 1931
pí Stoklasová Olga	16. 11. 1930
pí Horáková Emílie	16. 11. 1937
p. Toman František	18. 11. 1923
pí Vašková Květuše	21. 11. 1929
pí Korbelová Vlasta	23. 11. 1927
pí Drášilová Věra	24. 11. 1925
pí Chlumská Marie	24. 11. 1948
pí Spálenská Jaroslava	25. 11. 1933
pí Mifková Helena	27. 11. 1925
pí Sýkorová Marie	28. 11. 1925

pí Švecová Marie	2. 12. 1920
pí Vyhnálková Marie	3. 12. 1956
pí Hübnerová Miloslava	6. 12. 1953
pí Šindelářová Jiřina	10. 12. 1934
pí Klempířová Marie	11. 12. 1919
p. Novák František	18. 12. 1947
pí Vohradníková Marie	27. 12. 1924
pí Marvanová Alenka	27. 12. 1929
pí Novotná Marie	27. 12. 1932
pí Rambousková Miloslava	29. 12. 1931
pí Žáková Marie	29. 12. 1934

Přejeme všechno nejlepší!



Noví obyvatelé našeho domova

p. Wasserbauer Karel, Ing.	14. 7. 2015
p. Sázavský Miroslav	16. 7. 2015
pí Sázavská Božena	23. 7. 2015
pí Kačová Marta	3. 8. 2015

pí Kalvodová Alžběta	2. 9. 2015
pí Horská Marie	21. 9. 2015
pí Dušková Anežka	29. 9. 2015

Přejeme příjemný pobyt!

S lítostí oznamujeme, že nás navždy opustili

p. Štěpánek Karel	10. 7. 2015
p. Hejzman Josef	11. 7. 2015
pí Klimešová Zdenka	14. 7. 2015
p. Matějka Jiří	24. 7. 2015
pí Stránská Jarmila	19. 8. 2015
pí Havlíčková Božena	8. 9. 2015
pí Lédlová Růžena	11. 9. 2015

Čest jejich památce!





Náš domov

3/2015

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@tiscali.cz

Fotografie na titulní straně:

Pavel Hubáč

Redakční rada:

*Ing. Petr Mazura
Alena Vitvarová
Jaroslava Rousková
Mgr. Petra Holubová*

Šéfredaktorka:

Mgr. Petra Holubová